

# ***ПРАКТИКУМ ІЗ ЗАГАЛЬНОЇ ПСИХОЛОГІЇ:***

## ***РОБОЧИЙ ЗОШИТ***

***Методичні рекомендації до лабораторних занять з курсу «Практикум  
із загальної психології»***

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ**  
**ЖИТОМИРСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ ІВАНА ФРАНКА**

***ПРАКТИКУМ ІЗ ЗАГАЛЬНОЇ ПСИХОЛОГІЇ: РОБОЧИЙ ЗОШИТ***

*Методичні рекомендації до лабораторних занять з курсу «Практикум із загальної психології»*

**Укладачі: Н.Ф. Портницька  
І.А. Гречуха  
А.І.Литвинчук  
Т.В.Можаровська  
Н.В.Хоменко**

**Житомир  
Вид-во ЖДУ ім. І. Франка  
2016**

**УДК 159.98(077)**

**ББК 88.3 р**

**М 54**

*Рекомендовано до друку Вченою Радою Житомирського державного університету  
імені Івана Франка  
(протокол №7 від 25 лютого 2016 р.)*

**Рецензенти:**

**Горбунова В.В.** – доктор психологічних наук, професор кафедри психології УКУ, м. Львів

**Чабанюк Н.І.** – кандидат психологічних наук, перший заступник начальника училища професійної підготовки працівників міліції, начальник навчального відділення, м. Житомир

**М 54**

Практикум із загальної психології:робочий зошит: Методичні рекомендації до лабораторних занять з курсу «Практикум із загальної психології» / [ уклад. Портницька Н.Ф., Гречуха І.А., Литвинчук А.І., Можаровська Т.В., Хоменко Н.В.] за ред. Портницької Н.Ф. – Житомир: ЖДУ ім. І.Франка, 2016. –270 с.

Методичні рекомендації до лабораторних занять з курсу «Практикум із загальної психології: робочий зошит» розроблено відповідно до місця та значення дисципліни за структурно-логічною схемою, передбаченою освітньо-професійною програмою бакалавра за спеціальністю 053 «Психологія». Вона спрямована на організацію роботи студентів на лабораторних заняттях.

Методичні рекомендації складаються з таких структурних компонентів: вступ, методичні рекомендації до організації дослідження особливостей психічної діяльності особистості (з протоколами досліджень), завдання для підготовки до контрольних робіт.

**УДК 159.98(077)**

**ББК 88.3 р**

## ЗМІСТ

Вступ .....	2
Структура навчальної дисципліни .....	4
Рекомендації до організації самостійної роботи.....	8
Алгоритм виконання лабораторної роботи.....	9
Модуль 1. Основи організації психологічних досліджень.....	10
Модуль 2. Психологія особистості.....	33
Модуль 3. Індивідуально-типологічні властивості особистості.....	58
Модуль 4. Психологія діяльності та спілкування.....	90
Модуль 5. Вивчення спілкування та міжособистісних стосунків у групах і колективах .....	118
Модуль 6. Дослідження уваги, відчуттів, сприймання.....	144
Модуль 7. Вивчення пам'яті. Види пам'яті. Безпосереднє запам'ятовування.....	170
Модуль 8. Дослідження особливостей мислення, уяви, мовлення.....	186
Модуль 9. Вивчення емоційної сфери.....	192
Модуль 10. Вивчення вольової сфери.....	231
Рекомендована література до курсу.....	256
Критерії оцінювання .....	259
Додаток 1. Алгоритм розв'язання професійно-орієнтованого завдання.....	261

## ВСТУП

Програму нормативної дисципліни «Практикум із загальної психології» складено відповідно до місця та значення дисципліни за структурно-логічною схемою, передбаченою освітньо-професійною програмою бакалавра з галузі знання 0301 «Соціально-політичні науки» напряму підготовки 6.030102 «Психологія».

Вона охоплює всі змістові модулі, визначені освітньо-професійною програмою для мінімальної кількості годин, передбачених державним стандартом освіти.

**Предметом вивчення** «Практикуму із загальної психології» є теорія, принципи та інструменти оцінки та вимірювання індивідуально-психологічних особливостей особистості.

**Міждисциплінарні зв'язки:** курс «Практикум із загальної психології» пов'язаний з курсами «Загальна психологія», «Соціальна психологія», «Психодіагностика», «Експериментальна психологія».

**Програма дисципліни** «Практикум із загальної психології» складається з таких змістових модулів:

1. Методи психологічних досліджень. Методи збору та обробки результатів дослідження.
2. Дослідження структури та властивостей особистості.
3. Дослідження індивідуально-типологічних властивостей особистості.
4. Вивчення особливостей діяльності: мотивація, оволодіння діями.
5. Вивчення спілкування та міжособистісних стосунків у групах та колективах.
6. Дослідження уваги, відчуттів та сприймання.
7. Вивчення пам'яті. Види пам'яті. Безпосереднє та опосередковане запам'ятовування.
8. Дослідження особливостей мислення, уяви, мовлення.
9. Вивчення емоційної сфери особистості.
10. Вивчення вольової сфери особистості.

## МЕТА І ЗАВДАННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

**Мета викладання** дисципліни «Практикум із загальної психології» є сформувати знання про специфіку дослідження когнітивної, емоційно-вольової сфер, індивідуально-типологічних та мотиваційних властивостей особистості, вміння і навички проведення психологічних досліджень, аналізу та інтерпретації отриманих результатів.

### Завдання:

1. Оволодіння студентами категоріально-термінологічним апаратом психології;
2. Засвоєння основних понять та розвиток понятійного мислення;
3. Ознайомлення студентів з факторами розвитку особистості, умовами її становлення;
4. Реалізація системного підходу до висвітлення проблем структури особистості, регуляції діяльності, спілкування як багатопланового процесу; розвитку особистості у діяльності та спілкуванні;
5. Ознайомлення студентів з основними властивостями та закономірностями, віковими та індивідуальними особливостями розвитку уваги, відчуттів, сприймання, мислення та уяви людини;
6. Ознайомлення із вимогами та етичними аспектами проведення психологічних досліджень;
7. Оволодіння навичками виконання професійно-орієнтованих завдань з психології.

У результаті вивчення навчальної дисципліни студент повинен

По завершенню вивчення курсу студенти повинні **знати**:

- основні методи психологічного дослідження;
- загальні закономірності розвитку психіки в онтогенезі;
- закономірності та особливості функціонування пізнавальної сфери особистості;
- закономірності та особливості функціонування афективної сфери особистості;
- індивідуально-типологічні властивості та їх вплив на соціалізацію особистості;
- закономірності емоційно-вольової регуляції діяльності;

- структуру та закономірності розвитку особистості.

По завершенню вивчення курсу студенти повинні **вміти**:

- здійснювати спостереження за психічним станом робітників;
- складати психологічну характеристику виконавця, керівника, кандидата у резерв на керівні посади;
- Використовувати у соціальній практиці психологічні технології та методики психологічного дослідження, виділяти і оцінювати соціальні, вихідні складові соціально-психологічних явищ (емоційно-вольова сфера);
- розробляти та надавати рекомендації щодо організації та проведення пропагандистських, рекламних PR-акцій на замовлення політичних та громадських організацій (когнітивна сфера);
- застосовувати напрацьовані програми та проводити психологічні дослідження у різних галузях психології;
- у процесі аналізу професійних завдань в умовах конкретного навчально-виховного закладу з метою забезпечення науковості психологічних досліджень уміти визначати проблему дослідження;
- в умовах дослідницької роботи в навчально-виховному закладі з метою забезпечення науковості психологічних досліджень уміти застосовувати методи пояснюючої, описової та практичної психології;
- у процесі науково-психологічного дослідження особистості в умовах навчально-виховного закладу з метою забезпечення науковості досліджень уміти використовувати знання щодо психологічного змісту когнітивних, емоційно-вольових процесів, індивідуально-типологічних особливостей особистості.

Навчальна дисципліна «Практикум із практичної психології» викладається на I курсі, в I і II семестрі.

На вивчення навчальної дисципліни відводиться 315 години, 10,5 кредитів ЄКТС.

## 2. СТРУКТУРА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Назви змістових модулів і тем	денна форма/ заочна форма					
	Всього годин	кількість годин				
		лекції	практичні	лабораторні	індивідуальна робота	самостійна робота
Модуль 1. МЕТОДИ ПСИХОЛОГІЧНИХ ДОСЛІДЖЕНЬ. МЕТОДИ ЗБОРУ ТА ОБРОБКИ РЕЗУЛЬТАТІВ ДОСЛІДЖЕННЯ						
Змістовий модуль 1. Методи психологічних досліджень						
Тема 1. ПОНЯТТЯ ПРО МЕТОДИ ПСИХОЛОГІЧНИХ ДОСЛІДЖЕНЬ	4	2				2
▪ Розвиток професійних і особистісних якостей у процесі навчальної діяльності майбутніх психологів (алгоритм роботи над ПОЗ).	6		2			4
Разом за змістовим модулем 1	10	2	2			6
Змістовий модуль 2. Методи збору та обробки результатів дослідження						
Тема 2. БЕСІДА ТА СПОСТЕРЕЖЕННЯ ЯК МЕТОДИ ОРГАНІЗАЦІЇ ПСИХОЛОГІЧНИХ ДОСЛІДЖЕНЬ	4	2				2
▪ Види та способи організації бесіди у психологічних дослідженнях	10			6		4
▪ Спостереження як основний метод дослідження у психології	10			4		6
▪ Основні поняття математичної статистики. Міри центральної тенденції. Коефіцієнти кореляції.	7			4		3
Тема 3. ОСОБЛИВОСТІ ЗАСТОСУВАННЯ І МОДИФІКАЦІЇ ІНТЕРВ'Ю ТА СПОСТЕРЕЖЕННЯ У РІЗНИХ СФЕРАХ ПСИХОЛОГІЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ	4					4
Разом за змістовим модулем 2	35	2		14/2		13/27
Разом годин за модулем	30	4/2	2/2	14/2		10/24
Модуль 6. Дослідження уваги, відчуттів, сприймання						
Змістовий модуль 8. Вивчення уваги						
Тема 14. ОСОБЛИВОСТІ ДОСЛІДЖЕННЯ УВАГИ	1/2					
▪ Концентрація та стійкість уваги	6/4			4/2		2/2
▪ Розподіл, переключення та обсяг уваги	2/2			2		1/2
▪ Розвиток уваги	2/2					2/2
Виконання ІНДЗ (ПОЗ)*	2/2					2/2
Разом за змістовим модулем 12	12/12			6/2		6/8
Змістовий модуль 9. Методи дослідження відчуттів та сприймання						
Тема 15. ОСНОВНІ ПІДХОДИ ДО ДОСЛІДЖЕННЯ ВІДЧУТТІВ, СПРИЙМАННЯ У ПСИХОЛОГІЇ	4/4	2				2/4
▪ Класифікація методів дослідження відчуттів, сприймання	4/2		2	2		2/2
▪ Методи дослідження відчуттів	6/4			2		4/4
▪ Методи дослідження сприймання	4/6			2/2		2/4
Виконання ІНДЗ (ПОЗ)*	2/4					2/4
Разом за змістовим модулем 13	20/20	2		6/2		12/18
Всього за модуль		2	2	12/6		
Модуль 7. ВИВЧЕННЯ ПАМ'ЯТІ. ВИДИ ПАМ'ЯТІ. БЕЗПОСЕРЕДНЕ ТА ОПОСЕРЕДКОВАНЕ ЗАПАМ'ЯТОВУВАННЯ.						
Змістовий модуль 10. Вивчення процесів та властивостей пам'яті						
Тема 16. Методи дослідження індивідуального типу та виду пам'яті	6/4			4		2/4
Вивчення опосередкованого запам'ятовування				2		
Тема 17. Тема Вивчення процесів запам'ятовування	6/4			4		2/4
Тема 18. Вивчення властивостей пам'яті: точності, обсягу пам'яті, швидкості утворення та характеру асоціацій	2/6					2/6
Виконання ІНДЗ (ПОЗ)*	2/2					2/2
Разом за змістовим модулем 14	16/16			10		8/16
Разом годин за модулем	30/30	2	2	10/2		20/34

<b>Модуль 8. ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ МИСЛЕННЯ, УЯВИ, МОВЛЕННЯ</b>						
<b>Змістовий модуль 11. Вивчення мислення і уяви</b>						
Тема 19 Основні методи ДОСЛІДЖЕННЯ МИСЛЕННЯ І УЯВИ У ПСИХОЛОГІЇ	2/2	2				1/2
▪ Вивчення процесуальних аспектів мислення	8/6		2	6/2		2/4
▪ Дослідження індуктивного та дедуктивного мислення	4/4			2		2/4
▪ Переборення шаблонності мислення при розв'язуванні іспительних задач	2/4					2/4
▪ Вивчення уяви особистості						
Виконання ІНДЗ (ПОЗ)*	2/2					2/2
Разом за змістовим модулем 15	18/18	2	2	8/2		8/16
<b>Змістовий модуль 12. Вивчення особливостей мовлення</b>						
Тема 20. ДОСЛІДЖЕННЯ ХАРАКТЕРИСТИК МОВЛЕННЯ ЛЮДИНИ	6/4					4/4
▪ Дослідження усного мовлення				2		
▪ Дослідження письмового мовлення	8/6			2		6/6
▪ Дослідження еготизму мовлення	2/4					2/4
Виконання ІНДЗ (ПОЗ)*	2/4					2/4
Разом за змістовим модулем 16	18/18			4		14/18
Разом годин за модулем	36/36	2	2	12/2		22/34
<b>Модуль 3. ДОСЛІДЖЕННЯ ІНДИВІДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИХ ВЛАСТИВОСТЕЙ ОСОБИСТОСТІ</b>						
<b>Змістовий модуль 5. Дослідження індивідуально-типологічних властивостей особистості</b>						
Тема 6. ОСОБЛИВОСТІ ВИВЧЕННЯ ТИПОЛОГІЧНИХ ВЛАСТИВОСТЕЙ ОСОБИСТОСТІ	6/6		2			4/6
▪ Темперамент	8/8			4/2		4/6
▪ Характер	6/6			2		4/6
▪ Здібності	8/6			4		4/6
Тема 7. ПРОБЛЕМИ ВИМІРУ ТА РОЗВИТКУ ЗДІБНОСТЕЙ	4/4					4/4
Виконання ІНДЗ (ПОЗ)*	4/6					4/6
Разом за змістовим модулем 5	36/36		2	10/2		24/34
Разом годин за модулем	36/36		2	10/2		24/34
Всього за I семестр		6	8	58/8		
<b>Модуль 2. ДОСЛІДЖЕННЯ СТРУКТУРИ ТА ВЛАСТИВОСТЕЙ ОСОБИСТОСТІ</b>						
<b>Змістовий модуль 3. Методи дослідження особистості</b>						
Тема 4. ПОНЯТТЯ ОСОБИСТОСТІ У ПСИХОЛОГІЧНИХ ДОСЛІДЖЕННЯХ	4/4	2				2/4
▪ Класифікація методів дослідження особистості	4/4		2			2/4
Разом за змістовим модулем 3	8/8	2	2			4/8
<b>Змістовий модуль 4. Дослідження структури та властивостей особистості</b>						
Тема 5. ВИВЧЕННЯ АКТИВНОСТІ І СПРЯМОВАНOSTІ ОСОБИСТОСТІ	8/8			4		4/8
▪ Структура самосвідомості особистості	14/10			8/2		6/8
▪ Прийоми та способи особистісного самопізнання та саморозвитку	4/6					4/6
Виконання ІНДЗ (ПОЗ)*	2/4					2/4
Разом за змістовим модулем 4	28/28			12/2		16/26
Разом годин за модулем	36/36	2	2	12/2		20/34
<b>Модуль 4. ВИВЧЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ДІЯЛЬНОСТІ: МОТИВАЦІЯ, ОВОЛОДІННЯ ДІЯМИ.</b>						
<b>Змістовий модуль 6. Вивчення структури та особливостей діяльності</b>						
Тема 8. ПРОБЛЕМИ ВИВЧЕННЯ ТА ПСИХОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ ДІЯЛЬНОСТІ	4/2	2				2/2
▪ Класифікація методів дослідження діяльності. Вивчення мотивів навчальної діяльності	8/8		2/2	2/2		4/6
▪ Діагностика мотивації досягнення успіху та уникнення невдачі	4/4			2		2/4
▪ Формування рухових навичок				2		
▪ Постановка цілей у структурі діяльності				2		
▪ Психологічний аналіз діяльності				4		
Виконання ІНДЗ (ПОЗ)*	4/4					4/4
Разом за змістовим модулем 6	24/24	2	2/2	12/2		14/20
Разом годин за модулем	45/	2	2/2	12/2		22/32



<b>Модуль 5. ВИВЧЕННЯ СПІЛКУВАННЯ ТА МІЖОСОБИСТІСНИХ СТОСУНКІВ У ГРУПАХ І КОЛЕКТИВАХ</b>						
<b>Змістовий модуль 7. Вивчення особистості у спілкуванні</b>						
Тема 10. КОМУНІКАТИВНА СТОРОНА СПІЛКУВАННЯ. КОМУНІКАТИВНА СПРЯМОВАНІСТЬ ОСОБИСТОСТІ						
▪ Експертне оцінювання у вивченні невербальних засобів комунікації	6/6			2		4/6
▪ Рефлексія розвитку комунікативності як провідної якості психолога	6/6			2		4/6
Разом за змістовим модулем 7	12/12			4		8/12
<b>Змістовий модуль 8. Вивчення міжособистісних стосунків у групах та колективах</b>						
Тема 10. ОРГАНІЗАЦІЯ ТА ВИМОГИ ДО ДОСЛІДЖЕННЯ МІЖОСОБИСТІСНИХ СТОСУНКІВ У ГРУПАХ ТА КОЛЕКТИВАХ	6/8	2/2				4/6
▪ Організація та вимоги до дослідження міжособистісних стосунків у групах та колективах	4/2					2/2
▪ Соціометричне дослідження структури групи	12/8			6/2		6/6
Тема 12. РЕФЕРЕНТОМЕТРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВЗАЄМОСТОСУНКІВ У ГРУПІ	4/4			2		2/4
Тема 13. ВІКОВІ ОСОБЛИВОСТІ ЗАСТОСУВАННЯ СОЦІОМЕТРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ	4/6					2/6
Тема 14. ІНТЕГРАЦІЙНІ ПОКАЗНИКИ В ГРУПАХ	6/4			2		4/4
Виконання ІНДЗ (ПОЗ)*	2/4					2/4
Разом за змістовим модулем 8	36/36	2/2		12/2		22/32
Разом годин за модулем	36/36	2/2		12/2		22/32
<b>Модуль 9. ВИВЧЕННЯ ЕМОЦІЙНОЇ СФЕРИ</b>						
<b>Змістовий модуль 13. Вивчення емоційної сфери особистості</b>						
Тема 20. ОСОБЛИВОСТІ ВИВЧЕННЯ ЕМОЦІЙ ОСОБИСТОСТІ	4/4	2				2/4
▪ Специфіка організації дослідження емоційно-вольової сфери особистості	4/4					2/4
▪ Диференційна діагностика емоцій	4/4			2		2/4
▪ Вивчення емоційних станів особистості	6/6			4/2		2/4
Тема 21. ЕМОЦІЙНА САМОРЕГУЛЯЦІЯ ОСОБИСТОСТІ	2/2					2/2
Виконання ІНДЗ (ПОЗ)*	2/2					2/2
Разом за змістовим модулем 9	22/22	2		6/2		12/20
<b>Модуль 10. ВИВЧЕННЯ ВОЛЬОВОЇ СФЕРИ</b>						
<b>Змістовий модуль 14. Вивчення вольової сфери особистості</b>						
Тема 22. Особливості вивчення вольової сфери особистості	4/4		6	2		2/4
▪ Дослідження локусу контролю особистості						
▪ Дослідження вольових якостей особистості	6/6			4		2/4
Тема 23. САМОСПОСТЕРЕЖЕННЯ У РОЗВИТКУ ВОЛЬОВИХ ЯКОСТЕЙ ОСОБИСТОСТІ	4/4			2		/4
Виконання ІНДЗ (ПОЗ)*	2/2					2/2
Разом за змістовим модулем 10	14/14			8		6/14
Разом годин за модулем	36/36	2	6	14/2		18/34
Усього за II семестр	108/108	6/2	12/2	36/6		62/98
Усього за рік	315	12	20	128		155

\* Виконання ІНДЗ (ПОЗ) здійснюється за рахунок годин на самостійне опрацювання

**\*\*Обов'язкові види робіт до кожного модуля:**

- опрацювати основні поняття;
- пройти перевірку рівня засвоєння знань з теми, яка виносилася на самостійне опрацювання на консультації у викладача;
- оформити звіти за результатами лабораторних занять.

### **УМОВИ ДОПУСКУ ДО ПІДСУМКОВОЇ МОДУЛЬНОЇ РОБОТИ:**

- відвідати 80% занять модуля, включаючи лекційні, практичні та лабораторні заняття; в разі відсутності студента на занятті відпрацювання відбувається у письмовій формі (за вимогами викладача)
- виконати 100% завдань до лабораторних занять;
- одержати 80% оцінок: 1 оцінка за перевірку рівня засвоєння знань з теми, яка виносилася на самостійне опрацювання, є обов'язковою; оцінки за усні відповіді на практичних і лабораторних заняттях, позитивні оцінки за письмові відповіді на лабораторних заняттях та позитивні оцінки за письмові звіти на лабораторних заняттях

## РЕКОМЕНДАЦІЇ ДО ОРГАНІЗАЦІЇ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ

Самостійна робота є невід'ємною складовою вивчення навчальної дисципліни. Вона здійснюється за такими напрямками:

- підготовка теоретичних питань до практичних занять;
- конспектування першоджерел;
- виконання індивідуальних (професійно-орієнтованих) завдань;
- підготовка до підсумкових модульних робіт;
- підготовка до заліку.

Обов'язкові види робіт:

- опрацювати основні поняття;
- пройти перевірку рівня засвоєння знань з теми, яка виносилася на самостійне опрацювання на консультації у викладача;
- оформити звіти за результатами лабораторних занять.

**Підготовка теоретичних питань до практичних занять** передбачає опрацювання питань теми практичного заняття. Ці питання могли як розглядати під час лекції, так і виноситися на самостійне опрацювання.

### *Алгоритм підготовки*

- Визначте питання для підготовки (Ви маєте розглянути усі питання, зазначені у плані практичного заняття).
- Візьміть у бібліотеці університету (читальному залі або на кафедрі) джерела, зазначені у списку основної літератури до заняття. При підборі літератури Ви можете користуватися бібліотечними каталогами (алфавітним, предметним або систематичним).
- Визначте розділи (теми або параграфи), у яких розкрито питання практичного заняття.
- Прочитайте ці розділи.
- Складіть план (простий або складний) відповіді на кожне питання.
- Визначте основні поняття, які Ви повинні засвоїти.
- Проаналізуйте, як опрацьований матеріал пов'язаний з іншими питаннями теми.
- Для кращого засвоєння та запам'ятовування матеріалу складіть короткий конспект, схеми, таблиці або графіки по прочитаному матеріалу.
- Визначте проблеми в опрацьованому матеріалі, які Ви недостатньо зрозуміли. З цими питаннями Ви можете звернутися на консультації до викладача.
- Перевірте, як Ви засвоїли опрацьоване питання. Ви можете це зробити, відповівши на тестові питання до теми або розв'язавши практичні завдання.

**Конспектування першоджерел** передбачає поглиблений розгляд окремих питань теми. Для конспектування можуть пропонуватися статті з фахових журналів, розділи монографій або підручників.

### *Алгоритм підготовки*

- Прочитайте запропоноване першоджерело.
- Правильно оформіть бібліографію першоджерела (автор, назва, вихідні дані).
- Складіть план (простий або складний).
- Для кожного пункту плану виділіть основні положення проблеми, яка висвітлюється у першоджерелі.
- Представте прочитаний текст у вигляді тез або анотації, використовуючи, при потребі, схеми, таблиці, графіки тощо.
- Для самоперевірки перекажіть статтю, використовуючи власний конспект.

### АЛГОРИТМ ВИКОНАННЯ ЛАБОРАТОРНОЇ РОБОТИ

1. Уважно прочитайте план лабораторного заняття (в інструктивно-методичних матеріалах), особливу увагу зверніть на пункт «Звіт».
2. На основі плану визначте, які методи Ви повинні використати для проведення дослідження або виконання завдання.
3. Зверніться до довідкових видань або методичних рекомендацій для більш детального ознайомлення з методами дослідження (перелік цієї літератури зазначено у плані).
4. Уважно прочитайте матеріал, особливу увагу зверніть на такі пункти як «Специфіка використання», «Процедура проведення» та «Обробка і аналіз результатів».
5. Визначте, який стимульний матеріал та допоміжні матеріали необхідні для проведення дослідження, та підготуйте їх завчасно (це може бути бланк для відповідей, протокол спостереження, роздатковий матеріал тощо).
6. Якщо виконання завдання передбачає ведення або обробку протоколу, з'ясуйте для себе, яка саме інформація має бути у ньому представлена.
7. Приступайте до проведення дослідження.
8. Звернувшись до пункту «Обробка результатів», зробіть кількісну та якісну обробку результатів дослідження (якщо це передбачено). Ви маєте проаналізувати усі показники, які одержали в ході кількісної обробки. Для проведення якісного аналізу зверніться до розділу «Обробка результатів» та того теоретичного матеріалу, який Ви опрацювали у пункті 3. При потребі Ви можете звернутися до додаткової літератури, яка зазначена у плані лабораторного заняття.
9. Узагальніть результати якісного аналізу у вигляді висновків (інтерпретації).
10. Матеріали проведеного дослідження Ви маєте представити у вигляді звіту. Вимоги до оформлення звіту зазначені в інструктивно-методичних матеріалах.
11. Порівняйте, чи відповідає зміст Вашого звіту тим вимогам, які зазначені у плані лабораторного заняття пункт «Звіт». Якщо Ваш звіт неповний, допрацюйте його.
12. Розташуйте сторінки звіту у тій послідовності, як це зазначено у пункті «Звіт».
13. Скріпіть сторінки звіту степлером у верхньому лівому куту.
14. Здайте звіт викладачу по завершенню лабораторного заняття (для студентів денної форми навчання).
15. Складіть звіти, зазначені у пункті «Вимоги до екзамену», по порядку в окрему папку та здайте їх у термін, вказаний викладачем (для студентів заочної форми навчання).
16. При здачі звітів прохання не вкладати їх у файли.

**Пам'ятайте:** якщо Ви не змогли самостійно знайти відповіді на питання, поставте їх викладачеві на лабораторному занятті або на консультації. Ставити питання на ПМР або екзамені вже запізно.

**Підготовка до підсумкової модульної роботи (ПМР) та заліку** має на меті узагальнення та систематизацію знань з окремого модуля або дисципліни у цілому.

#### *Алгоритм виконання*

- Ознайомтеся з переліком питань та завдань до ПМР або заліку.
- Підберіть підручники, інструктивно-методичні матеріали або іншу довідкову літературу, необхідну для підготовки (її перелік Ви можете знайти в робочій програмі або методичних матеріалах).
- Перегляньте зміст кожного питання, користуючись власними конспектами або підручниками.
- Визначте рівень знань з кожного питання.
- Визначте питання, які потребують ретельнішої підготовки (опрацювання додаткової літератури, складання конспектів, схем, виконання окремих завдань тощо). З цією метою зверніться до алгоритму підготовки теоретичних питань до практичних занять та виконання завдань до лабораторних занять.
- Для самоперевірки перекажіть теоретичні питання або виконайте практичне завдання.

**Примітка:** якщо ви маєте труднощі у підготовці окремих теоретичних питань або виконанні практичних завдань, ви можете звернутися за консультацією до викладача. Час проведення консультацій зазначений у Графіку проведення консультацій (кафедра соціальної та практичної психології).



## ЛАБОРАТОРНІ ЗАНЯТТЯ

### ЛАБОРАТОРНЕ ЗАНЯТТЯ № 1

#### Тема. ВИДИ ТА СПОСОБИ ОРГАНІЗАЦІЇ БЕСІДИ У ПСИХОЛОГІЧНИХ ДОСЛІДЖЕННЯХ

План:

*Для підготовки варто робити короткий конспект питань, що розглядатимуться на занятті:*

1. Специфіка застосування бесіди у психологічних дослідженнях.
  - поняття про бесіду як метод психологічного дослідження:

**Зверніть увагу!** Інформацію з сайту [wikipedia.org](http://wikipedia.org) можна використовувати лише для розширення загального кругозору, а не для здобуття вищої освіти.

- етапи підготовки бесіди:

Гарним тоном вважається вказувати джерело, з якого Ви берете визначення

- вимоги до побудови бесіди:

**Закономірності організації початкових етапів інтерв'ю** (за матеріалами *Начало интервью* // Лысенко О.Ю., Марковская И.М. *Качественные методы социально-психологических исследований: Учебное пособие.* – Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 2001. – С. 16- 20)

#### ПРАКТИЧНА ЧАСТИНА:

**Клієнтський запит:** Ви, студент першого курсу, звертаєтесь до психолога за консультацією: «я отримую освіту психолога і чув, що психолог, перш за все, повинен мати повну інформацію про власну особистість. Як я можу дослідити себе».

#### **Обов'язкова програма виконання завдання**

1. На основі аналізу клієнтського запиту здійснити **категоріально-термінологічне довізнання проблеми, з якою буде працювати психолог** : (за Музика О.Л. Професійно-орієнтовані завдання у системі підготовки студентів-психологів // Професійно-орієнтовані завдання з психології / За ред. О.Л. Музики. Навчальний посібник. – 3-тє вид., перероб. і доп. – Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І.Франка, 2010. – С. 9-23. [http://zu.edu.ua/spf/psihol\\_vkl.html](http://zu.edu.ua/spf/psihol_vkl.html))

І. ЕТАП ПЕРВИННОГО АНАЛІЗУ ПРОБЛЕМИ	
	Критерії оцінювання та спосіб презентації*
1.1. Категоріально-термінологічне довізнання проблеми, з якою звернулися до психолога (уточнення проблеми, її переформулювання з використанням базових психологічних категорій, понять та термінів)	Діалогічне формулювання проблеми з дотриманням принципу поваги до людини, яка звернулася за психологічною допомогою. Використання базових категорій, понять та термінів, необхідних для подальшої роботи з проблемою. Доступність переформульованої проблеми для сприймання людини, що звернулася за допомогою. <i>Опис роботи із проблемою у формі діалогу.</i>

## Категоріально-термінологічне до визначення проблеми

---

---

---

---

При підготовці ознайомтеся з правилами організації вступної бесіди. **Фактори**, що впливають на успішність інтерв'ю:

- Зовнішній вигляд дослідника має відповідати його статусу, не бути занадто «вільним» або надміру дорогим.
- Стиль поведінки дослідника:
  - Невербальні способи встановлення контакту: спокійна, але привітна посмішка, потиск руки, відкритий погляд, природна поза, увага до співбесідника, спокійний тон розмови.
  - Вербальні способи: привітання, повідомлення мети дослідження, перевірка стану клієнта («чи зручно Вам сидіти», «чи готові Ви зараз працювати») отримання згоди досліджуваного («чи дозволите Ви поставити декілька запитань»)
- Лаконічність та однозначність запитань.
- Реакція на відповіді респондента.

### 2. Сплануйте вступну бесіду із клієнтом. Розробіть текст вступної бесіди для вивчення мотивації вступу студентів на соціально-психологічний

**Алгоритм** та приблизні **вербальні формули**, що сприяють налагодженню контакту при проведенні анкетування, опитування:

- Знайомство («Доброго дня. Мене звати .... Я представник .... (назва організації). Ми проводимо дослідження і опитуємо кого...»)

Психолог:

---

---

Клієнт:

---

---

- Бажано звертатися до респондента на ім'я або на ім'я і по-батькові.
- Позитивний підхід («чи могла б я поговорити з Вами кілька хвилин», «чи можу я поставити Вам кілька запитань»). Уникайте негативних формулювань («чи Ви зараз не зайняті»). Висловіть вдячність за згоду проведення дослідження

Психолог:

---

---

Клієнт:

---

---

- Гарантія анонімності - поясніть, що інформація не буде використана в інших цілях, вся інформація буде групуватися для загального аналізу. Не показуйте результати досліджень інших респондентів.

Психолог:

---

---

Клієнт

---

---



— Відповідайте на запитання респондента, якщо вони стосуються теми або мети Вашого опитування.  
Клієнт:

---

---

Психолог \_\_\_\_\_

---

---

Подієві, фактологічні питання спрямовані на зацікавлення респондента і повинні стосуватися теми дослідження та особистого досвіду респондента (Наприклад, «Чи є серед Ваших знайомих люди, що здобувають професію психолога або вже працюють у цій сфері?»).

Психолог:

---

---

Клієнт: \_\_\_\_\_

---

---

### 3. Проведіть підготовлену бесіду.

**Форми практичної роботи на занятті.**

Групи по 3 студентів: дослідник, респондент, спостерігач. Група працює таким чином, щоб кожен зі студентів апробував всі три ролі.

### 4. По завершенні роботи здійсніть аналіз її виконання у формі звіту

**Звіт за результатами практичної роботи:**

*В якій ролі легше працювати? Чому?*

---

---

---

---

---

---

---

---

*Що я вмію робити як дослідник, спостерігач: який з пунктів алгоритму мені вдалося виконати, а який ні.*

---

---

---

---

---

---

---

---

*Чого навчила мене роль спостерігача*

---

---

---

---

---

---

---

---

### Література

1. Горбатов Д.С. Практикум по психологическому исследованию: Учеб. пособие. – Самара Издательский дом «БАХРАХ-М», 2006. – 272 с.
2. Лысенко О.Ю., Марковская И.М. Качественные методы социально-психологических исследований: Учебное пособие. – Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 2001. – 106 с.
3. Метод беседы в психологии: Учебное пособие для студентов факультетов психологии высших учебных заведений по специальностям 52100 и 020400 — «Психология» / Редактор- составитель А. М. Айламазян. — М.: Смысл, 1999. — 222 с.
4. Практическая психометрия. Эффективное интервьюирование / Р.Эденборо. – СПб.: Питер, 2003. – 384 с.

Контрольні питання і завдання:

1. Яка специфіка застосування бесіди як методу психологічного дослідження (методологічні передумови застосування бесіди, етапи підготовки бесіди)?
2. Виконайте всі завдання із обов'язкової програми роботи над ПОЗами.

### ЛАБОРАТОРНЕ ЗАНЯТТЯ № 2

#### Тема. ВИДИ ТА СПОСОБИ ОРГАНІЗАЦІЇ БЕСІДИ У ПСИХОЛОГІЧНИХ ДОСЛІДЖЕННЯХ

План:

2. Специфіка застосування бесіди у психологічних дослідженнях.
  - Поведінка дослідника при проведенні психологічного дослідження

**Зверніть увагу!** У конспекті варто викласти інформацію у тезовому вигляді (дуже сисла думка, яка у майбутньому наштовхне Вас на відповідь).

Варто робити

Не варто робити

- Види бесіди у психологічних дослідженнях:

**Закономірності організації початкових етапів інтерв'ю** (за матеріалами Интервьюирование // Горбатов Д.С. Практикум по психологическому исследованию: Учеб. пособие. – Самара Издательский дом «БАХРАХ-М», 2006. – С.163-168.)

### ПРАКТИЧНА ЧАСТИНА:

### Клієнтський запит (л.з.1)

### Обов'язкова програма виконання завдання

1. **Сплануйте інструкцію для подальшого опитування клієнта.** Розробіть текст інструкції для вивчення мотивації вступу студентів на соціально-психологічний факультет .

При підготовці ознайомтеся з правилами пред'явлення інтерв'ю.

Пам'ятка для складання **інструкції** для опитування (анкетування):

- Звернення до респондента
- Вказати хто (яка організація) та для чого проводить опитування, як будуть використані результати. Уникайте при цьому корекції мотивів (сподобатися досліднику; дати потрібну досліднику інформацію тощо).
- Повільно та чітко прочитайте інструкцію
- Наведіть приклади відповідей на запитання (для прикладів вибирайте питання, які не входять до основного опитування).
- Перевірте, чи правильно респондент зрозумів інструкцію (на прикладі додаткового питання).
- Ознайомте з часом проведення опитування. Якщо час не обмежується, повідомте про це. Повідомте про правила виправлення помилок та форму завершення дослідження («по завершенні дослідження я перевірю правильність внесення мною Ваших відповідей»).

## Інструкція для респондента

## 2. Запропонуйте інструкцію клієнту.

Психолог (відмітьте відмінності із підготовленим текстом): \_\_\_\_\_

### **Форми практичної роботи на занятті.**

Групи по 3 студентів: дослідник, респондент, спостерігач. Група працює таким чином, щоб кожен зі студентів апробував всі три ролі.

Надання інструкцій до стандартизованих методів дослідження

## 3. По завершенні роботи здійсніть аналіз її виконання у формі звіту

**Звіт за результатами практичної роботи:**

*В якій ролі легше працювати? Чому?*

*Що я вмію робити як дослідник, спостерігач: який з пунктів алгоритму мені вдалося виконати, а який ні.*

*Які труднощі виникли при формулюванні інструкцій різного виду*

*Чого навчила мене роль спостерігача*

### **Література**

1. Горбатов Д.С. Практикум по психологическому исследованию: Учеб. пособие. – Самара Издательский дом «БАХРАХ-М», 2006. – 272 с.
2. Лысенко О.Ю., Марковская И.М. Качественные методы социально-психологических исследований: Учебное пособие. – Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 2001. – 106 с.
3. Метод беседы в психологии: Учебное пособие для студентов факультетов психологии высших учебных заведений по специальностям 52100 и 020400 — «Психология» / Редактор- составитель А. М. Айламазян. — М.: Смысл, 1999. — 222 с.
4. Практическая психометрия. Эффективное интервьюирование / Р.Эденборо. – СПб.: Питер, 2003. – 384 с.

*Контрольні питання і завдання:*

1. Яка специфіка застосування бесіди як методу психологічного дослідження (поведінка дослідника при проведенні психологічного дослідження, види бесіди, типи запитань у бесіді)?
2. Виконайте всі завдання із обов'язкової програми роботи над ПОЗами.

### **ЛАБОРАТОРНЕ ЗАНЯТТЯ № 3**

#### **Тема. ВИДИ ТА СПОСОБИ ОРГАНІЗАЦІЇ БЕСІДИ У ПСИХОЛОГІЧНИХ ДОСЛІДЖЕННЯХ**

*План:*

- Правила розробки питань бесіди.

— Основні види та вимоги до побудови письмового опитування:

— Типи запитань у бесіді:

Типи питань	Приклади
Закриті	
Відкриті	
Уточнюючі	
запитання, спрямовані на виявлення об'єктивних подій	
запитання, спрямовані на визначення суб'єктивного ставлення досліджуваного до подій	

Типові помилки інтерв'юєра- початківця **Искажения в интервью Рекомендации для интервьюеров по проведению интервью** // Лысенко О.Ю., Марковская И.М. Качественные методы социально-психологических исследований: Учебное пособие. – Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 2001.- С. 49- 56.



**Питання для інтерв'ю:**

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_
6. \_\_\_\_\_
7. \_\_\_\_\_
8. \_\_\_\_\_
9. \_\_\_\_\_
10. \_\_\_\_\_

**3. Проведіть інтерв'ю із клієнтом та здійсніть якісний аналіз результатів (Додаток 1, п.3.1.).**

Основні мотиви отримання психологічної освіти респондентом

---

---

---

---

**Форми практичної роботи на занятті.**

Групи по 3 студентів: дослідник, респондент, спостерігач. Група працює таким чином, щоб кожен зі студентів апробував всі три ролі.

**4. По завершенні роботи здійсніть аналіз її виконання у формі звіту**

**Звіт за результатами практичної роботи:**

*В якій ролі легше працювати? Чому?*

---

---

---

---

– *Як легше відповідати на питання: усно чи письмово. Чому?*

---

---

---

---

---

---

*Що я вмію робити як дослідник, спостерігач: який з пунктів алгоритму мені вдалося виконати, а який ні.*

---

---

---

---

---

*Які труднощі виникли у процесі інтерв'ю*

---

---

---

*Порівняйте власні відчуття та досягнення за результатами проведення всіх трьох видів бесіди*

---

---

---

---

---

### Література:

1. Горбатов Д.С. Практикум по психологическому исследованию: Учеб. пособие. – Самара Издательский дом «БАХРАХ-М», 2006. – 272 с.
2. Лысенко О.Ю., Марковская И.М. Качественные методы социально-психологических исследований: Учебное пособие. – Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 2001. – 106 с.
3. Метод беседы в психологии: Учебное пособие для студентов факультетов психологии высших учебных заведений по специальностям 52100 и 020400 — «Психология» / Редактор- составитель А. М. Айламазьян. — М.: Смысл, 1999. — 222 с.
4. Практическая психометрия. Эффективное интервьюирование / Р.Эденборо. – СПб.: Питер, 2003. – 384 с.

### Контрольні питання і завдання:

1. Які особливості розробки та застосування напівструктурованого інтерв'ю у психологічних дослідженнях?
2. Виділіть основні види та вимоги до побудови письмового опитування.
3. Вкажіть на типові помилки інтерв'юєрів-початківців.
4. Виконайте всі завдання із обов'язкової програми роботи над ПОЗами.

### ЛАБОРАТОРНЕ ЗАНЯТТЯ № 4-5

#### Тема. СПОСТЕРЕЖЕННЯ ЯК МЕТОД ДОСЛІДЖЕННЯ У ПСИХОЛОГІЇ

- Особливості застосування спостереження у психологічних дослідженнях:

Наукове спостереження	Побутове спостереження

- Види спостереження:

Вид спостереження	Приклад

- Етапи наукового спостереження




– Способи реєстрації результатів спостереження:

---

---

---

---

---

---

---

---

Типові помилки спостерігачів-початківців.

---

---

---

---

---

---

---

---

## ПРАКТИЧНА ЧАСТИНА:

### Клієнтський запит (л.з. 1)

Обов'язкова програма виконання завдання

1. Складіть розгорнутий план виконання завдання (Додаток 1, п.2.4.)
2. Разом з викладачем сплануйте спостереження за поведінкою досліджуваного в умовах сприймання різної інформації:

напрямки спостереження	
критерії прояву досліджуваних ознак	

### Форми практичної роботи на занятті.

Студенти працюють у парах: спостерігач, досліджуваний. Кожен має спробувати обидві ролі.

### Основні вимоги до організації та проведення спостереження:

- Цілеспрямованість - усвідомлення мети та предмету спостереження
- Наявність схеми спостереження.
- Об'єктивність – фіксація лише зовнішніх проявів, відсторонення від очікуваних результатів
- Надійність результатів спостереження (через повторні дослідження)
- Відповідність отриманих результатів поставленим цілям

3. Розробіть протокол для фіксації результатів спостереження (Додаток 1, п.2.6) та проведіть спостереження  
Орієнтовний протокол спостереження

**Зверніть увагу!** Заповнювати протокол потрібно по ходу спостереження, а не після, тому зручно ставити позначку у відповідних клітинках щоразу, як Ви помітили одним із проявів явища, за яким спостерігаєте.

### Сприймання інформації студентами в умовах ....

(серія I)

Критерії аналізу	Етап сприймання матеріалу / Результати спостереження та коментарі		
	Вступна частина	Основна частина	Заключна частина
<b>Поведінкові реакції</b>			
кількість відволікань			
тривалість відволікань			
записування тез виступу			
кивання головою у знак згоди			
<b>Вербальні прояви</b>			
ставить запитання			
Слухає запитання інших			
<b>Додаткові критерії</b> (виявлені у процесі спостереження)			

### Сприймання інформації студентами в умовах ....

(серія II)

Критерії аналізу	Етап сприймання матеріалу / Результати спостереження та коментарі		
	Вступна частина	Основна частина	Заключна частина
<b>Поведінкові реакції</b>			
кількість відволікань			
тривалість відволікань			
записування тез виступу			
кивання головою у знак згоди			
<b>Вербальні прояви</b>			
ставить запитання			
Слухає запитання інших			
<b>Додаткові критерії</b> (виявлені у процесі спостереження)			

#### 4. Проведіть 2 серії спостереження та здійсніть кількісний та якісний аналіз результатів.

Кількісний аналіз

Критерії аналізу	Кількісні результати спостереження (кількість проявів)					
	Вступна частина		Основна частина		Заклучна частина	
	I серія	II серія	I серія	II серія	I серія	II серія
<b>Поведінкові реакції</b>						
кількість відволікань						
тривалість відволікань						
записування тез виступу						
кивання головою у знак згоди						
<b>Вербальні прояви</b>						
ставить запитання						
Слухає запитання інших						
<b>Додаткові критерії</b> (виявлені у процесі спостереження)						

- За кожним критерієм підкресліть найбільші і найменші показники
- За найбільшими показниками визначте найбільш інформативні критерії спостереження: \_\_\_\_\_

Якісний аналіз результатів:

- Виявлення етапів прояву зацікавленості. Найвищі показники зацікавленості виявлено \_\_\_\_\_

Найнижчі показники зацікавленості виявлено \_\_\_\_\_

- Визначення індивідуальних форм реагування, що супроводжують сприймання матеріалу (за кількістю позначок) \_\_\_\_\_

- Додаткові показники \_\_\_\_\_

**Висновок** про особливості сприймання матеріалу \_\_\_\_\_

#### 5. Висновок:

- Що відчував у ролі досліджуваного?

- Які основні прояви зацікавленості притаманні мені?

– Охарактеризуйте тип використаного Вами спостереження (види за різними критеріями)\_\_\_\_\_

– Що я вмію робити як спостерігач: які з вимог мені вдалося виконати, а який ні. Які труднощі виникли у процесі спостереження.

---

---

---

---

---

---

---

### Література:

1. Горбатов Д.С. Практикум по психологическому исследованию: Учеб. пособие. – Самара Издательский дом «БАХРАХ-М», 2006. – 272 с.
2. Кондаков И.М. Практикум по общей психологии // <http://www.matlab.mgppu.ru/work/0011.htm>

Контрольні питання і завдання:

1. Які особливості розробки та застосування спостереження у психологічних дослідженнях?
2. У чому відмінність наукового спостереження від побутового?
3. Виділіть основні способи реєстрації результатів спостереження
4. Вкажіть на типові помилки спостерігачів-початківців.
5. Виконайте всі завдання із обов'язкової програми роботи над ПОЗами.

### ЛАБОРАТОРНЕ ЗАНЯТТЯ № 6-7

#### Тема 3. ОСНОВНІ ПОНЯТТЯ МАТЕМАТИЧНОЇ СТАТИСТИКИ. МІРИ ЦЕНТРАЛЬНОЇ ТЕНДЕНЦІЇ. КОЕФІЦІЄНТИ КОРЕЛЯЦІЇ.

План:

1. Методи якісного та кількісного аналізу даних психологічного дослідження.
  - міри центральної тенденції: мода, медіана, середнє арифметичне
  - дисперсійний аналіз результатів психологічних досліджень: розмах ряду, стандартне відхилення
  - кореляційний аналіз результатів психологічних досліджень (визначення рангової та лінійної кореляції).
  - визначення статистичної достовірності отриманих результатів.

### ПРАКТИЧНА ЧАСТИНА

#### Клієнтський запит

Ви працюєте психологом в одній зі шкіл міста. До Вас звернувся вчитель початкових класів: «Цього року я став класним керівником у 5-му класі. Перед початком навчального року хотів ознайомитися із загальною картиною успішності в класі. Але показників багато, я не можу скласти загальну картину».

#### Обов'язкова програма виконання завдання

1. На основі аналізу клієнтського запиту здійсніть **категоріально-термінологічне довізначення** проблеми, з якою буде працювати психолог (додаток 1., п.1.1.)
2. **Складіть розгорнутий план виконання завдання**, зробіть підбір методів та аналіз ресурсів (Додаток 1, п. 2.4).
3. **Здійсніть математичні обчислення показників успішності** учнів 5-го класу: моди, медіани, середнього арифметичного, середнього квадратичного або стандартного відхилення, розмаху показників, коефіцієнту кореляції.

Теоретична довідка

**Якісний аналіз** характеризує властивості елементів вибірки та полягає у розкритті рівня розвитку досліджуваного явища, причинних зв'язків, залежності від віку, статі, інших зовнішніх та внутрішніх чинників.

**Кількісний аналіз** передбачає застосування математичних (статистичних) обчислень:

- 1) моди, медіани, середнього арифметичного;
- 2) середнього квадратичного або стандартного відхилення;
- 3) розмаху показників;
- 4) коефіцієнту кореляції та ін.

Отримання науково достовірних фактів вимагає великої кількості вимірювань досліджуваного явища. Для з'ясування закономірностей і висновків таких даних необхідна спеціальна обробка за допомогою методів математичної статистики.

Кількісна обробка в психології є по своїй суті статистичною обробкою, тому дамо характеристику основних понять статистики.

**Варіаційний ряд** – набір всіх показників, отриманих в процесі дослідження.

**Впорядкований варіаційний ряд** – набір показників, що отримані в процесі дослідження і впорядковані певним чином (за зростанням/спаданням досліджуваної якості).

**Мода (Mo)** – показник варіаційного ряду, що має найбільшу частоту повторень (найчастіше зустрічається).

**Медіана (Md)** – показник, що ділить впорядкований варіаційний ряд навпіл. Місце медіани визначають за допомогою виразу  $\frac{n+1}{2}$ .

**Середнє арифметичне ( $\bar{x}$ )** знаходиться шляхом додавання всіх показників ряду і діленням отриманої

$$\text{суми на кількість членів варіаційного ряду: } \bar{x} = \frac{\sum_{i=1}^n x_i}{n}$$

**Розмах (W)** варіаційного ряду визначається як різниця між максимальним та мінімальним показниками ряду даних:  $W = x_{\max} - x_{\min}$

**Стандартне відхилення** (середнє квадратичне) є більш точною мірою розсіювання даних:

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

Чим менша  $\sigma$ , тим більш показовим є  $\bar{x}$ . якщо окремі показники варіаційного ряду

вкладаються в  $\pm 3\sigma$  від  $\bar{x}$ , то  $\bar{x}$  є достатньо показовим.

**Розглянемо на прикладі:**

№	Учні	x
1	А.	10
2	О.	1
3	В.	7
4	К.	5
5	Н.	8
6	Л.	8
7	С.	5
8	І.	4
9	Ю.	5
10	Т.	7

1. Знаходимо  $\bar{x}$  за формулою  $\bar{x} = \frac{\sum_{i=1}^n x_i}{n}$ .  $\bar{x} = (10+1+7+5+8+8+5+4+5+7)/10$   
 $\bar{x} = 6$ .

2. Знаходимо  $d^2$ . Заповнюємо таблицю:

№	Учні	x	$d(x - \bar{x})$	$d^2$
1	А.	10	4	16
2	О.	1	-5	25
3	В.	7	1	1
4	К.	5	-1	1
5	Н.	8	2	4
6	Л.	8	2	4

7	С.	5	-1	1
8	І.	4	-2	4
9	Ю.	5	-1	1
10	Т.	7	1	1

3. Знаходимо  $d = x - \bar{x}$ .

4. Знаходимо  $\sum d^2$ .  $\sum d^2 = 58$ .

5. Знаходимо  $\sigma$  за формулою.  $\sigma = \sqrt{\frac{58}{10-1}}$ ;  $\sigma = 2,5$ .

6. Перевіряємо, чи вкладаються окремі показники варіаційного ряду у проміжок  $\bar{x} - 3\sigma < x < \bar{x} + 3\sigma$ .  
 $6 - 3 \cdot 2,5 = -1,5$ ;  $6 + 3 \cdot 2,5 = 13,5$ .

Для зручності візьмемо найменший та найбільший показники:  $-1,5 < 10 < 13,5$ ;

$-1,5 < 1 < 13,5$ .

**Висновок.** Оскільки виконується закономірність  $\bar{x} - 3\sigma < x < \bar{x} + 3\sigma$ , можна стверджувати, що  $\bar{x} = 6$  є достатньо показовим для нашого варіаційного ряду.

### Коефіцієнти кореляції.

Кореляційний аналіз використовується для з'ясування зв'язку між досліджуваними явищами. Наприклад, між темпом читання та переключенням уваги, між рівнем розвитку мислення та успішністю. Кореляційний аналіз допомагає встановити надійність методів досліджень, методів навчання, практичне їх значення тощо.

Кореляція буває:

1. позитивною, коли існує пряма залежність між явищами (між зростом і вагою людини, між рівнем інтелекту і продуктивністю розумової діяльності);
2. негативною, коли існує обернена залежність (чим більша засуха, тим менший врожай; чим менша зосередженість на виконанні роботи, тим більше помилок).

**Коефіцієнт кореляції** – це математичний показник сили (тісноти) зв'язку між двома статистичними ознаками, що зіставляються. Значення коефіцієнта кореляції демонструє ступінь зв'язку між явищами:

0 – відсутність зв'язку між явищами;

$0,1 \leq \rho \leq 0,3$  – зв'язок між явищами несуттєвий;

$0,4 \leq \rho \leq 0,5$  – ясно виражений зв'язок;

$0,6 \leq \rho \leq 1$  сильний зв'язок;

+1 (або -1) – зв'язок між явищами однозначний по типу прямо пропорційної залежності (або по типу оберненої пропорційної залежності).

Знак коефіцієнта кореляції (+ чи -) визначає пряму чи обернену залежність. Позитивна кореляція позначається знаком „+”, а негативна – знаком „-”.

Розрізняють рангову та лінійну кореляції.

**Коефіцієнт рангової кореляції** вимірює зв'язок між рангами (місцями) певного показника по різних ознаках, а не між власними величинами цього показника. Визначається за **формулою Спірмена**:

$$\rho = 1 - \frac{6 \times \sum_{i=1}^n d^2}{n \times (n^2 - 1)}, \text{ де } n - \text{кількість зіставлених пар рангів; } d - \text{різниця рангів.}$$

### Розглянемо на прикладі:

Простежити взаємозв'язок між успішністю з дисциплін гуманітарного і математичного циклів.

№	Учні	Середні показники успішності		Ранг учня		d (x-y)	$d^2$
		з гуманітарних дисциплін	з математики	X	y		
1	Р.	9	7				
2	О.	5	10				
3	Л.	10	5				
4	Д.	5	8				
5	К.	1	3				

1. Визначимо місця учнів у впорядкованому варіаційному ряду за кількістю правильно розв'язаних завдань I типу (визначимо ранг учнів) таким чином, щоб на першому місці опинився учень, який розв'язав найбільшу кількість завдань I типу (№3 – 10 завдань), а на останньому – учень, який розв'язав найменшу кількість завдань (№5 – 1 завдання). Учні, які розв'язали однакову кількість завдань повинні опинитися на однакових місцях (№2,4). Вони повинні зайняти місця III та IV. Для того, щоб отримати однакові ранги необхідно додати номери рангів, які повинні зайняти учні та поділити на кількість однакових результатів  $((3+4):2=3,5$  ранг займають №2 та 4).
2. Аналогічно прорангуємо учнів за успішністю розв'язання завдань II типу.
3. Знаходимо різницю рангів для кожної пари показників.
4. Знаходимо  $d^2$ .

№	Учні	кількість правильно розв'язаних завдань		Ранг учня		d (x-y)	$d^2$
		I типу	II типу	x	y		
1	Р.	9	7	2	3	-1	1
2	О.	5	10	3,5	1	2,5	6,25
3	Л.	10	5	1	4	-3	9
4	Д.	5	8	3,5	2	1,5	2,25
5	К.	1	3	5	5	0	0

5. Знаходимо  $\sum d^2$ .

$$\sum d^2 = 18.$$

6. Знаходимо значення  $\rho$ .

$$\rho = 1 - \frac{6 \cdot 18,5}{5 \cdot (25 - 1)} = 1 - \frac{111}{120} = 1 - 0,925 = 0,075$$

**Висновок:** зв'язок між успішністю розв'язання завдань I та II типу майже відсутній, оскільки  $\rho \approx 0$ .

**Коефіцієнт лінійної кореляції** вимірює зв'язок між власними величинами показників. Визначається за формулою Пірсона:

$$r = \frac{n \times \sum x_i \times y_i - (\sum x_i) \times (\sum y_i)}{\sqrt{[n \times \sum x_i^2 - (\sum x_i)^2] \times [n \times \sum y_i^2 - (\sum y_i)^2]}}$$
, де x, y – показники варіаційних рядів; n – кількість

**Розглянемо на прикладі:**

Простежити взаємозв'язок між швидкістю розв'язування завдань та кількістю допущених помилок:

№	Учні	Швидкість розв. завд.	К-ть помилок	$x \times y$	$x^2$	$y^2$
		x	y			
1	А.	5	1			
2	О.	7	2			
3	В.	2	8			
4	М.	8	4			
5	Р.	5	5			
				$\Sigma$	$\Sigma$	$\Sigma$

1. Знаходимо значення  $x \times y$ ,  $x^2$ ,  $y^2$ . Результати заносимо у таблицю.
2. Підраховуємо показники суми отриманих результатів.

№	Учні	Швидкість розв. завд.	К-ть помилок	$x \times y$	$x^2$	$y^2$
		x	y			
1	А.	5	1	5	25	1

2	О.	7	2	14	49	4
3	В.	2	8	16	4	64
4	М.	8	4	32	64	16
5	Р.	5	5	25	25	25
		$\Sigma = 27$	$\Sigma = 20$	$\Sigma = 92$	$\Sigma = 167$	$\Sigma = 110$

3. Знаходимо значення г.

$$r = \frac{5 \cdot 92 - 27 \cdot 20}{\sqrt{[5 \cdot 167 - 729] \cdot [5 \cdot 110 - 400]}} = \frac{460 - 540}{\sqrt{[835 - 729] \cdot [550 - 400]}} = \frac{-80}{\sqrt{106 \cdot 150}} = \frac{-80}{126} = -0,63.$$

**Висновок:** існує обернений зв'язок між швидкістю розв'язування завдань та кількістю помилок, тобто, чим швидше розв'язується завдання, тим менше помилок допускається [4].

### Завдання для самостійної роботи:

#### Клієнтський запит

Працівники деканату після першої сесії мають ззувати, чи існує залежність між успішністю складання ЗНО та успішністю у ВНЗ студентів-першокурсників та чи існує залежність між успішністю з гуманітарних та природничих дисциплін. Обрахуйте коефіцієнти лінійної та рангової кореляції для вибірки у 10 осіб.

#### Таблиця для визначення рангової кореляції

№	Учні	Середні показники успішності		Ранг студента		d (x-y)	d <sup>2</sup>
		ЗНО	Середній бал сесії	x	y		
1	Р.						
2	О.						
3	Л.						
4	Д.						
5	К.						
6							
7							
8							
9							
10							

**P =**

**P =**

**Зв'язок** \_\_\_\_\_

**Висновок:**

#### Таблиця для визначення лінійної кореляції

№	Учні	Успішність ЗНО.	Успішність сесія	x × y	x <sup>2</sup>	y <sup>2</sup>
		x	y			
1	А.					
2	О.					
3	В.					
4	М.					
5	Р.					
6						
7						
8						
9						
10						
		$\Sigma$	$\Sigma$	$\Sigma$	$\Sigma$	$\Sigma$

**P =**

**P =**

**Зв'язок** \_\_\_\_\_

**Висновок:**



### **Література:**

1. Музика О.Л. Курсові роботи з психології. – Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2007. – 104 с.
2. Практикум по общей, экспериментальной и прикладной психологии: Учеб. Пособие, 2-е изд., доп. Т перераб. / под. общ. ред. А.А. Крылова, С.А. Маничева. – СПб: Питер, 2003с. – С. 5-33.
3. Гудвин Дж. Использование статистических методов // Исследование в психологии. – СПб.: Питер, 2004. – С. 483-494.
4. Климчук В.О. Математичні методи у психології. Курс лекцій / Навчальний посібник для студентів психологічних спеціальностей. – Житомир, 2006. – С.4-17.
5. Общая психология /Под ред. А.В. Петровского. – М, 1986. – С.38-62.
6. Сидоренко Е.В. Методы математической обработки в психологии. – СПб.: “Речь”, 2000. – 350 с.
7. Ядов В. А. Стратегии и методы качественного анализа данных // Социология: 4М. – 1991. – N 1. – С. 14-31.

*Інформаційні ресурси:* електронна хрестоматія до курсу

*Контрольні питання і завдання:*

1. Вкажіть на особливості застосування методів якісного та кількісного аналізу даних психологічного дослідження.
2. Наведіть приклади застосування рангової та лінійної кореляції.
3. Поясніть відмінність між ранговою та лінійною кореляцією
4. Виконайте всі завдання із обов'язкової програми роботи над ПОЗами.

### Тема 3. ОСОБЛИВОСТІ ЗАСТОСУВАННЯ І МОДИФІКАЦІЇ ІНТЕРВ'Ю ТА СПОСТЕРЕЖЕННЯ У РІЗНИХ СФЕРАХ ПСИХОЛОГІЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ

- Перерахуйте основні експресивні реакції, що можуть стати предметом спостереження [2]

---

---

---

---

---

- Особливості спостереження у психотерапевтичній роботі [2].

---

---

---

---

---

---

---

- Анкетування (письмове опитування)

---

---

---

---

---

---

---

---

**Фази телефонного розговора** // Мякушкин Д.Е. Искусство разговора по телефону // <http://myakushkin.ru/ru/publikaczii/21/iskusstvo-razgovora-po-telefonu.html> (електронна хрестоматія)

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

#### Література

1. Горбатов Д.С. Практикум по психологическому исследованию: Учеб. пособие. – Самара Издательский дом «БАХРАХ-М», 2006. – 272 с.
2. Кондаков И.М. Практикум по общей психологии // <http://www.matlab.mgppu.ru/work/0011.htm> (електронна хрестоматія)
3. Мякушкин Д.Е. Искусство разговора по телефону // <http://myakushkin.ru/ru/publikaczii/21/iskusstvo-razgovora-po-telefonu.html> (електронна хрестоматія)

## ЗАВДАННЯ ДО ПІДСУМКОВОЇ МОДУЛЬНОЇ РОБОТИ №1

Умовою допуску до ПМР є зарахування звітів за лабораторні заняття.

**I. Тестові завдання** (5 завдання, за правильне виконання завдання – 4 бали). Максимальна кількість балів – 20).

Приклад тестового завдання:

Оберіть один із запропонованих варіантів відповіді

- 1) Метод психологічного дослідження, що полягає у навмисному, систематичному та цілеспрямованому сприйманні психічних явищ з метою вивчення їх специфічних змін за певних умов:

а) експеримент; б) спостереження; в) тести; г) бесіда.

**II. Теоретичні завдання** (з 2 теоретичних запитань обирається одне на вибір, яке оцінюється від 0 до 30 балів).

Максимальна кількість балів – 60.

1. Поняття про метод дослідження у психології.
2. Класифікація методів психологічних досліджень
3. Вимоги до організації психологічних досліджень.
4. Спостереження як основний метод психологічного дослідження: специфіка наукового спостереження; етапи організації спостереження.
5. Спостереження як основний метод психологічного дослідження: види спостережень у психологічних дослідженнях.
6. Способи реєстрації результатів спостереження. Типові помилки спостерігачів-початківців
7. Використання бесіди у психологічних дослідженнях: особливості організації бесіди у психологічному дослідженні. Типи запитань у бесіді.
8. Використання бесіди у психологічних дослідженнях: види бесіди; інтерв'ю як різновид бесіди.
9. Етапи підготовки та правила складання питань бесіди
10. Професійно-орієнтовані завдання з психології як новий підхід до підготовки майбутніх психологів.
11. Методи якісного та кількісного аналізу даних психологічного дослідження: міри центральної тенденції (мода, медіана, середнє арифметичне);
12. Методи якісного та кількісного аналізу даних психологічного дослідження: Дисперсійний аналіз результатів психологічних досліджень: розмах ряду, стандартне відхилення.
13. Методи якісного та кількісного аналізу даних психологічного дослідження: Кореляційний аналіз результатів психологічних досліджень (визначення рангової та лінійної кореляції).
14. Особливості спостереження у психотерапевтичній роботі
15. Анкетування (письмове опитування) Основні види та вимоги до побудови письмового опитування.
16. Особливості телефонного спілкування у психології.

**II. Теоретичні завдання** (максимальна оцінка 50 балів)

Зараховується на основі звітів за лабораторні заняття.

ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ №2

**Тема. ПОНЯТТЯ ОСОБИСТОСТІ У ПСИХОЛОГІЧНИХ ДОСЛІДЖЕННЯХ КЛАСИФІКАЦІЯ МЕТОДІВ  
ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБИСТОСТІ**

- Особистість як предмет дослідження у психології. Врахування властивостей особистості (активність, цілісність, стійкість) та ситуації розвитку (генетичних і соціальних чинників) у процесі дослідження.

опитувальники	Приклади
проективні методи	
самозвіти;	

36

– Способи реєстрації результатів спостереження

Типові помилки спостерігачів-початківців

### ПРАКТИЧНА ЧАСТИНА

Який з методів дослідження особистості Ви оберете у наступних ситуаціях:

1. «Чому всі люди різні? Наприклад, моєму однокласнику потрібно 15 хвилин на те, щоб вивчити вірш, а я витрачаю весь вечір»
2. «Мій молодший братик (5 років) погано спить вночі. Він постійно прокидається, скрикує... Вранці розповідає, що йому сняться страшні сни».
3. «Я навчаюся в 11 класі, а й досі не знаю яку професію мені обрати? Захоплень різних у мене багато, а як визначитися та надати перевагу чомусь одному – не знаю».
4. Перевівся учень із іншої ЗОШ. На думку класного керівника є проблеми як у навчанні (хоча в попередній школі був відмінником), так і в спілкуванні з новими однокласниками. Як адаптуватися до нової ЗОШ?
5. «Мені не подобається моя зовнішність. Кожного разу, як я дивлюсь у дзеркало, бачу масу своїх недоліків... Моя мама ж каже, що я гарненька. Я вже серйозно стала думати про пластичну інформацію...»
6. «Не розумію, що зі мною відбувається. Раніше я був майже відмінником у школі, а зараз до всього відчуваю якусь байдужість... Нещодавно я почув від батьків, що моє навчання нікому не потрібно, бо в університеті мене вчить у них грошей немає».

### Література:

1. Кондаков И.М. Практикум по общей психологии // <http://www.matlab.mgppu.ru/work/0011.htm>
2. Петровский А.В. Общая психология. – М., Просвещение, 1986. – 464 с.
3. Психологическая диагностика: Учебник для вузов / Под ред. М.К. Акимовой, К.М. Гуревича. – СПб.: Питер, 2005. – С.240-308

Контрольні питання і завдання:

1. Дайте визначення та розмежуйте поняття „людина”, „індивід”, „особистість”, „суб’єкт”, „індивідуальність”.
2. Проаналізуйте основні методи дослідження особистості.
3. Вкажіть на особливості застосування методів дослідження структурних складових особистості.

### ЛАБОРАТОРНЕ ЗАНЯТТЯ

ЛАБОРАТОРНЕ ЗАНЯТТЯ № 8-9

#### ТЕМА 5. ВИВЧЕННЯ СПРЯМОВАНOSTІ ТА САМОСВІДОМОСТІ ОСОБИСТОСТІ

Вивчення інтересів та ціннісних орієнтацій особистості

### ПРАКТИЧНА ЧАСТИНА

**Клієнтський запит (п.3.1)**

**Обов’язкова програма при виконанні завдання:**

1. На основі аналізу клієнтського запиту здійснить категоріально-термінологічне до визначення проблеми (Додаток 1, п.1.1)
2. Формування реалістичних очікувань: визначте напрямки роботи (Додаток 1, п.1.2)
3. Аналіз літератури (Додаток 1, п.2.2). складіть план дослідження та перелік матеріалів (п.2.4; п.2.6)
4. Здійснить збір емпіричних даних та проінтерпретуйте результати дослідження

## Методика 1. ДИФЕРЕНЦІАЛЬНО-ДІАГНОСТИЧНИЙ ОПИТУВАЛЬНИК ІНТЕРЕСІВ (ДДО) (Є.О. Климова)

**Мета:** визначення інтересів і нахилів учнів.

**Теоретичне підґрунтя.** ДДО є однією із найвідоміших методик для визначення інтересів і нахилів учнів. Опитувальник розроблений під керівництвом Є.О. Климова, він дає важливі відомості для попереднього орієнтування в інтересах і нахилах в рамках відомої класифікації професій.

**Інструкція досліджуваному:** «Пропонуємо вам взяти участь у дослідженні, яке допоможе Вам у професійному самовизначенні. Вам пропонується 20 питань з двома варіантами відповіді, одну з яких Вам потрібно обрати. Відповіді фіксуйте у спеціальному бланку «+» або «-» («так» або «ні») у супчику, поряд із обраним варіантом відповіді. Номери і буквені позначення в клітинках відповідають номерам і позначенням питань. Дайте відповідь на кожне питання не пропускаючи жодного твердження.

### Бланк дослідження

Прізвище, ім'я, по батькові \_\_\_\_\_

Клас \_\_\_\_\_ Школа \_\_\_\_\_

Дата \_\_\_\_\_

1а		1б		2а		2б		3а	
3б		4а		4б		5а		5б	
6а				6б				7а	
		7б		8а				8б	
		9а				9б			
10а						10б			
11а		11б		12а		12б		13а	
13б		14а		14б		15а		15б	
16а				16б				17а	
		17б		18а				18а	
		19а				19б			
20а						20б			
П=		Т=		Л=		З=		Х=	

### ОПИТУВАЛЬНИК

	«А»		«Б»
1.	Доглядати за тваринами		Обслуговувати машини, прилади (слідкувати, регулювати)
2.	Допомагати хворим людям, лікувати їх		Складати таблиці, схеми, програми для обчислювальних машин
3.	Слідкувати за якістю книжних ілюстрацій, плакатів, художніх листівок		Слідкувати за станом, розвитком рослин
4.	Обробляти матеріали (дерево, тканини, метал і т.п.)		Доводити товари до споживача (пропонувати, продавати)
5.	Обговорювати науково-популярні книги, статті		Обговорювати художні книги (п'єси, концерти)
6.	Вирощувати тварин будь якої породи		Тренувати ровесників (або молодших) у виконанні будь-яких дій (учбових, спортивних)
7.	Копіювати малюнки зображення (або налаштовувати музичні інструменти)		Керувати будь-яким вантажним транспортом
8.	Повідомляти, роз'яснювати людям потрібну їм інформацію (в довідковому бюро, на екскурсії)		Оформлювати висновки, вітрини або брати участь у підготовці п'єс, концертів
9.	Ремонтувати речі, вироби (одяг, техніку, приміщення)		Шукати і виправляти помилки в текстах, таблицях, малюнках
10.	Лікувати тварин		Виконувати обчислення, розрахунки
11.	Виводити нові сорти рослин		Конструювати, проектувати нові види

			промислових виробів (машини, одяг, будинки)
12.	Розв'язувати суперечки, сварки між людьми, переконувати, роз'яснювати, карати, заохочувати		Розбиратися в кресленнях, схемах, таблицях (перевіряти, уточнювати)
13.	Спостерігати, вивчати роботу гуртків художньої самодіяльності		Спостерігати, вивчати життя мікробів
14.	Обслуговувати, налагоджувати медичне обладнання, апаратуру		Надавати медичну допомогу при пораненнях, травмах тощо
15.	Складати точні описи або звіти про явища, події, за якими спостерігають		Художньо описувати, зображати події (реальні та уявні)
16.	Робити лабораторні аналізи в лікарні		Приймати та оглядати хворих, розмовляти з ними, призначати лікування
17.	Фарбувати або розписувати приміщення, поверхню виробів		Здійснювати монтаж будинків або збирати машини, приладдя
18.	Організовувати культпоходи ровесників або молодших (екскурсії, туристичні походи)		Грати на сцені, брати участь в концертах
19.	Виготовляти за кресленнями деталі, вироби (машини, одяг), будувати будинки		Займатися кресленням, копіювати креслення, карти
20.	Вести боротьбу з хворобами рослин, зі шкідниками лісу і саду		Працювати на клавішних машинах (друкарська машинка, ЕОМ тощо)

### Обробка отриманих результатів.

Підрахувати кількість плюсів в кожному із п'яти вертикальних стовпчиків і виставляють відповідні суми в нижніх клітинах листа.

Питання підібрані і згруповані таким чином: в першому стовпчику вони відносяться до професій типу "людина - природа", (умовно позначимо П), в другому – "людина – техніка" (Т), в третьому – "людина –людина" (Л), в четвертому – "людина - знакова система" (З), в п'ятому – "людина – художній образ" (Х). Після того, як досліджуваний відповів на всі запитання, можна для зручності поставити в верхніх клітинках стовпчиків умовні позначення типів професій:

П=	Т=	Л=	З=	Х=
----	----	----	----	----

### Інтерпретація результатів

**1. Людина – Природа.** Вас можуть зацікавити професії, пов'язані з об'єктами живої природи: тваринний світ, рослини, мікроорганізми. Людині, яка вибирає професію типу «Людина - Природа», необхідні любов до тварин і рослин, добра уява, спостережливість, фізична витривалість, висока працездатність.

Приклади професій цього типу: агроном, біолог, біохімік, механізатор, садівник, тваринник, тепличниця, птахівник, зоотехнік, ветеринар, ботанік та ін.

**2. Людина – Техніка.** Вас можуть зацікавити процесії, пов'язані з технікою, різними технічними системами, машинами, механізмами, апаратами, об'єктами неживої природи.

Людині, як вибирає професію «Людина-Техніка», необхідні фізична та психічна витривалість, добре зорове та слухове сприйняття, розвинуте образне та просторове мислення, добра координація рухів.

Приклади професій цього типу: шофер, токарь, слюсар, інженер-конструктор, кіномеханік, інженер-радіотехнік, інженер-будівельник тощо.

**3. Людина – Людина.** Вас можуть зацікавити професії, спрямовані на людину. Ці професії пов'язані з навчанням, вихованням, обслуговуванням людини, з керівництвом людьми.

Людині, яка вибирає професію такого типу, необхідні високі моральні якості, гнучкість, витримка, загальна культура, доброзичливість, уважність, товариськість.

Професії цього типу вимагають від людини вмінь установлювати та підтримувати контакти з людьми, розуміти людей, розбиратися в їхніх особливостях підготовки до якої-небудь галузі виробництва, науки, техніки, мистецтва.

Приклад таких професій: працівник медицини, юрист, працівник культури, психолог, педагог, тренер, журналіст, працівник сфери обслуговування та ін.

**4. Людина - Знакова система.** Вас можуть зацікавити групи професій, пов'язаних з обробкою інформації, наданої у вигляді умовних знаків, цифр, формул, текстів, графіківна створення систем умовних знаків, на оформлення документів і схематичне зображення об'єктів.

Людині, яка вибирає професію типу «Людина - Знакова система», необхідні стійка увага, хороша пам'ять, охайність, дисциплінованість, посидючість, здатність до логічного мислення.

Приклади професій цього типу: програміст, оператор, касир, економіст, геодезист, бухгалтер, телеграфіст, бібліограф, фармацевт, секретар-друкарка, учений-теоретик та ін.

**5. Людина - художній образ.** Вас можуть зацікавити професії, пов'язані з художніми об'єктами або умовами їх створення. Сюди входять спеціальності, які передбачають зв'язок з образотворчою, музичною, літературно-художньою, акторсько-сценічною діяльністю.

Професії типу «Людина - Художній образ» вимагають розвиненого художнього смаку, уяви, фантазії, емоційності, спостережливості, здібностей до художньої творчості.

Приклади професій цього типу: художник-оформлювач, фотограф, ювелір, ретушер, хореограф, маляр, вишивальниця, розписувач дерева, кераміки, архітектор, садівник-декоратор та ін.

### Висновок:

1. До якого типу професій досліджуваний проявляє найбільший інтерес?

---

---

2. Опишіть особливості прояву інтересу (інтересів).

---

---

---

---

3. Визначте приблизний перелік можливостей професійного вибору досліджуваного.

---

---

### Методика 2. “ЦІННІСНІ ОРІЄНТАЦІЇ” (М. Рокіч)

**Мета:** вивчення ціннісних орієнтацій особистості (інструментальних та термінальних)

**Теоретичне підґрунтя:** Система ціннісних орієнтацій визначає змістовну сторону спрямованості особистості і є основою її ставлення до оточуючого світу, до інших людей, до самої себе, основою світогляду і ядром мотивації життєвої активності, основою життєвої концепції і “філософії життя”.

М.Рокіч виділяє 2 класи цінностей:

- *термінальні* – впевненість у тому, що якась кінцева мета індивідуального існування варта того, щоб до неї прагнути (цінності - цілі);
- *інструментальні* – впевненість у тому, що яка-небудь дія або якість особистості має переважати у будь-якій ситуації (цінність - засіб).

**Інструкція досліджуваному:** «Вам пропонується набір з 18 карток, на яких вказані цінності. Ваше завдання – розташувати їх у порядку значимості для Вас як принципів, якими Ви керуєтесь у вашому житті. Кожна цінність написана на окремій картці. Уважно вивчіть картки і, вибравши ту, яка для Вас найбільш значима, помістіть її на перше місце. Потім виберіть другу по значимості цінність і поставте її на друге місце. Потім зробіть те ж саме з картками, які залишилися. Найменш важлива цінність

**До уваги дослідника:** Спочатку пропонують набір термінальних, потім набір інструментальних цінностей. Для отримання повної інформації можливі зміни інструкції, які дають дозволяють зробити більш обґрунтовані висновки. Дослідження проводиться індивідуально, але можливе і групове обстеження



залишитися останньою і займе 18 місце. Працюйте не поспішаючи. Якщо у процесі роботи Ви зміните свою думку, то можете виправити свої відповіді, помінявши картки місцями. Кінцевий результат повинен відображати Вашу істину позицію».

#### Бланк №1.

Термінальні цінності	Ранг за значимістю	Група цінностей
Активне, діяльне життя.		
Життєва мудрість (зрілість суджень, здоровий глузд, що досягаються життєвим досвідом).		
Здоров'я.		
Цікава робота.		
Краса природи і мистецтва (переживання прекрасного у природі та мистецтві).		
Кохання (духовна і фізична близькість з коханою людиною).		
Матеріально забезпечене життя (відсутність матеріальних труднощів).		
Добрі, вірні друзі.		
Щастя інших (нормальна ситуація в країні, суспільстві, збереження миру між народами, добробут кожного).		
Громадське визнання (повага колег, оточення).		
Пізнання (можливість розширення своєї освіти, кругозору, загальної культури, інтелектуального розвитку).		
Розвиток (робота над собою, постійне фізичне та духовне вдосконалення).		
Продуктивне життя (максимально повне використання своїх можливостей, сил та здібностей).		
Свобода (самостійність, незалежність у вчинках і судженнях).		
Щасливе сімейне життя.		
Творчість (можливість творчої діяльності).		
Упевненість у собі (свобода від внутрішніх суперечностей, сумнівів, внутрішня гармонія).		
Розваги (приємне проведення часу, відсутність обов'язків).		

#### Бланк №2

Інструментальні цінності	Ранг за значимістю	Група цінностей
Акуратність (охайність, уміння утримувати в порядку свої речі, справи).		
Вихованість (добрі манери, ввічливість).		
Високі вимоги (високі вимоги до життя і високі домагання).		
Життєрадісність (почуття гумору).		
Ретельність (дисциплінованість).		
Незалежність (здатність діяти самостійно, рішуче).		
Нетерпимість до чужих та власних недоліків.		
Освіченість (широта знань, висока загальна культура).		
Відповідальність (почуття обов'язку, вміння тримати слово).		
Раціоналізм (уміння логічно мислити, приймати рішення).		
Самоконтроль (стриманість, самодисципліна).		
Сміливість у відстоюванні своєї думки, своїх поглядів.		
Сильна воля (уміння наполягати на своєму, не відступати перед труднощами).		
Терпимість до поглядів і думок інших (уміння вибачати їм).		
Широта поглядів (уміння зрозуміти чужі погляди, поважати інші смаки, звички).		

Чесність (правдивість, щирість).		
Ефективність у справах (працелюбність, продуктивність у роботі).		
Чутливість (дбайливість).		

**Питання для додаткового опитування:** проранжуйте цінності, відповідаючи на наступні питання:

- У кому порядку і якою мірою (у відсотках) реалізовані дані цінності у вашому житті?
- Як би Ви розташували ці цінності, якби стали таким, яким мріяли?
- Як, на Ваш погляд, це б зробила досконала людина?
- Як, на Ваш погляд, це б зробила більшість людей?
- Як би Ви це зробили 5 або 10 років тому?
- Як би Ви це зробили через 5 або 10 років?
- Як би рангували картки близькі Вам люди.

### Обробка результатів

1. Здійснить якісний аналіз провідних цінностей. У бланках №1 і №2 навпроти цінностей, що отримали рангові місця 1-5 проставте умовні позначення груп, до вони яких відносяться.

- **Конкретні:** Активне, діяльне життя; Здоров'я; Цікава робота; Матеріально забезпечене життя; Добрі, вірні друзі; Громадське визнання; Продуктивне життя; Щасливе сімейне життя; Розваги.
- **Абстрактні:** Життєва мудрість; Краса природи і мистецтва; Кохання; Пізнання; Розвиток; Свобода; Щастя інших; Творчість; Впевненість у собі.
- **Цінності професійної самовизначеності:** Активне, діяльне життя; Цікава робота; Громадське визнання; Продуктивне життя; Розвиток.
- **Цінності особистого життя:** Кохання; Добрі, вірні друзі; Свобода; Щасливе сімейне життя; Розваги. За змістовим навантаженням інструментальні цінності поділяють на такі групи:
- **Етичні цінності:** Відповідальність; Високі вимоги; Незалежність; Самоконтроль; Широта поглядів.
- **Цінності спілкування:** Вихованість; Життєрадісність; Нетерпимість до чужих та власних недоліків; Терпимість; Чутливість; Чесність.
- **Цінності в діяльності:** Акуратність; Ретельність; Освіченість; Раціоналізм; Сміливість у відстоюванні своєї думки; Сильна воля; Ефективність у справах.
- **Індивідуалістичні цінності:** Незалежність; Нетерпимість до чужих та власних недоліків; Раціоналізм; Сміливість у відстоюванні своєї думки; Сильна воля.
- **Цінності конформізму:** Вихованість; Самоконтроль; Широта поглядів.
- **Альтруїстичні цінності:** Терпимість; Чутливість.
- **Цінності самоствердження:** Високі вимоги; Незалежність; Нетерпимість до чужих та власних недоліків; Освіченість; Сміливість у відстоюванні своїх думок; Сильна воля; Ефективність у справах.
- **Цінності прийняття інших людей:** Самоконтроль; Терпимість; Чутливість; Широта поглядів; Чесність.

2. Вкажіть домінуючу(і) групу(у).

Термінальні цінності

---



---

Інструментальні цінності

---



---



---

3. Охарактеризуйте взаємозв'язок термінальних та інструментальних цінностей (взаємодоповнюючий; інструментальні цінності є засобом реалізації термінальних; пов'язані опосередковано; не пов'язані).

**Важливо!** Якщо не вдається знайти жодної закономірності, можна припустити про несформованість в особистості системи цінностей або нещирість відповідей.

4. Визначте найменш значимі цінності (15-18 позиції)

**Висновок**

Які групи цінностей є домінуючими для особистості?

Чи існує співвідношення між домінуючими термінальними та інструментальними цінностями?

Чи відповідають домінуючі цінності актуальній (майбутній) життєвій ситуації особистості?

**Література**

1. Кондаков И.М. Практикум по общей психологии // <http://www.matlab.mgppu.ru/work/0011.htm>

*Контрольні питання та завдання*

2. Дайте визначення спрямованості особистості як системи мотивів її поведінки.  
Проаналізуйте особливості використання методів дослідження інтересів

ЛАБОРАТОРНЕ ЗАНЯТТЯ №10

**Тема 5. ВИВЧЕННЯ СПРЯМОВАНOSTІ ТА САМОСВІДОМОСТІ ОСОБИСТОСТІ**

**Структура самосвідомості особистості**

***Зобразіть схематично структуру самосвідомості***

## ПРАКТИЧНА ЧАСТИНА

### Клієнтський запит (л.з. 1)

#### Обов'язкова програма при виконанні завдання:

1. Здійснити **аналіз власного досвіду** виконання подібних завдань (додаток 1; п.2.1)
2. Передбачення **проблемних моментів** (додаток 1; п.2.5)
3. Здійснити **збір емпіричних даних** та проінтерпретуйте результати дослідження (додаток 1, п. 3.1, 3.2).

### **ТЕСТ ДВАДЦЯТИ ТВЕРДЖЕНЬ НА САМОСТАВЛЕННЯ** (М. Кун, Т. Мак-Партланд, 1954) (Twenty Statements Attitude Test)

**Мета:** вивчення самосвідомості особистості

**Теоретичне підґрунтя:** Особистісний опитувальник, варіант нестандартизованого самозвіту з наступним контент-аналізом, близький до проєктивних методів дослідження особистості. В основі тесту розроблене М. Куном розуміння особистості, операційну сутність якої можна визначити через відповіді на запитання: «Хто я такий?», звернені до самого себе (або звернене до іншої людини «Хто Ви такий?»).

**Інструкція досліджуваному:** «Протягом 12 хвилин дайте 20 різних відповідей на питання, звернене до самого себе: «Хто я такий?» Записуйте відповіді у тому порядку, в якому вони спонтанно виникають, і не хвилюючись через послідовність, логіку та граматику».

#### Бланк дослідження

№	«Хто я такий?»
1.	
2.	
3.	
4.	
5.	
6.	
7.	
8.	
9.	
10.	
11.	
12.	
13.	
14.	
15.	
16.	
17.	
18.	
19.	
20.	

#### Аналіз результатів

1. Розподіліть отримані відповіді за вказаними категоріями:

№	Категорії відповідей	Кількість відповідей
1	Належність до соціальних груп (стать, вік, національність, релігія, професія).	

2	Ідеологічні погляди (філософські, релігійні, політичні та моральні висловлювання)	
3	Інтереси та захоплення (футболіст, вболівальниця, шахіст ...).	
4	Прагнення і цілі (стану заможним, майбутній психолог і т.п.).	
5	Самооцінка (гарний водій, відмінниця т.п.).	
6		
7		

**До уваги дослідника:** Загальні тенденції у відповідях:

- спочатку, як правило, з'являються т.зв. “приєднувальні” твердження, які фіксують приналежність досліджуваного до тієї чи іншої категорії людей, а потім “диференціюючі”, які вказують на специфічні ознаки).
- Найчастіше зустрічаються такі категорії професійна ідентичність, сімейна роль та статус, релігійна ідентичність, стать та вік [1]
- вік частіше згадують молоді та літні люди;
- жінки частіше згадують свій сімейний статус;
- чоловіки – статеву приналежність тощо;
- діти частіше, ніж дорослі, визначають себе через ситуативні прояви;
- У етнічно однорідному суспільстві відповіді, які стосуються раси та національності, будуть зустрічатися рідше, ніж у етнічно різномірному

При інтерпретації результатів дослідження варто брати до уваги соціокультурні та статеві норми, оскільки інформативними виявляються лише крайні, найбільш нетипові відповіді, як, наприклад, вказування лише своїх недоліків або лише своїх індивідуальних особливостей.

2. Визначте домінуючі категорії, що визначають Вашу самідентичність. Поясніть причини.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

2. Здійсніть аналіз групових тенденцій у формуванні самоідентичності

№	Категорії відповідей	Кількість відповідей по групі
1	Належність до соціальних груп (стать, вік, національність, релігія, професія).	
2	Ідеологічні погляди (філософські, релігійні, політичні та моральні висловлювання)	
3	Інтереси та захоплення (футболіст, вболівальниця, шахіст ...).	
4	Прагнення і цілі (стану заможним, майбутній психолог і т.п.).	
5	Самооцінка (гарний водій, відмінниця т.п.).	
6		
7		

3. Визначте домінуючі тенденції у формуванні самоідентичності по вашій групі досліджуваних. Чи відповідають вони загальним віковим тенденціям?

[illegible]

**Висновок.** Порівняльний аналіз власної структури самоідентичності із провідними тенденціями групи, спільні і відмінні риси.

---

---

---

---

---

---

### Література:

1. Галян І. М. Психодіагностика : навч. посіб. / І. М. Галян. – К. : Академвидав, 2009. – 463 с. – (Альма-матер)

## Контрольні питання та завдання

1. Вкажіть на специфіку розвитку самооцінки та рівня домагань особистості.
2. Опишіть особливості дослідження структури самосвідомості особистості за Тестом двадцяти тверджень на самоставлення (за М. Куном та Т. Мак-Партландом).

## ЛАБОРАТОРНЕ ЗАНЯТТЯ №11

## Тема 5. ВИВЧЕННЯ АКТИВНОСТІ І СПРЯМОВАНOSTІ ОСОБИСТОСТІ

## Структура самосвідомості особистості

- Інформаційна довідка за меодкою «Особистісний диференціал» (теоретичні основи, практичне значення методики).

[illegible]

## ПРАКТИЧНА ЧАСТИНА

**Клієнтський запит: (л.з.1)**

**Обов'язкова програма при виконанні завдання:**

1. Здійснить **збір емпіричних даних** та проінтерпретуйте результати дослідження ( додаток 1, п.3.1, 3.2).

### Методика 1. «ОСОБИСТИЙ ДИФЕРЕНЦІАЛ» (Ч. Осгуд, адаптована в НІІ ім. В.М. Бехтерева)

**Мета:** вивчення індивідуальних особливостей особистості, її самосвідомості, міжособистісних стосунків.

Із тлумачного словника російської мови Ожегова були відібрані 120 слів, що позначають якості особистості. Із цього набору – відібрані якості, що найбільше характеризують 3 класичні фактори семантичного диференціалу: оцінки, сили, активності.

**Інструкція досліджуваному:** «Перед вами 21 пара прикметників, які характеризують особистість. Будь ласка, оцініть наскільки вираженими є ці ознаки у Вас та обведіть на бланку цифру, що відображає вашу оцінку її вираженості відповідно до шкали:

-3 Яскраво виражена перша ознака

-2 Виражена перша ознака

-1 Трохи виражена перша ознака

0 - обидві ознаки виражені однаково (не виражена жодна ознака, важко відповісти)»

1 - незначно, трішки виражена друга ознака;

2 – друга ознака виражена;

3 - яскраво виражена друга ознака.

Час виконання - 10 хвилин.

#### Бланк дослідження і ключ ОД

<b>О</b>	1.	Привабливий	+3	2	1	0	1	2	-3	Непривабливий
<b>С</b>	2.	Слабкий	-3	2	1	0	1	2	+3	Сильний
<b>А</b>	3.	Балакучий	+3	2	1	0	1	2	-3	Мовчазний
<b>О</b>	4.	Безвідповідальний	-3	2	1	0	1	2	+3	Добросовісний
<b>С</b>	5.	Впертий	+3	2	1	0	1	2	-3	Поступливий
<b>А</b>	6.	Замкнутий	-3	2	1	0	1	2	+3	Відкритий
<b>О</b>	7.	Добрий	+3	2	1	0	1	2	-3	Егоїстичний
<b>С</b>	8.	Залежний	-3	2	1	0	1	2	+3	Незалежний
<b>А</b>	9.	Діяльний	+3	2	1	0	1	2	-3	Пасивний
<b>О</b>	10.	Черствий	-3	2	1	0	1	2	+3	Чуйний
<b>С</b>	11.	Рішучий	+3	2	1	0	1	2	-3	Нерішучий
<b>А</b>	12.	В'ялий	-3	2	1	0	1	2	+3	Енергійний
<b>О</b>	13.	Справедливий	+3	2	1	0	1	2	-3	Несправедливий
<b>С</b>	14.	Розслаблений	-3	2	1	0	1	2	+3	Напружений
<b>А</b>	15.	Метушливий	+3	2	1	0	1	2	-3	Спокійний
<b>О</b>	16.	Ворожий	-3	2	1	0	1	2	+3	Дружелюбний
<b>С</b>	17.	Впевнений	+3	2	1	0	1	2	-3	Невпевнений
<b>А</b>	18.	Нелюдимий	-3	2	1	0	1	2	+3	Комунікабельний
<b>О</b>	19.	Чесний	+3	2	1	0	1	2	-3	Нещирий
<b>С</b>	20.	Несамостійний	-3	2	1	0	1	2	+3	Самостійний
<b>А</b>	21.	Дратівливий	+3	2	1	0	1	2	-3	Незворушний

У відповідності до ключа підраховується сума балів по кожному фактору та загальна сума балів.

#### Обробка та аналіз результатів:

- У відповідності до ключа підраховуйте суму балів по кожному фактору оцінки (О), сили (С), активності (А) та загальну суму балів:

Шкала	Оцінка (О)	Сила (С)	Активність (А)
Кількість балів			
Рівень самооцінки			

Нормативи для семантичного диференціалу (дослідження самооцінки)

-6 – + 6 Адекватна самооцінка

> +6 Завищена самооцінка

< - 6 Занижена самооцінка

**Оптимальним рівнем розвитку факторів (О), (С), (А) є ті, що виражені високими балами та позитивними середніми.**

**Фактор оцінки (О)** свідчить про рівень *самоповаги-самоприниження*.

*Високі бали* вказують на те, що досліджуваний приймає себе як особистість, задоволений собою, позитивно оцінює свої якості, можливості, схильний усвідомлювати себе як носія позитивних, соціально бажаних характеристик.

*Низькі значення* цього фактора наголошують на критичному ставленні до себе, невдоволеністю власною поведінкою, рівнем досягнень, особливостями особистості, низьким рівнем прийняття власного «Я». Отримані крайні негативні бали свідчать про можливі невротичні проблеми, пов'язані з відчуттям нікчемності своєї особистості. Взагалі, фактор (О) використовується для діагностики рівня привабливості, симпатії-антипатії, емоційного ставлення людини до власного образу «Я».

**Фактор сили (С)** свідчить про *усвідомлення і оцінку людиною своїх вольових якостей*.

*Високі показники* по фактору (С) вказують на впевненість у собі, незалежність, здатність розраховувати на власні сили в несподіваних або важких ситуаціях.

*Низькі показники* свідчать про недостатній рівень самоконтролю, нездатність дотримуватись прийнятої лінії поведінки, її залежність від зовнішніх оцінок та обставин. Особливо низькі показники позитивно корелюють з наявністю астенії, високого рівня тривожності.

**Фактор активності (А)** інтерпретується як свідчення *екстра-інтровертованості особистості*.

*Позитивні (+) значення* вказують на екстравертованість, високу активність, комунікабельність, імпульсивність особистості.

*Негативні значення (-)* інтерпретуються як інтровертованість, певна пасивність, замкнутість, малоко́тактність, спокійні емоційні реакції.

**Важливо!** При аналізі та інтерпретації даних, отриманих за допомогою ОД, слід пам'ятати, що в них відображені суб'єктивні, емоційно-оцінні уявлення людини про саму себе та інших людей, його ставлення, які можуть лише частково відповідати реальному стану справ, але часто самі по собі мають першочергове значення.

2. Які результати ви отримали за фактором оцінки (О)? наведіть приклади, що підтверджують або спростовують ці результати

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

3. Які результати ви отримали за фактором сили (С)? Наведіть приклади.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

3. Які результати ви отримали за фактором активності (А)? Про що це свідчить?

---

---

---

---



**Висновок.** Який з факторів є домінуючим у структурі Вашої самосвідомості?

## Література

1. Райгородский Д.Я. Практическая психодиагностика. Методики и тесты. Учебное пособие. – Самара: Издательский Дом «БАХРАМ-М», 2008. – С.269-274

*Контрольні питання та завдання*

1. Проаналізуйте особливості використання категорії „Я” в психології: Я-концепції та образу Я.
2. Опишіть особливості дослідження самосвідомості за методикою «Особистісний диференціал».

## ЛАБОРАТОРНЕ ЗАНЯТТЯ №12

### Тема 5. ВИВЧЕННЯ АКТИВНОСТІ І СПРЯМОВАНOSTІ ОСОБИСТОСТІ

#### Дослідження самооцінки ПРАКТИЧНА ЧАСТИНА

#### Клієнтський запит (п.з. 1)

**Обов'язкова програма при виконанні завдання:**

1. Здійснити збір емпіричних даних, якісний та кількісний аналіз результатів дослідження (додаток 1, п. 3.1, 3.2.).

#### Методика №1 ВИВЧЕННЯ САМООЦІНКИ (С.Будассі)

**Мета:** вивчення рівня самооцінки особистості

**Теоретичне підґрунтя:** Особливості самооцінки, її рівень і адекватність визначають як співвідношення між «Я-ідеальним» та «Я-реальним». Уявлення людини про себе, як правило, здаються їй переконливими незалежно від того, чи засновані вони на об'єктивному знанні, чи на суб'єктивній думці, вони є істинними або помилковими. Якості, що їх людина приписує собі, не завжди адекватні. Той, хто досягає характеристик, що відповідають ідеалу, матиме високу самооцінку, навіть якщо ідеальний образ не характеризується повнотою та когнітивною складністю. Процес самооцінювання може відбуватися такими способами:

- 1) через порівняння своїх домагань із об'єктивними результатами своєї діяльності,
- 2) через порівняння себе з іншими людьми.

**Інструкція досліджуваному:** «Перед Вами перелік якостей особистості (20 слів).

Розташуйте ці якості в два ряди в такому порядку, щоб у першому ряду першим стояло слово, що позначає якість, яка вам найбільше подобається, тобто, обов'язково повинна бути притаманна Вашому ідеалу. Після цього із слів, що залишилися, виберіть те, що позначає якість, яка подобається Вам в більшій мірі і т.д. на останньому місці розташуйте якість, яка здається Вам найменш бажаною.

При складанні другого ряду із поданого переліку першим поставте слово, що характеризує найбільш притаманну Вам якість. Із переліку якостей, що залишилися, виберіть ту, що притаманна вам найбільше і т.д. На останнє місце поставте слово, що означає якість, що притаманна Вам найменше».

#### Протокол дослідження самооцінки

Слова-якості	Еталонний ряд	Суб'єктивний ряд	d	d <sup>2</sup>
Працьовитість				
Доброта				
Наполегливість				
Заздрість				

Колективізм				
Егоїзм				
Самокритичність				
Охайність				
грубість				
Життєрадісність				
Скромність				
Сміливість				
Нестриманість				
Злопам'ятність				
Ввічливість				
Уважність				
Скупість				
Чесність				
Дисциплінованість				
Байдужість				

### Обробка результатів.

1. Порядкові номери якостей у складених двох рядах приймаються за ранги.

Для обробки результатів застосовуємо коефіцієнт рангової кореляції:

$$\rho = 1 - \frac{6 \sum d^2}{n^3 - n}$$

де n – кількість оцінюваних якостей; d – різниця номерів рангів.

$\rho =$

### Інтерпретація отриманих результатів.

- 0,9 – -1 - неадекватно занижена самооцінка;
- 0,9 — 0,3 – занижена самооцінка;
- 0,3 – 0,7 – адекватна самооцінка;
- 0,7 – 1 – неадекватно завищена самооцінка.

### Звіт за результатами практичної роботи:

1. Зазначте, який рівень Вашої самооцінки.

Про що це свідчить?

**До уваги дослідника:** Рівень самооцінки виражає ступінь реальних та ідеальних \ бажаних уявлень про себе:

– адекватна самооцінка з тенденцією до завищення пов'язана із позитивним ставленням до себе, самоповагою, прийняттям себе, відчуттям власної повноцінності.

– Низька самооцінка, навпаки, може бути пов'язана з негативним ставленням до себе, неприйняттям себе, відчуттям власної неповноцінності.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

2. Проаналізуйте якості, де спостерігають найбільші відмінності в оцінках в еталонному та реальному ряді. Поясніть причини цих відмінностей.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## Методика № 2 «СХОДИНКИ» (Т.Дембо С.Я.Рубінштейн)

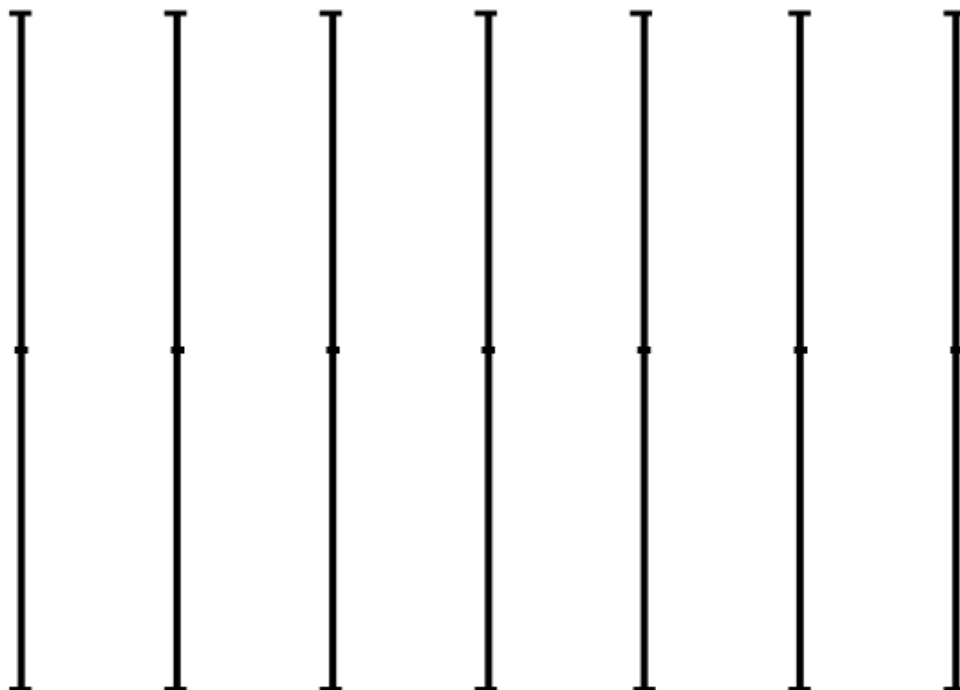
**Мета:** вивчення рівня самооцінки особистості.

**Теоретичне підґрунтя.** Методика розроблена Т.В. Дембо для дослідження уявлень про щастя. В модифікації С.Я. Рубінштейн методика має на меті вивчення самооцінки особистості. Класично методика має чотири шкали: «здоров'я», «розум», «характер», «щастя». Ми користуватимемось модифікацією А.М. Прихожан із додатковими шкалами «умілі руки», «авторитет у однолітків», «зовнішність».

**Інструкція досліджуваному:** «Перед Вами сім шкал (сім драбин), уявіть собі, що на першій, на нижньому щаблі знаходиться дуже хвора людина, а на верхньому – найздоровіша. Відмітьте, будь ласка, де ви б поставили себе».

Аналогічна інструкція дається по решті шкал.

**Бланк дослідження**



щастя      розум      характер      здоров'я      умілі руки      авторитет у однолітків      зовнішність

Всі відмітки виставлені, дайте відповіді на такі запитання:

- Яким чином Ви оцінюєте себе по першій шкалі?

**Додаткова інформація**

Чого Вам не вистачає, щоб бути «найщасливішим»?

а. Що потрібно змінити, щоб стати таким?

б. А яких людей можна назвати щасливими?

с. А найнещаснішими?

**Обробка та інтерпретація результатів:** Визначаємо рівень самооцінки за кожною сферою

Сфера	Бали	Рівень	Сфера	Бали	Рівень
Щастя			Умілі руки		
Розум			Авторитет однолітків		
Характер			Зовнішність		
Здоров'я					

Орієнтовні норми для визначення рівня самооцінки 1-3 – занижена самооцінка

4-7 – адекватна самооцінка

8-10 – завищена самооцінка

**Звіт за результатами практичної роботи:**

1. Зазначте, який рівень Вашої самооцінки за методикою Дембо-Рубінштейн. Про що це свідчить?

2. За якими сферами самооцінка є завищеною?

заниженою?

3. Порівняйте результати з результатами, отриманими за методикою С.Будассі. В чому відмінності? Про що це може свідчити?

### Література

1. Пашукова Т.І., Допіра А.І., Дьяков Г.В. Практикум із загальної психології / За ред. Т.І. Пашукової. – К.: Знання, 2006. – 203 с.

Контрольні питання та завдання

1. Опишіть особливості дослідження самосвідомості та самооцінки особистості. Які відмінності між «Я-реальним» та «Я-ідеальним» у дослідженнях особистості?

ЛАБОРАТОРНЕ ЗАНЯТТЯ №13-14

Тема 5. **ВИВЧЕННЯ СПРЯМОВАНOSTІ ТА САМОСВІДОМОСТІ ОСОБИСТОСТІ**

Дослідження рівня домагань

**ПРАКТИЧНА ЧАСТИНА**

**Клієнтський запит (п.3.1)**

**Обов'язкова програма при виконанні завдання:**

1. Здійсніть збір емпіричних даних, якісний та кількісний аналіз результатів дослідження (див. додаток 1, п. 3.1, 3.2).

2. Зробіть **висновок за результатами досліджень** (лаб. заняття №8-13) та представте отримані результати людині, що звернулася із запитом (див. додаток 1, п. 4.1)

### Методика 1. МОТОРНА ПРОБА ШВАРЦЛАНДЕРА

**Мета:** вивчення рівня домагань особистості (що пов'язаний із цілепокладанням) та ступінь її адекватності (відповідність висунутої мети можливостям людини)

**Теоретична підґрунтя.** Рівень домагань – це достатньо стабільна індивідуальна якість особистості, яка характеризує:

- 1) рівень складності завдань, що обираються людиною;
- 2) вибір суб'єктом мети чергової дії залежно від переживання успіху або невдачі у попередніх діях;
- 3) бажаний рівень самооцінки.

**Інструкція досліджуваному:** «Вам необхідно за 10 секунд поставити якомога більше хрестиків у квадрати прямокутної секції. Перед початком роботи визначте, скільки квадратів Ви можете заповнити. Запишіть це число у верхній великій клітині цієї секції. За сигналом дослідника „Починайте” ставте хрестики у квадратики

Підрахуйте кількість заповнених Вами квадратиків і запишіть свій результат у нижньому прямокутнику першої секції. Подумайте і визначте, скільки квадратиків Ви зможете заповнити у другій секції. Запишіть це число у верхньому великому прямокутнику другої секції.»

**До уваги дослідника:** Час виконання I-ї, II-ї, IV-ї серій – 10 сек, III-ї – 8 сек.

#### Бланк дослідження

##### Секція I

РДМ											
РДС											

##### Секція II

РДМ											
РДС											

##### Секція III

РДМ											
РДС											

##### Секція IV

РДМ											
РДС											

#### Обробка результатів.

1. Знаходимо цільове відхилення (середню величину), яке свідчить про рівень домагань особистості:

$$ЦВ = \frac{(РДМ_2 - РДС_1) + (РДМ_3 - РДС_2) + (РДМ_4 - РДС_3)}{3};$$

де РДМ – рівень домагань відповідної серії;

РДС – рівень досягнень відповідної серії.

**ЦВ=**

2. Визначаємо рівень домагань (підкресліть отриманий результат)

Цільове відхилення	Рівень домагань
5 і >	нереально високий
від 3 до 5	високий
від 1 до 3	помірний
від -1,49 до 1	низький
-1,5 і <	нереально низький

- *Високий РД* може свідчити про переконаність людини у цінності своїх дій, прагнення до самоствердження із наявним почуттям відповідальності та наявністю стійких життєвих планів.
- *Нереально високий РД* супроводжується фрустрованістю, вимогливістю до оточуючих, такі люди відчують труднощі у реалізації власних життєво важливих планів. Вони переживають сильну фрустрацію
- *Помірний РД* характерний для осіб, впевнених у собі, товариських, налаштованих на успіх, що розраховують на свої сили.
- *Низький РД* залежить від установки на невдачу, у таких осіб нечіткі плани на майбутнє та на найближчий час, вони часто виявляють безпорадність. Найчастіше такі особи проявляють установку на підкорення та безпорадність. Одна із їхніх проблем – планування дій на найближчий час та їх співвідношення з перспективою.

Неадекватність рівня домагань може призвести до дезадаптації поведінки, до неефективності будь-якої діяльності, до труднощів у спілкуванні. Зниження рівня домагань може викликати зниження мотивації, невпевненість та глобальну боязнь труднощів.

**Висновок:**

1. Визначте рівень та дайте опис виявленого рівня домагань.

---

---

---

---

---

---

---

---

2. Дайте характеристику власної самооцінки та рівня домагань. Чи є між ними зв'язок? Про що це свідчить

---

---

---

---

---

---

---

---

**Література**

1. Пашукова Т.І., Допіра А.І., Дьяков Г.В. Практикум із загальної психології / За ред. Т.І. Пашукової. – К.: Знання, 2006. – 203 с.

Контрольні питання і завдання:

1. Вкажіть на специфіку розвитку рівня домагань особистості.
2. Опишіть особливості дослідження рівня домагань особистості.

Тема для самостійного опрацювання №2

Тема 5. ВИВЧЕННЯ СПРЯМОВАНOSTІ ТА САМОСВІДОМОСТІ ОСОБИСТОСТІ

Прийоми та способи особистісного самопізнання та саморозвитку

План

1. Відмінності понять «формування» і «розвиток» особистості.

---

---

---

---

---

2. Проблеми самопізнання особистості:

самопізнання самоусвідомлення

---

---

---

---

---

— самоспостереження та самоаналіз

переваги недоліки

---

---

---

---

---

3. Прийоми саморозвитку особистості.

---

---

---

---

---

**О пользе и вреде самоанализа** // Кон И.С. В поисках себя: личность и ее самосознание. – М., Политиздат, 1984. – С. 241- 252.

**Важливо!** Конспектування першоджерела це не переписування найкоротших чи найзрозуміліших абзаців, а виокремлення головної ідеї тексту в коротких тезах .

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## ПРАКТИЧНА ЧАСТИНА

### Методика 1. «ХТО Я?»

**Мета:** вивчення структури образу «Я» особистості

**Інструкція досліджуваному:** «Запишіть та проранжуйте визначення з Вашого списку за ступенем значимості від найбільш значимої (1) до найменш значимої (20) (список 1).

Напишіть 20 найбільш значимих ролей або особистісних якостей Вашого найближчого соціального оточення (список 2.). Виберіть ті з них, думка яких є для Вас є значимою (друг, кохана людина) та тих, від кого багато що залежить у Вашому житті (викладач, керівник).

Визначте, які з Ваших якостей є важливими для Вашого оточення (список 3.).»

#### Бланк дослідження

№	Список 1	Список 2	Список 3
	Суб'єктивно значимі якості і ролі Вашого «Я»	Значимі особи та ролі Вашого соціального оточення	Ваші якості та ролі, значимі для соціального оточення
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			
6.			
7.			
8.			
9.			
10.			
11.			
12.			
13.			
14.			
15.			
16.			
17.			
18.			
19.			
20.			

#### Обробка та аналіз результатів

1. Аналіз структури значимих якостей:

Якості особистості	Кількість якостей		
	Суб'єктивно значимі якості (список 1)	Якості, значимі для оточення (список 3)	Якості, що є значимим для особистості та найближчого оточення (списки 1 і 3)
Позитивні			
Негативні			
Нейтральні			

2. Якісний аналіз структури «Я»

- Зазначте якості, суб'єктивно значимі для Вас і Вашого оточення. Про що це свідчить?

---



---



---



---



- Зазначте якості, що є значими для Вас, але не значимі для Вашого оточення. Про що це свідчить?

- Зазначте якості, що є значими для Вашого оточення, але не значимі для Вас. Про що це свідчить?

**Висновок:**

Наскільки суб'єктивна структура Образу «Я» співпадає зі структурою Образу «Я», значимого для соціального оточення

Зазначте, які є можливі причини розбіжностей у значимості Ваших ролей і якостей.

Визначте перспективи саморозвитку. Які ролі або якості потребують розвитку і чому?

## Методика 2. ВЕЧІРНІЙ ОГЛЯД ПОДІЙ

**Мета:** визначення домінуючого способу прояву активності особистості

**Інструкція №1 для досліджуваного:** «Ввечері, перед засинанням спробуйте «прокрутити» всі події минулого дня, відтворюючи їх у зворотному порядку: від останніх до перших. Фіксуючи події, намагайтеся виступати у ролі стороннього спостерігача, а не активного учасника. Багато людей вважають корисним записувати свої спостереження, враження, відкриття за минулий день. Такі записи вони вважають джерелом для нових усвідомлень щодо себе та власного життя».

Повторіть процедуру протягом мінімум 3-х днів. Спосіб реєстрації спостережень довільний.

### 1 день

Події	сфера	Події	сфера

### 2 день

Події	сфера	Події	сфера

### 3 день

Події	сфера	Події	сфера

**Інструкція №2 для досліджуваного:** «Проаналізуйте 3 найважливіші із записаних подій дня з таких позицій:

– З яким із трьох компонентів (тіло, емоції, розум) я асоціюю себе у цій події?

1 подія \_\_\_\_\_

2 подія \_\_\_\_\_

3 подія \_\_\_\_\_

– Якою була активність кожного з них у цій події?

---



---



---

---

– Які цінні якості або обмеження проявлялися у цьому компоненті?

---

---

---

---

---

---

– Що я можу зробити для їх гармонізації або регуляції? (3 конкретні кроки)»

---

---

---

---

---

### **Звіт за результатами практичної роботи:**

1. Співвідношення між подіями, які сприяли розвитку особистості і які гальмували; в чому виявлявся цей вплив.

---

---

---

---

---

---

---

2. Що я відкрив про себе за цей день?

---

---

---

---

---

---

---

3. Визначте приблизні цілі саморозвитку розвитку.

---

---

---

---

---

---

---

### *Література*

1. Пашукова Т.І., Допіра А.І., Дьяков Г.В. Практикум із загальної психології / За ред. Т.І. Пашукової. – К.: Знання, 2006. – 203 с.

### *Контрольні питання і завдання:*

1. Вкажіть на специфіку використання самоспостереження та самоаналізу у дослідження власної особистості.
2. Які прийоми саморозвитку особистості ви знаєте?

## ЗАВДАННЯ ДО ПІДСУМКОВОЇ МОДУЛЬНОЇ РОБОТИ 2

Умовою допуску до ПМР є зарахування звітів за результатами лабораторних занять.

**I. Тестове завдання** (4 завдання, за правильне виконання завдання – 5 балів). Максимальна кількість балів – 20.

*Системна якість, що набувається індивідом у предметній діяльності та спілкуванні, і характеризує його з боку включеності у суспільні стосунки:*

а) індивід; б) особистість; в) самосвідомість; г) індивідуальність.

**II. Теоретичне питання** (оцінюються від 0 до 30 балів).

Максимальна кількість балів – 30.

1. Поняття особистості у психології.
2. Розмежування понять „людина”, „індивід”, „особистість”, „суб’єкт”. „індивідуальність”.
3. Врахування властивостей особистості у процесі дослідження: активність, цілісність, стійкість; врахування генетично обумовлених властивостей та соціальної ситуації розвитку тощо.
4. Особистість як предмет дослідження у психології. Методики дослідження особистості та їх класифікація.
5. Особистісні опитувальники: опитувальники мотивації, інтересів, цінностей, установок та якостей особистості.
6. Поняття активності та спрямованості особистості.
7. Структура дослідження спрямованості особистості.
8. Методи дослідження інтересів.
9. Самооцінка як складова самосвідомості.
10. Види самооцінки у психологічних дослідженнях.
11. Дослідження структури самосвідомості особистості за Тестом двадцяти тверджень на самоставлення (за М. Куном та Т. Мак-Партландом).
12. Самосвідомість та «Я-концепція» особистості.
13. Дослідження самосвідомості за методикою «Особистісний диференціал».
14. Методи дослідження самосвідомості та самооцінки особистості.
15. «Я-реальне» та «Я-ідеальне» у дослідженнях особистості.
16. Поняття рівня домагань особистості.
17. Дослідження рівня домагань особистості.

**III. Професійно-орієнтоване завдання.**

Максимальна кількість балів – 50.

Зараховується на основі звітів за лабораторні заняття.

**Клієнтський запит:**

*Ви, студент першого курсу, звертаєтесь до психолога за консультацією: «я отримую освіту психолога і чув, що психолог, перш за все, повинен мати повну інформацію про власну особистість. Як я можу дослідити себе».*

**Обов’язкова програма при виконанні завдання:**

Виконання завдання здійснюється за алгоритмом (п. 1-4) із використанням методик, представлених у л.з. №№ 8-13.

### Модуль 3. ІНДИВІДУАЛЬНО-ТИПОЛОГІЧНІ ВЛАСТИВОСТІ ОСОБИСТОСТІ

#### ЛАБОРАТОРНІ ЗАНЯТТЯ

#### ЛАБОРАТОРНЕ ЗАНЯТТЯ 15-16

#### ТЕМА 6. ОСОБЛИВОСТІ ВИВЧЕННЯ ТИПОЛОГІЧНИХ ВЛАСТИВОСТЕЙ ОСОБИСТОСТІ

#### Темперамент

Для підготовки варто робити короткий конспект питань, що розглядатимуться на занятті:

1. Заповніть таблицю психологічних властивостей темпераменту:

Властивості темпераменту	Сангвінік	Холерик	Флегматик	Меланхолік
Активність				
Реактивність				
Сензитивність				
Екстра-інтровертованість				
Ригідність				
Пластичність				
Емоційна врівноваженість				
Резистентність				

### ПРАКТИЧНА ЧАСТИНА

**Клієнтський запит (л.з.№1).**

**Обов'язкова програма при виконанні завдання:**

1. Здійснити категоріально-термінологічне довшизначення проблеми та напрями практичні роботи (додаток 1, п.1.1, 1.2.)
2. Здійснити аналіз власного досвіду виконання подібних завдань (додаток 1, п.2.1)
3. Здійснити збір емпіричних даних, якісний та кількісний аналіз результатів дослідження (додаток 1, п.3.1, 3.2.).

#### Методика №1.

**Інструкція досліджуваному:** «Опитувальник спрямований на вивчення загальних властивостей нервової системи. На кожне із 57 питань Ви можете відповісти лише ТАК чи НІ. Якщо Ви хочете відповісти ТАК, то поставте проти номера питання знак «+», якщо НІ – знак «-». Довго не думайте, намагайтеся фіксувати першу думку. Пам'ятайте, що неправильних відповідей тут немає».

#### Бланк дослідження

№	Опитувальник	Відповідь («+» чи «-»)
1.	Чи часто ви відчуваєте необхідність у нових враженнях?	
2.	Чи часто вам бувають потрібні друзі, які вас розуміють, можуть підбадьорити, втішити?	

3.	Ви людина безпечна?	
4.	Вам дуже важко відповідати "ні"?	
5.	Чи задумуєтесь ви перед тим, як щось розпочати?	
6.	Якщо ви обіцяєте щось зробити, то чи завжди виконуєте обіцянки, незалежно від того, зручно вам це чи ні?	
7.	Часто у вас бувають спади і підйоми настрою?	
8.	Як правило, ви говорите і дієте швидко, не роздумуючи?	
9.	Чи часто ви відчуваєте себе нещасною людиною без достатніх на це причин?	
10.	Чи зробили б ви все, що завгодно на спор?	
11.	Чи виникає у вас відчуття ніяковості, коли ви хочете завести розмову з симпатичним (ою) незнайомцем (кою)?	
12.	Виходите ви іноді з себе, злитесь?	
13.	Часто ви дієте під впливом хвилинного настрою?	
14.	Часто ви хвилюєтесь із-за того, що зробили чи сказали щось таке, чого не варто було робити чи говорити?	
15.	Чи віддаєте ви перевагу книгам над зустрічами з людьми?	
16.	Чи легко вас образити?	
17.	Чи любите ви часто бути в компанії?	
18.	Чи бувають у вас іноді думки, які ви хотіли б приховати від інших людей?	
19.	Чи вірно, що ви іноді енергійні, все горить у вас в руках, а іноді зовсім пасивні, в'ялі?	
20.	Чи бажаєте ви мати поменше друзів, але зате особливо близьких вам?	
21.	Чи часто ви мрієте?	
22.	Коли на вас кричать, ви відповідаєте тим же?	
23.	Чи часто у вас виникає почуття вини?	
24.	Чи завжди ваші звички хороші і бажані?	
25.	Чи можете ви дати волю своїм почуттям і добре повеселитися в компанії?	
26.	Чи вважаєте ви себе людиною чутливою?	
27.	Вважають вас людиною жвавою і веселою?	
28.	Чи часто, зробивши якусь справу, ви відчуваєте, що могли зробити її краще?	
29.	Ви більше мовчите, коли знаходитесь серед людей?	
30.	Ви іноді пліткуєте?	
31.	Чи буває, що вам не спиться із-за того, що різні думки лізуть в голову?	
32.	Якщо ви хочете дізнатися про щось, то ви віддасте перевагу тому, щоб прочитати про це в книжці, ніж спитати?	
33.	Чи бувають у вас серцебиття?	
34.	Чи подобається вам робота, що потребує від вас постійної уваги?	
35.	Бувають у вас приступи тремтіння?	
36.	Чи завжди б ви платили за проїзд на транспорті, якби не боялися перевірки?	
37.	Вам неприємно бути в середовищі людей, де піджартовують один над одним?	
38.	Чи дратівливі ви?	
39.	Чи подобається вам робота, що потребує швидкості дій?	
40.	Чи хвилюєтесь ви з приводу якихось неприємних подій, які б могли статися?	
41.	Ви ходите повільно, не поспішаючи?	
42.	Ви коли-небудь запізнювалися на побачення чи на роботу?	

43.	Чи часто вам сняться кошмари?	
44.	Чи вірно, що ви так любите поговорити, що не пропустите нагоди побесідувати з незнайомою людиною?	
45.	Чи турбують вас якісь болі?	
46.	Ви б почували себе дуже нещасною людиною, якби тривалий час були позбавлені широкого спілкування з людьми?	
47.	Можете назвати себе нервовою людиною?	
48.	Чи є серед ваших знайомих люди, котрі вам не подобаються?	
49.	Чи можете ви сказати, що ви впевнена у собі людина?	
50.	Чи швидко ви ображаєтеся, коли люди вказують на ваші помилки в роботі чи ваші особисті промахи?	
51.	Ви вважаєте, що важко отримати справжнє задоволення від вечірки?	
52.	Чи хвилює вас те, що ви чимось гірші за інших?	
53.	Чи легко вам внести пожвавлення в доволі скучну компанію?	
54.	Чи буває, що ви говорите про речі, в яких не розумієтеся?	
55.	Чи турбуєтеся ви про своє здоров'я?	
56.	Чи любите ви піджартувати над іншими?	
57.	Чи страждаєте ви від безсоння?	

### Обробка результатів.

1. Для підрахунків використайте ключ та запишіть свій результат:

**Шкала екстраверсії:** 1(+), 3 (+), 5(–), 8(+), 10(+), 13(+), 15(–), 17(–), 20(+), 22(+), 25(+), 27(+), 29(–), 32(–), 34(+), 37(–), 39(+), 41(–), 44(+), 46(+), 49(+), 51(–), 53(+), 56(+).

**Шкала екстраверсії =**

**Шкала нейротизму:** 2(+), 4(+), 7(+), 9(+), 11(+), 14(–), 16(+), 19(+), 21(+), 23(+), 26(+), 28(+), 31(+), 33(+), 35(+), 38(+), 40(+), 43(+), 45(+), 47(+), 50(+), 52(+), 55(+), 57(+).

**Шкала нейротизму =**

**Шкала надійності:** 6(+), 12(–), 18(–), 24(+), 30(–), 36(+), 42(–), 48(–), 54(–).

**Шкала надійності =**

2. Отримані результати відкладіть на відповідних осях і знайдіть точку їх перетину в одному з чотирьох квадрантів.

### НЕСТАБІЛЬНІСТЬ

ІНТРОВЕРТОВАНІСТЬ	<p><i>тривожний</i> <i>ригідний</i> <i>песимістичний</i> <i>стриманий, тихий</i> <i>схильний до роздумів</i> <b>Меланхолік</b></p>	<p><b>24</b> <i>чутливий</i> <i>агресивний</i> <i>мінливий, непостійний</i> <i>активний, імпульсивний</i> <i>оптимістичний</i> <b>холерик</b></p>	ЕКСТРАВЕРТОВАНІСТЬ
	<p><b>0</b> <b>флегматик</b> <i>пасивний</i> <i>спокійний, розсудливий</i> <i>доброзичливий</i> <i>Надійний</i></p>	<p><b>12</b> <b>сангвінік</b> <b>24</b> <i>комунікабельний</i> <i>безпосередній</i> <i>життєрадісний</i> <i>схильний до лідерства</i> <b>0</b></p>	

### СТАБІЛЬНІСТЬ

### **Звіт за результатами практичної роботи:**

1. Наскільки надійними можна вважати результати методики (шкала надійності).

---

---

---

2. Які результати ви отримали за шкалами екстраверсії та нейротизму? Про що це свідчить?

---

---

---

---

---

---

3. Який тип темпераменту ви маєте? Які риси притаманні вашому типу темпераменту?

---

---

---

---

### **Методика №2. «ТЕППІНГ-ТЕСТ» (Є.П. Ільїн)**

**Мета:** вивчення сили нервової системи, працездатності індивіда

**Теоретичне підґрунтя.** На думку Є.П.Ільїна, автора методики, фізіологічним обґрунтуванням даного тесту є наступне. Основне навантаження за методикою теппінг-тест в перші 20-25 с лягає саме на центральну нервову систему, її вищі відділи. Наступна робота виявляє лише фізичну втому, яка не завжди може бути зв'язана з належністю людини до тієї чи іншої типологічної градації по силі нервової системи. Завданням тесту якраз і є виявлення змін, що відбуваються в процесі виконання в центральній нервовій системі, а не на периферії (в м'язах), які настають внаслідок біохімічних і вегетативних процесів. Максимальна інтенсивність короткочасної виконання є обов'язковою умовою діагностування сили НС, що дозволяє обмежити до мінімуму участь вегетативних функцій в забезпеченні виконання і їх присутності при розвитку втому.

Для досягнення результату необхідно не тільки зацікавити досліджуваного результатами виконання, але й стимулювати його по ходу виконання словами "не здавайся", "працюй швидше" і т.п. Це сприяє чіткій диференціації досліджуваних на сильних і слабих. Важливо також акцентувати увагу досліджуваних на те, щоб вони з перших секунд почали працювати в максимальному для них темпі.

**Інструкція досліджуваному:** "В кожному квадраті Ви маєте олівцем поставити за відведений час (5 с) якомога більше крапок. Перехід від одного квадрата в другий потрібно здійснювати за сигналом, переходити в напрямі годинникової стрілки, не припиняючи виконання. Перед початком виконання олівець поставити не в першому квадраті, а перед ним.

Вам потрібно працювати з максимальною частотою на протязі 30 с. Працювати весь час потрібно на максимумі вольового зусилля, навіть якщо ви вважаєте, що темп рухів зменшується. Чим більшу кількість рухів ви встигнете зробити за відведений час, тим сильніша у вас нервова система".

**До уваги дослідника:** Робота будується на основі вимірювання в часі максимального темпу рухів кисті. Досліджуваний протягом 30 с старається втримати максимальний для себе темп. Результати виконання тесту фіксуються в динаміці (через кожні 5 с) і по шести отриманих показниках будується крива працездатності.



### Бланк дослідження

1.	2.	3.
6.	5.	4.

### Обробка результатів

#### 1. Підрахуйте кількість крапок в кожному квадраті:

1 квадрат =

3 квадрат =

2 квадрат =

4 квадрат =

#### 2. На основі триманих результатів побудуйте криву працездатності.



#### 3. Визначення типу нервової системи (на основі співвідношення із еталонними кривими)

На основі 5-секундних відрізків будують криві працездатності, на яких за вихідну точку береться темп рухів за перші 5 с. Сила нервової системи визначається по типах кривих працездатності (рис.1.).

**Сильна нервова система** характеризується випуклим типом кривої працездатності. Максимальний темп наростає в перші 10-15 с виконання, про що, до речі, досліджувані і не підозрюють; далі до 25-30 с він може знизитися нижче вихідного рівня за перші 5 с виконання.

**Середня сила нервової системи** характеризується рівним типом кривої працездатності. Максимальний темп утримується приблизно на одному рівні на протязі всього часу виконання.

**Середньо-слабка нервова система** характеризується проміжним (між рівним і низхідним типом кривої працездатності) і ввігнутим типом. У досліджуваних проміжного типу перші 10-15 с темп підтримується на початковому рівні, а потім знижується. У досліджуваних з ввігнутим типом кривої спочатку зниження на протязі 15-20 с, а потім воно змінюється короткочасним зростанням темпу до фонового рівня.

**Слабка нервова система** характеризується низхідним типом кривої працездатності. Максимальний темп знижується вже із другого 5-секундного проміжку і залишається на зниженому рівні на протязі всього часу виконання.

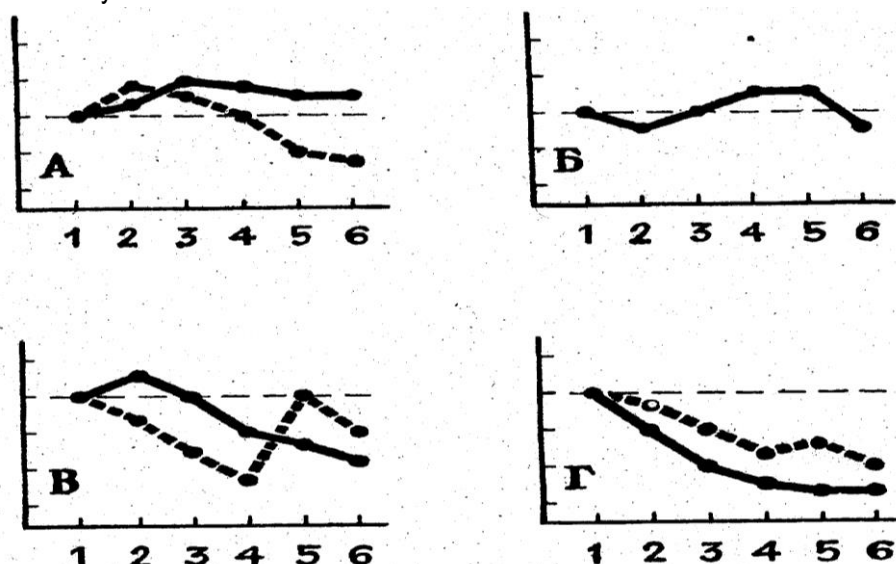


Рис.1. Типи кривих зміни максимального темпу рухів за 5-секундними відрізками.

По вертикалі – число рухів за 5 с, по горизонталі – 5-секундні відрізки.

**А** – криві, що характеризують сильну нервову систему, **Б** – середню, **В** – середньо-слабку, **Г** – слабку нервову систему.

#### Висновок:

1. За результатами аналізу кривої працездатності визначте силу Вашої нервової системи? Що це означає для виконання Вами різних видів діяльності?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

#### Методика №3. “СОРТУВАННЯ СЛІВ”

**Мета:** вивчення рухливості нервових процесів.

**Інструкція досліджуваному:** “У Вас є два бланки. На одному з них записано 100 слів, кожне з яких має свій порядковий номер (від 1 до 100). Слова позначають тварин, рослин і предмети неживої природи. На другому бланку позначені номери слів від першого до сотого, які розміщені в дві ідентичні колонки. Над лівою колонкою надруковано слово “Рослини”, над правою – “Тварини”. Слова, що позначають предмети неживої природи, не реєструються. Реєстрація проводиться шляхом обведення відповідного номера слова. Працювати треба якомога швидше. Старайтеся при цьому не робити помилок. Після реєстрації останнього слова підніміть руку, я зафіксую час виконання вами завдання, який ви запишете на вільному нижньому полі реєстраційного бланка. На бланку із словами ніяких поміток не робити. Працювати очинайте за сигналом “Візьміть олівці. Увага! Почали!”. (дослідник фіксує час виконання завдання)

#### Бланк 1.

1. Креслення	26. Камера	51. Горох	76. Муха
2. Лелека	27. Шипшина	52. Гора	77. Кінь
3. Тополя	28. Орел	53. Бегемот	78. Ключ

4. Мак	29. Жук	54. Корова	79. Снігур
5. Сазан	30. Мімоза	55. Квітка	80. Овес
6. Страус	31. Сова	56. Верба	81. Леопард
7. Труба	32. Сосна	57. Шахи	82. Черешня
8. Лінійка	33. Уран	58. Ведмідь	83. Дуб
9. Олівець	34. Рояль	59. Олень	84. Книга
10. Слон	35. Камінь	60. Тюльпан	85. Ворона
11. Парус	36. Карась	61. Кішка	86. Горобець
12. Айстра	37. Батарейка	62. Ковзани	87. Фазан
13. Шакал	38. Качка	63. Лящ	88. Часник
14. Термометр	39. Лисиця	64. Квасоля	89. Борт
15. Метелик	40. Палуба	65. Глобус	90. Вежа
16. Мураха	41. Жайворонок	66. Колесо	91. Кривавик
17. Кактус	42. Циліндр	67. Вишня	92. Кенгуру
18. Заєць	43. Лижі	68. Синиця	93. Вовк
19. Молот	44. Лілія	69. Пінгвін	94. Груша
20. Малина	45. Горностай	70. Соболь	95. Стріла
21. Шпага	46. Дятел	71. Липа	96. Борсук
22. Лампа	47. Канат	72. Черепаха	97. Лось
23. Шпак	48. Осика	73. Штани	98. Конвалія
24. Яблуня	49. Скорпіон	74. Кедр	99. Окунь
25. Лезо	50. Осока	75. Тюлень	100. Азбука

## Бланк 2.

Дата		Прізвище					
Рослина	Тварина	Рослина	Тварина	Рослина	Тварина	Рослина	Тварина
1	1	26	26	51	51	76	76
2	2	27	27	52	52	77	77
3	3	28	28	53	53	78	78
4	4	29	29	54	54	79	79
5	5	30	30	55	55	80	80
6	6	31	31	56	56	81	81
7	7	32	32	57	57	82	82
8	8	33	33	58	58	83	83
9	9	34	34	59	59	84	84
10	10	35	35	60	60	85	85
11	11	36	36	61	61	86	86
12	12	37	37	62	62	87	87
13	13	38	38	63	63	88	88
14	14	39	39	64	64	89	89
15	15	40	40	65	65	90	90
16	16	41	41	66	66	91	91
17	17	42	42	67	67	92	92
18	18	43	43	68	68	93	93
19	19	44	44	69	69	94	94
20	20	45	45	70	70	95	95
21	21	46	46	71	71	96	96
22	22	47	47	72	72	97	97
23	23	48	48	73	73	98	98
24	24	49	49	74	74	99	99
25	25	50	50	75	75	100	100

### Обробка результатів.

Обчислюється показник успішності виконання (УР) за формулою:

$УР = T : N \times 100\%$ , де Т – час виконання завдання в секундах, N – кількість правильно зареєстрованих слів.

УР=

Помилкою є як пропуск слова, яке треба було зареєструвати, так і невірна фіксація. Показник УР переводиться в бали:

УР	> 585	542-585	465-541	410-464	355-409	311-354	289-310	256-288	234-255	< 233
Бали	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

### Аналіз результатів:

- Визначення рівня рухливості нервових процесів та працездатності (підкреслити виявлені особливості):

Бали	Рівень рухливості нервових процесів	Характер помилок	Особливості працездатності
1-4	низький	більшу кількість помилок допущено на початку виконання завдання	повільне впрацювання
5-7	середній	Основні помилки у середині завдання	нестабільність працездатності
8-10	високий	Сновні помилки в кінці завдання	Втомлюваність, виснаження

### Висновок:

- Визначте рівень рухливості нервових процесів. Про що це свідчить?

---

---

---

---

---

---

---

---

- Опишіть особливості працездатності. Як це може виявлятися у повсякденній діяльності?

---

---

---

---

---

---

---

---

### Література

- Кондаков И.М. Практикум по общей психологии // <http://www.matlab.mgppu.ru/work/0011.htm>
- Практикум з психодіагностики/ Укладачі: Музика О.О., Остринська В.М., Остринський В.В. – Житомирський державний педагогічний інститут ім. І.Я. Франка, 1999. – 160 с.
- Психология индивидуальных различий. Тесты / Под ред. Ю.Б. Гиппенрейтер, В.Я. Романова. – М.: Изд-во МГУ, 1982.

Контрольні питання та завдання

- Дайте психологічну характеристику типам темпераменту.
- Покажіть на прикладі особливості прояву типів темпераменту.

## ЛАБОРАТОРНЕ ЗАНЯТТЯ №17

### Тема 6. ОСОБЛИВОСТІ ВИВЧЕННЯ ТИПОЛОГІЧНИХ ВЛАСТИВОСТЕЙ ОСОБИСТОСТІ.

#### Характер

#### Теоретична підготовка

1. Акцентуація рис характеру. Назвіть типи акцентуацій

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

#### Практична робота

##### Клієнтський запит (п/з №1)

##### Обов'язкова програма при виконанні завдання:

1. Здійснити категоріально-термінологічне довізначення проблеми (додаток 1, п.1.1)
2. Здійснити збір емпіричних даних, якісний та кількісний аналіз результатів дослідження (додаток 1, п.3.1. 3.2.)

#### Методика №1. ДОСЛІДЖЕННЯ АКЦЕНТУАЦІЙ ХАРАКТЕРУ (Х. Шмішек)

Мета: вивчення типів акцентуацій характеру.

Теоретичне підґрунтя: В основу опитувальника закладена концепція "акцентуацій особистості" К.Леонгарда. У відповідності до цієї концепції риси особистості поділяються на дві групи: основну і додаткову. Основних рис значно менше, але вони є стержнем особистості, визначають її розвиток, психічне здоров'я, соціальну адаптацію.

**Інструкція досліджуваному:** «Вам пропонуються питання. Якщо ви відповідаєте на запитання "так", то поряд з його номером у реєстраційному бланку ставите знак «+», а якщо відповідаєте "ні", то ставите знак «-». Над питаннями довго не роздумуйте. Правильних і неправильних відповідей немає».

#### Ресстраційний бланк

Опитувальник	Відповідь «+» чи «-»
1. У вас часто буває веселий та безтурботний настрій?	
2. Ви чутливі до образ?	
3. Чи буває так, що вам на очі набігають сльози в кіно, театрі, під час бесіди і т.п.?	
4. Багато раз ти перевіряєш, чи немає помилок у твоїй роботі?	
5. У дитинстві ви вважали себе таким же сміливим, як і ровесники?	
6. У вас часто різко змінюється настрій від безмежного піднесення до відрази до життя, до себе?	
7. Ви, як правило буваєте центром уваги у товаристві, компанії?	
8. Чи бувають дні, коли ви без причини на всіх сердиті, і з вами краще не розмовляти?	
9. Ви серйозна людина?	
10. Ви здатні захоплюватись чим-небудь?	
11. Ви підприємлива та енергійна людина?	
12. Ви швидко забуваєте, коли вас хтось образить?	
13. Ви м'якосерда людина?	
14. Опускаючи лист до поштової скриньки, ви перевіряєте, провівши рукою по щілині, чи лист впав?	
15. Чи намагаєтеся ви завжди бути в числі кращих у школі, секції, гуртку?	

16. Ви переживали страх у дитинстві під час грози або при зустрічі з незнайомою собакою (можливо, таке відчуття буває у вас і зараз, у дорослому віці)?	
17. Ви прагнете завжди і всюди дотримуватися порядку?	
18. Ваш настрій залежить від зовнішніх обставин?	
19. Чи люблять вас ваші знайомі?	
20. Чи часто у вас буває відчуття внутрішнього неспокою, можливого лиха, неприємностей?	
21. У вас часто буває трохи пригнічений настрій?	
22. Чи був у вас хоча б раз істеричний або нервовий зрив?	
23. Вам важко всидіти на одному місці?	
24. Якщо по відношенню до вас вчинили несправедливість, чи енергійно ви відстоюєте свої інтереси?	
25. Ви можете зарізати курку чи вівцю?	
26. Вас дратує, коли вдома фіранка або скатертина висять нерівно, і ви зразу ж намагаєтесь поправити їх?	
27. Вам страшно було у дитинстві залишатися самому вдома?	
28. У вас часто бувають зміни настрою без причин?	
29. Чи прагнете ви бути одним із кращих учнів у класі?	
30. Чи швидко починаєте сердитися або гніватися?	
31. Чи можете ви бути безтурботно веселим?	
32. Чи буває так, що почуття повного щастя охоплює вас?	
33. Як ви думаєте, чи змогли б ви бути ведучим гумористичної програми?	
34. Ви, як правило, висловлюєте свою думку достатньо відверто, прямо і однозначно?	
35. Вам важко переносити вид крові? Чи не викликає це у вас неприємних відчуттів?	
36. Ви любите роботу з великою особистою відповідальністю?	
37. Ви схильні виступати на захист людей, щодо яких вчинили несправедливо?	
38. Вам важко, страшно зайти в темний підвал?	
39. Чи віддаєте ви перевагу такій роботі, де діяти треба швидко, але вимоги до якості виконання невеликі?	
40. Чи любите ви спілкуватися?	
41. У школі ви з охотою виступаєте зі сцени?	
42. У дитинстві ви втікали з дому?	
43. Чи видається вам життя важким?	
44. Чи буває так, що після конфлікту, образи ви були такі пригнічені, що виходити з дому здавалось неможливим?	
45. При невдачах ви не втрачаєте почуття гумору?	
46. Чи зробили б ви перший крок до примирення, якщо вас образили?	
47. Ви дуже любите тварин?	
48. Чи повертаєтесь ви для того, щоб переконатися, що вдома або на роботі все гаразд?	
49. Чи переслідує вас інколи неясна думка про те, що з вами і з вашими близькими людьми може трапитися щось страшне?	
50. Ви вважаєте свій настрій мінливим?	
51. Вам важко доповідати, виступати на сцені перед великою кількістю людей?	
52. Ви можете вдарити людину, якщо вона вас образила?	
53. У вас дуже велика потреба у спілкуванні з іншими людьми?	
54. Ви належите до людей, які при будь-яких розчаруваннях впадають у відчай?	
55. Вам подобається робота, яка вимагає енергійної організаторської діяльності?	
56. Чи наполегливо ви добиваєтесь поставленої мети, якщо на шляху до неї доводиться долати масу перешкод?	
57. Чи може трагічний фільм схвилювати вас так, що на очах виступають сльози?	
58. Чи часто вам буває важко заснути через те, що проблеми весь час крутяться у ваших думках?	
59. У школі ви інколи підказуєте або даєте списувати?	

60. Чи потрібне вам велике напруження волі, щоб пройти самому через цвинтар?	
61. Чи ретельно ви стежите за тим, щоб кожна річ у вашій квартирі була тільки на одному і тому самому місці?	
62. Чи буває з вами таке, що лягаючи спати у доброму настрої, ви прокидаєтесь таким пригніченим, що залишаєтесь у такому стані деякий час?	
63. Ви легко звикаєте до нових ситуацій?	
64. Чи бувають у вас головні болі?	
65. Ви часто смієтесь?	
66. Чи можете ви бути ввічливим навіть з тим, кого явно не цінуєте, не любите, не поважаєте?	
67. Ви жвава людина?	
68. Ви дуже переживаєте через несправедливість?	
69. Ви настільки любите природу, що можете назвати її другом?	
70. Виходячи з дому або лягаючи спати, ви перевіряєте, чи зачинені двері, чи вимкнене світло, чи виключений газ?	
71. Ви дуже боязливі?	
72. Чи змінюється ваш настрій за святковим столом?	
73. Ви із задоволенням берете участь у гуртках художньої самодіяльності?	
74. Ви оцінюєте життя дещо песимістично, без очікування радощів?	
75. Часто вас тягне помандрувати?	
76. Чи може ваш настрій різко змінитися від радості до відчайдушного суму?	
77. Чи легко вам вдається підняти настрій друзів у компанії?	
78. Чи довго ви переживаєте образу?	
79. Чи переживали ви довгий час горе інших людей?	
80. Часто ви переписуєте сторінку, якщо випадково поставили кляксу?	
81. Ви ставитеся до людей швидше з недовірою і обережністю, ніж навпаки?	
82. Чи часто ви бачите страшні сни?	
83. Чи остерігаєтесь ви потрапити під колеса автомашини, випасти з вікна багатоповерхового будинку?	
84. У веселому оточенні ви зазвичай веселі?	
85. Чи в змозі ви відволіктися від обтяжливих проблем, які потребують вирішення?	
86. Ви стаєте менш стриманим і відчуваєте себе вільніше після вживання алкоголю?	
87. У розмові ви швидше мовчазні і небагатослівні, ніж балакучі?	
88. Якби вам необхідно було грати на сцені, чи змогли б ви увійти в роль так, щоб забути, що це лише гра?	

**Обробка результатів.** За кожен відповідь, що збігається з ключем, дається бал. Отримані бали сумуються по кожній шкалі та множаться на вказану у колонці „бали” константу.

Тип акцентуації	Знак «+»	Знак «-»	Бали
Демонстративний тип	7, 19, 22, 29, 41, 44, 63, 66, 73, 85, 88	51	по 2
Педантичний тип	4, 14, 17, 26, 36, 48, 58, 61, 70, 80, 83	39	по 2
Збудливий тип	8, 20, 30, 42, 52, 64, 74, 86	—	по 3
Застрагаючий тип	2, 15, 24, 34, 37, 56, 68, 78, 81	12, 46, 59	по 2
Гіпертимічний тип	1, 11, 23, 33, 45, 55, 67, 77	—	по 3
Дистимічний тип	9, 21, 43, 75, 87	31, 53, 65	по 3
Афективно-лабільний тип	6, 18, 28, 40, 50, 62, 72, 84	—	по 3
Афективно-екзальтований тип	10, 32, 54, 76	—	по 6
Тривожний тип	16, 27, 38, 49, 60, 71, 82	5	по 3
Емотивний тип	3, 13, 35, 47, 57, 69, 79	25	по 3

**2. Отримані результати відобразіть на графіку.**



## Висновок:

1. Визначте домінуючі типи акцентуації характеру. Дайте їм коротку характеристику (за посібником: Волошина В.В., Долинська Л.В., Ставицька С.О., Темрук О.В. Загальна психологія: Практикум: Навч. посібн. – К.:Каравела, 2011. – С.216-223).

[illegible]



## Література

1. Волошина В.В., Долинська Л.В., Ставицька С.О., Темрук О.В. Загальна психологія: Практикум: Навч. посібн. – К.: Каравела, 2011. – 280 с.
2. Пашукова Т.І., Допіра А.І., Дьяков Г.В. Практикум із загальної психології / За ред. Т.І. Пашукової. – К.: Знання, 2006. – 203 с.

Контрольні питання та завдання

1. Вкажіть на особливості формування характеру: природні і соціальні передумови рис характеру.
2. Проаналізуйте проблеми дослідження характеру особистості.

## ЛАБОРАТОРНЕ ЗАНЯТТЯ 18-19

### Тема 6. ОСОБЛИВОСТІ ВИВЧЕННЯ ТИПОЛОГІЧНИХ ВЛАСТИВОСТЕЙ ОСОБИСТОСТІ Здібності

#### Теоретична підготовка

1. Шумакова Н.Б., Щебланова Е.И., Щербо Н.П. Исследование творческой одарённости с использованием тестов П.Торренса у младших школьников // Вопросы психологии. - 1991. - №1. - с.27-32. <http://www.voppsy.ru/issues/1991/911/911027.htm>

**Важливо!** Конспектування першоджерела це не переписування найкоротших чи найзрозуміліших абзаців, а виокремлення головної ідеї тексту в коротких тезах.

## ПРАКТИЧНА ЧАСТИНА

### Клієнтський запит (п/з №1)

#### Обов'язкова програма при виконанні завдання:

1. Підготуйте передбачення проблемних моментів та питання для консультації із фахівцями (додаток 1, п.2.4, 2.5)
2. Підготуйте матеріали, необхідні для виконання завдання (додаток 1, п.2.6)
3. Здійсніть збір емпіричних даних та проінтерпретуйте результати дослідження (див. додаток 1, пункт 3.1, 3.2).

### Методика №1 ТЕСТ ТОРЕНСА

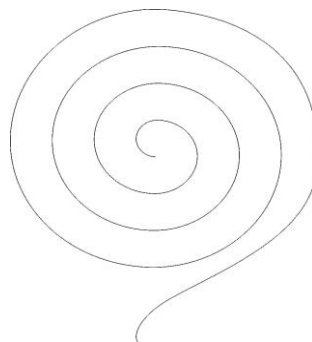
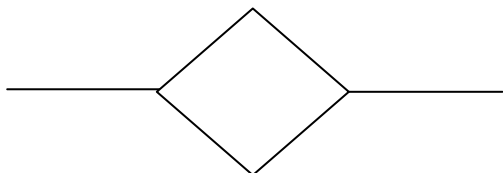
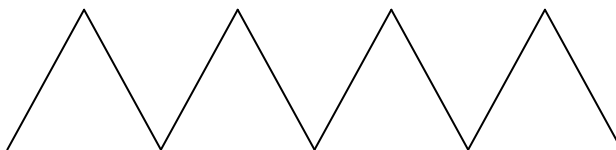
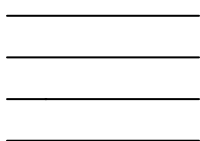
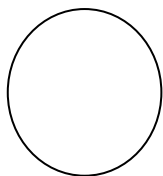
**Мета:** виявлення особливостей невербальної креативності (конструктивну активність, оригінальність категоріальну гнучкість.)

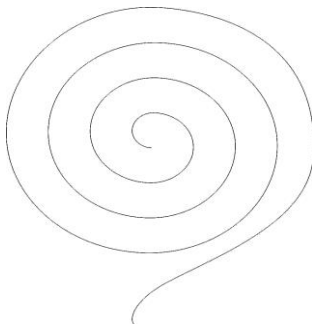
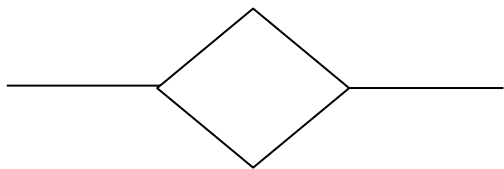
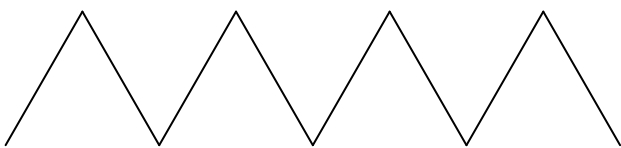
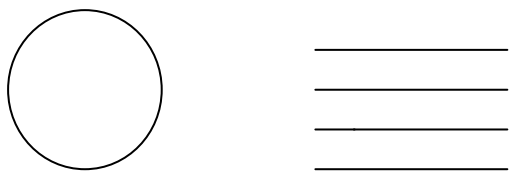
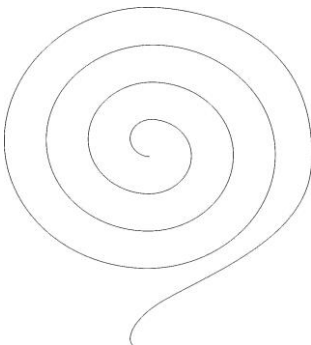
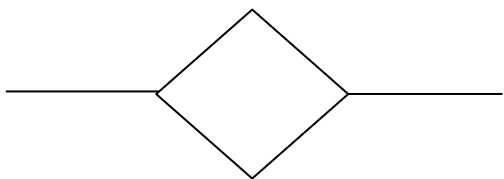
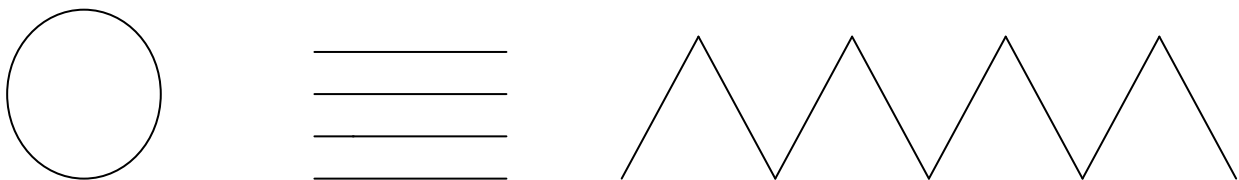
**Теоретичне підґрунтя.** В ході дослідження креативності учнів Е. Торренс розробив 12 тестів, які об'єднуються у три великі групи: вербальну, зображувальну та звукову. Н.О. Воронін адаптував невербальну (зображувальну) частину «Завершення зображень» (Complete Figures).

**Інструкція досліджуваному:** *“Вам пропонуються прості графічні структури, кожна з яких – це деяке незакінчене зображення. Закінчіть це зображення за допомогою будь-яких доповнень, які Ви вважаєте необхідними. Доповнення потрібно вносити олівцем або ручкою. Після завершення назвати те, що у Вас вийде. Одна і та ж сама графічна фігура пред'являється 8 раз. Якщо на певному етапі роботи Ви відчуєте, що вичерпали всі можливі варіанти закінчень і назв фігур-стимулів, скажіть: “Все!” Час Вашої роботи не обмежується.”*

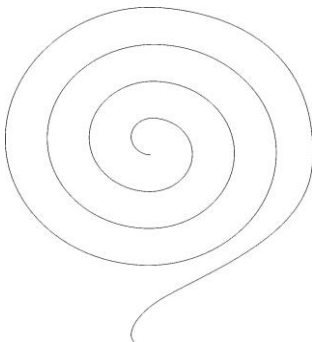
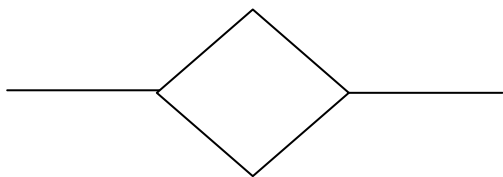
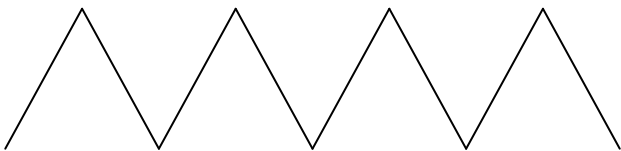
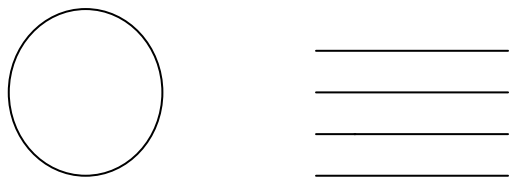
**До уваги дослідника:** У випадку відмови досліджуваного продовжувати роботу із вказаним стимулом, яку він мотивує тим, що всі можливі варіанти перетворення і назви стимулу вичерпані, дослідник переходить до другого базового стимулу і т. д. Всього у наборі 40 пред'явлень

#### Бланк дослідження

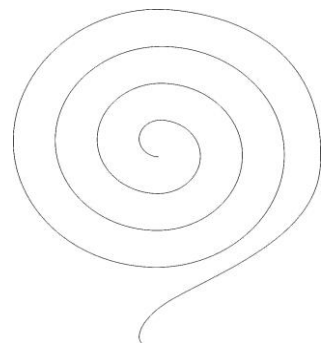
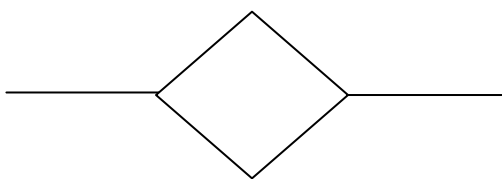
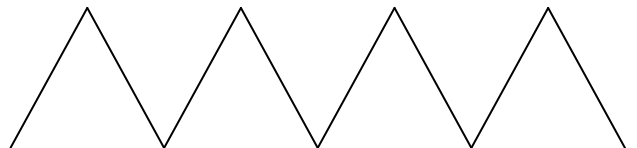
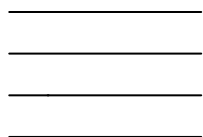
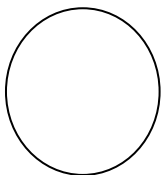
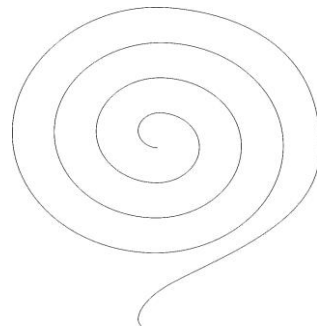
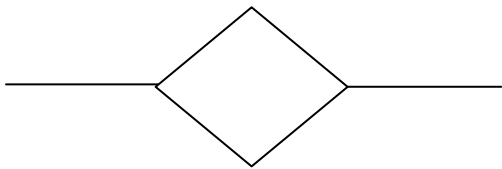
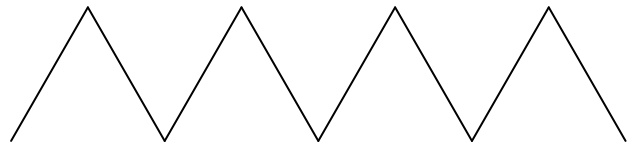
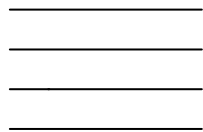
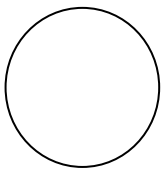
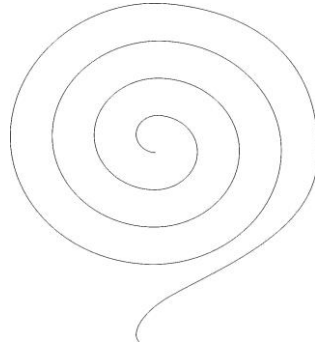
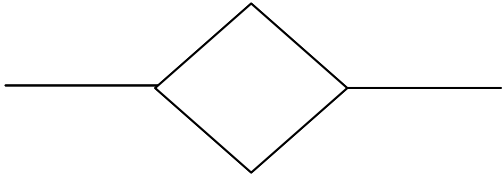
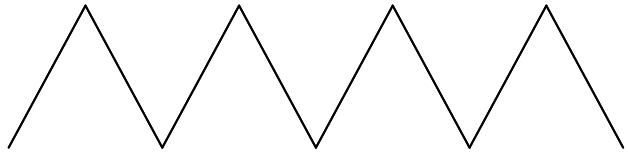
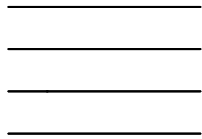
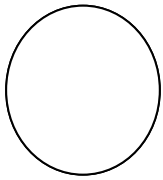




**Бланк дослідження**



:



## Обробка результатів

Основні показники:

- Кількість відмов** (скільки графічних стимулів досліджуваних не зміг закінчити із загальної кількості пред'явлень, яка дорівнює 40).

**Кількість відмов =**

- Категоріальна гнучкість (КГ)** (запропоновані досліджуваним назви для закінчених стимулів). В якості основи потрібно використовувати 40 варіантів категорій, виділених в результаті використання цієї методики на студентській вибірці. Підраховується, скільки категорій із числа всіх можливих варіантів використав у своїх відповідях в якості назв кожний досліджуваний.

Варіанти категорій	Кількість варіантів
1. Люди	
2. Тварини	
3. Рослини	
4. Природні явища (пейзажі, блискавки і т.д.)	
5. Транспортні засоби	
6. Житло	
7. Інструменти, прибори	
8. Предмети домашнього вжитку	
9. Одяг	
10. Взуття	
11. Їжа	
12. Спорт	
13. Засоби інформації, сигнали	
14. Навчання	
15. Технічні споруди	
16. Космічні об'єкти	
17. Геометричні фігури	
18. Меблі	
19. Посуд	
20. Музика	
21. Прикраси	
22. Будівничі споруди	
23. Місткість	
24. Машини, механізми	
25. Гра (іграшки і т.д.)	
26. Анатомія людини	
27. Зброя	
28. Джерело світла	
29. Мікроструктура об'єкта	
30. Матеріали (дерево, бетон і т.д.)	
31. Канцелярське приладдя	
32. Фізичні явища	
33. Зображення	
34. Медицина	
35. Поверховості	
36. Фантастичні істоти	
37. Знаки, символи, цифри	
38. Моделі, плани, графіки	
39. Людські відчуття (сум, страх, і т. д.)	

40. Технічні деталі

КГ =

3. Аналіз результатів по групі

Протокол для фіксації результатів по групі

№ стимулу	Номер досліджуваного (за журналом групи) / Результат за оригінальністю назви															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
1.																
2.																
3.																
4.																
5.																
6.																
7.																
8.																
9.																
10.																
11.																
12.																
13.																
14.																
15.																
16.																
17.																
18.																
19.																
20.																
21.																
22.																
23.																
24.																
25.																
26.																
27.																
28.																
29.																
30.																
31.																
32.																
33.																
34.																
35.																
36.																

37.																
38.																
39.																
40.																
<b>Кількість балів</b>																

### Оригінальність (ОР).

Спочатку підраховується частота повторюваності кожної назви по групі досліджуваних (група повинна включати не менше 20 досліджуваних). Відповідь кожного досліджуваного оцінюється в балах в залежності від її рідкості:

Частота використання назви	Кількість балів за кожну відповідь
1 досліджуваний з групи	3
2 досліджувані	2
3 досліджувані	1
4 досліджувані і більше	0

Обраховуємо коефіцієнт оригінальності для кожного досліджуваного

$$OP(\text{інд}) = \sum OP (n_1 \dots n_{40}), \text{ де } n - \text{це варіанти відповідей досліджуваних від 1 до 40}$$

$$OP =$$

4. **Конструктивна активність (КА)** - показник міри складності виконуваних досліджуваним перетворень заданого простого графічного стимулу.

Характеристика стимула	Кількість балів за кожну відповідь
стимул без яких-небудь його графічних змін або стимул як ціле взагалі (досліджуваний виділяє і називає одну частину стимулу)	0
зображення закінчується за рахунок повтору вихідної графічної основи	1
закінчує зображення за рахунок додавання до вихідної графічної основи яких-небудь деталей, при чому сама основа при цьому залишається без змін	2
є розгорнуті перетворення в середині простору вихідного графічного стимулу або зміни його конфігурації	3

$$KA(\text{інд}) = \sum KA (n_1 \dots n_{40}), \text{ де } n - \text{це варіанти відповідей досліджуваних від 1 до 40}$$

$$KA(\text{інд}) =$$

**Якісний аналіз результатів** проводиться окремо за кожним показником:

- “кількість відмов” свідчить про можливості візуального мислення у плані висунення візуальних гіпотез відносно невизначених за своїми можливостями перцептивними стимулами.
- “категоріальна гнучкість” – про багатство процесів семантизації (надання смислів) візуальних вражень на основі підключення словесно-категоріального знання.
- “оригінальність” – про творчі можливості візуального мислення.
- “конструктивна активність” – про операційні характеристики візуального мислення, пов’язаних з мірою складності і різноманітності виконуваних перетворень, оскільки тут досліджувані не тільки трансформують вихідну перцептивну основу, але й доповнюють її візуальними елементами, що бралися із зорової пам’яті.

## Висновок: визначте рівень творчих здібностей

— Категоріальна гнучкість

---

---

---

---

---

---

---

---

— оригінальність запропонованої назви

---

---

---

---

---

---

---

---

— конструктивна активність

---

---

---

---

---

---

---

---

### Методика №2. Тест «Дослідження розумових здібностей» ([psy.rv.ua /content/doslidzhennya-rozumovikh-zdibnostei](http://psy.rv.ua/content/doslidzhennya-rozumovikh-zdibnostei))

**Мета:** вивчення рівня та структури розумових здібностей

**Форма роботи:** індивідуальна або групова.

Експериментатор пропонує досліджуваному інструкцію і варіант тесту для визначення інтегрального показника загальних здібностей. Після ознайомлення досліджуваного з інструкцією та із зразками виконання завдань експериментатор подає сигнал до виконання тесту:

**Інструкція досліджуваному:** «Вам дається декілька простих завдань. Уважно прочитайте цю сторінку, але не перегортайте її без команди. "Починаємо!"

**Заповніть:**

Прізвище, ім'я, по батькові \_\_\_\_\_ Вік \_\_\_\_\_  
Освіта \_\_\_\_\_ Спеціальність \_\_\_\_\_

Ознайомтеся зі зразками завдань і з правильними відповідями на них:

- Швидкий є протилежне за змістом слову: 1 — важкий, 2 — пружний, 3 — потайний, 4 — легкий, 5 — повільний **(5)**
- Вартість бензину 44 копійки за літр. Скільки коштує 2,5 літра? **(110)**  
Правильну відповідь напишіть над лінією. Правильна відповідь: 110 коп., або 1,1 грн.
- Мінер — міenor. Ці слова є: 1 — подібними, 2 — протилежними, 3 — ні подібними, ні протилежними за значенням.

Правильна відповідь, яку потрібно записати над лінією, — 3.

Тест, який Вам буде зараз запропоновано, складається з 50 запитань. На виконання тесту відводиться 15 хвилин. Дайте відповідь на стільки запитань, на скільки зможете, але не витрачайте багато часу на одне запитання. Про те, що не зрозуміло, запитуйте зараз. Під час виконання тесту відповідати на Ваші запитання я не буду. Коли я подам команду, перегорніть



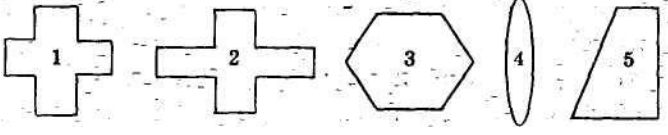
сторінку і розпочинайте роботу. Через 15 хвилин, за командою, відразу ж припиніть виконання завдань, перегорніть сторінку і відкладіть ручку.

Зосередьтеся. Покладіть ручку праворуч. Чекайте команди. Починаємо!"

### Короткий орієнтовний тест

- Одинадцятий місяць року — це: 1 — жовтень? 2 — травень? 3 — листопад? 4 — лютий? \_\_\_\_\_
- Суворий є протилежне за значенням слову: 1 — різкий? 2 — лютий? 3 — м'який? 4 — жорстокий? 5 — неподатливий? \_\_\_\_\_
- Яке з даних слів відрізняється від інших: 1 — визначений? 2 — сумнівний? 3 — впевнений? 4 — довірливий? 5 — правильний? \_\_\_\_\_
- Дайте відповідь "Так" чи "Ні". Скорочення н.е. означає нашої ери (нової ери)! \_\_\_\_\_
- Яке із слів відрізняється від інших: 1 - співати? 2 — дзвонити? 3 — базікати? 4 — слухати? 5 — говорити? \_\_\_\_\_
- Слово бездоганний протилежне за значенням слову: 1 — незаплямований? 2 — непристойний? 3 — непідкупний? 4 — невинний? 5 — класичний? \_\_\_\_\_
- Які з поданих слів пов'язані зі словом укувати так, як слова нюхати та ніс: 1 — солодкий? 2 — язик? 3 — г-запах? 4 — зуби? 5 — чистий? \_\_\_\_\_
- Скільки з поданих пар слів повністю ідентичні?  

Sharp M.C.	Sharp M.C.
Filder E.H.	Filder E.N.
Connor M.G.	Conner M.G.
Woesner O.W.	Woerner O.W.
Soderquist P.E.	Soderquist B.E.
- Слово ясний протилежне за змістом слову: 1 — очевидний? 2 — явний? 3 — недвозначний? 4 — виразний? 5 — тьмяний? \_\_\_\_\_
- Підприємець придбав кілька уживаних автомобілів за 3500 доларів, продав їх за 5500 доларів, заробивши при цьому 50 доларів за автомобіль. Скільки автомобілів він продав? \_\_\_\_\_
- Слова стук та стік мають: 1 — подібне значення? 2 — протилежне? 3 — ні подібне, ні протилежне значення? \_\_\_\_\_
- Три лимони коштують 45 копійок. Скільки коштує їх 1,5 дюжини? \_\_\_\_\_
- Скільки з цих 6 пар чисел однакових?  

5296	5296
66986	69686
834426	834426
7354256	7354256
61197172	61197172
83238324	83238234
- Близький є протилежним слову: 1 — дружній? 2 — приятельський? 3 — чужий? 4 — рідний? 5 — інший? \_\_\_\_\_
- Яке число найменше : 6; 0,7; 9; 36; 0,31; 5? \_\_\_\_\_
- Розставте подані слова таким чином, щоб утворилося правильне речення. Як відповідь запишіть дві останні літери останнього слова;  
 є сіль любов життя \_\_\_\_\_
- Який з поданих п'яти малюнків найбільше відрізняється від інших?  

- Два рибалки спіймали 36 риб. Перший рибалка спіймав у 8 разів більше, ніж другий. Скільки спіймав другий? \_\_\_\_\_
- Сходити та відходити мають: 1 — подібне значення? 2 — протилежне? 3 — ні подібне, ні протилежне значення? \_\_\_\_\_

20. Розставте подані слова таким чином, щоб вийшло твердження. Якщо воно правильне, то відповідь буде — П, якщо ні — Н. \_\_\_\_\_

Мохом обертів камінь набирає порослий.

21. Дві з поданих далі фраз мають однаковий зміст, відшукайте їх: \_\_\_\_\_

- Тримати ніс по вітру.
- Порожній мішок не стоїть.
- Троє лікарів не краще від одного.
- Не все те золото, що блищить.
- 5. У семи няньок дитя без догляду.

22. Яке число має стояти замість знака "?": \_\_\_\_\_

73 66 59 52 45 38 ? \_\_\_\_\_

23. Тривалість дня та ночі у вересні майже така, як: 1-у червні? 2-у березні? 3 — у травні? 4-у листопаді? \_\_\_\_\_

24. Припустимо, що перші два твердження правильні. Тоді заключне буде: 1 — правильне? 2 — неправильне? 3 — невизначене? \_\_\_\_\_

Усі передові люди є членами партій. Усі передові люди посідають значні посади. Деякі члени партій посідають значні посади. \_\_\_\_\_

25. Поїзд проходить 75 см за  $\frac{1}{4}$  с. Якщо він буде їхати з тією ж швидкістю, то яку відстань він пройде за 5 с? \_\_\_\_\_

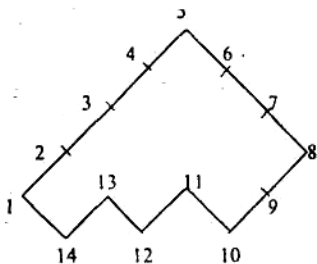
26. Якщо припустити, що перші два твердження правильні, то останнє: 1— правильне? 2 — неправильне? 3 — невизначене? \_\_\_\_\_

Борисові стільки ж років, скільки і Марії. Марія молодша за Женю. Боря молодший за Женю. \_\_\_\_\_

27. П'ять півкілограмових пачок м'ясного фаршу коштують 2 грн. Скільки кілограмів фаршу можна придбати за 80 коп? \_\_\_\_\_

28. Розстилати і розтягнути. Ці слова: 1—подібні за змістом? 2 — протилежні? 3 — не подібні і не протилежні? \_\_\_\_\_

29. Поділіть дану геометричну фігуру прямою лінією на дві частини так, щоб, коли скласти їх разом, вийшов квадрат: \_\_\_\_\_

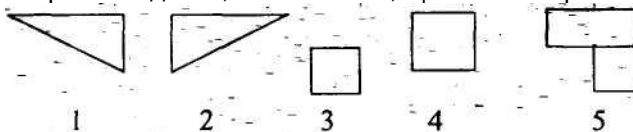


30. Припустимо, що перші два твердження правильні. Тоді заключне буде: 1 — правильне? 2 — неправильне? 3 — невизначене? \_\_\_\_\_

Сашко привітався з Марією. Марія привіталася з Дашею. Сашко не привітався з Дашею. \_\_\_\_\_

31. Автомобіль "Жигулі" вартістю 2400 грн. було уцінено під час розпродажу на 33 %. Скільки коштував автомобіль під час розпродажу? \_\_\_\_\_

32. Три з п'яти фігур потрібно з'єднати, таким чином, щоб вийшла рівнобедрена трапеція. \_\_\_\_\_



33. На сукню потрібно 2 — м тканини. Скільки суконь-можна пошити з 42 м? \_\_\_\_\_

34. Зміст поданих речень: 1 — подібний? 2 — протилежний? 3 — ні подібний, ні протилежний? \_\_\_\_\_

Троє лікарів не краще, ніж один. Чим більше лікарів, тим більше хвороб. \_\_\_\_\_

35. *Збільшувати і розширювати*. Ці слова: 1 — подібні? 2 — протилежні? 3 — ні подібні, ні протилежні?

36. Значення двох англійських прислів'їв: 1 — подібні? 2 — протилежні? 3 — ні подібні, ні протилежні?

Швартуватися краще двома якорями. Не клади всі яйця в один кошик. \_\_\_\_\_

37. Власник крамниці придбав ящик з апельсинами за 3,6 долара. В ящику їх було 12 дюжин. Власник знає, що 2 дюжини зіпсуються ще до того, як він продасть усі апельсини. По якій ціні треба продавати апельсини, щоб отримати прибуток на  $\frac{1}{3}$  закупівельної ціни? \_\_\_\_\_

38. *Претензія та претензійний*. Ці слова за значенням: 1 — подібні? 2 — протилежні? 3 — ні подібні, ні протилежні?

39. Якщо півкілограма картоплі коштувало б 0,0125 грн., то скільки кілограмів можна придбати за 50 копійок?

40. Один із членів ряду не підходить до інших. Яким числом Ви б його замінили?:

$$\frac{1}{4} \quad \frac{1}{8} \quad \frac{1}{8} \quad \frac{1}{4} \quad \frac{1}{8} \quad \frac{1}{8} \quad \frac{1}{4} \quad \frac{1}{8} \quad \frac{1}{6}$$

41. *Досвідчений і освічений*. Ці слова є: 1 — подібні? 2 — протилежні? 3 — ні подібні, ні протилежні?

42. Скільки соток містить ділянка довжиною 70 м і шириною 20 м? \_\_\_\_\_

43. Наступні дві фрази за значенням: 1 — подібні? 2 — протилежні? 3 — ні подібні, ні протилежні?

Гарні речі дешеві, погані — дорогі. Висока якість забезпечується простотою, низька — складністю.

44. Солдат, стріляючи в ціль, влучив у неї в 12,5% разів. Скільки разів солдат має вистрілити, щоб влучити 100 разів у ціль? \_\_\_\_\_

45. Один з членів ряду не підходить до інших. Яке число Ви б поставили на його місце?

$$\frac{1}{4} \quad \frac{1}{6} \quad \frac{1}{8} \quad \frac{1}{9} \quad \frac{1}{12} \quad \frac{1}{14}$$

46. Три партнери акціонерного товариства "Інтенсивник" вирішили поділити прибуток порівну. Т. вніс у справу 4500 грн., К. — 3500 грн., П. — 2000 грн. Якщо прибуток буде 2400 грн., то на скільки менший прибуток отримає Т. порівняно з тим, якби прибуток було розподілено пропорційно до внесків?

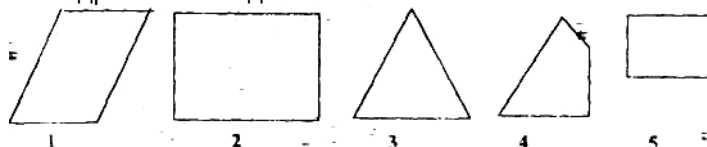
47. Які два прислів'я мають подібне значення?

- Коваль клепле, поки тепле.
- Один у полі не воїн.
- Яке зіллячко, таке й насіннячко.
- Не все те золото, що блищить.
- Не тим хороша, що чорноброва, а тим, що діло робить. \_\_\_\_\_

48. Значення фраз: 1 — подібні? 2 — протилежні? 3 — ні подібні, ні протилежні?

Ліс рубають, тріски летять. Велика справа не буває без втрат. \_\_\_\_\_

49. Яка з фігур найбільше відрізняється від інших?



50. У статті, яка має друкуватися в журналі, 24000 слів. Редактор вирішив використати шрифт ^двох розмірів. Із застосуванням шрифту більшого, розміру на сторінці вміщається 900 слів, меншого — 1200. Стаття має займати 21 повну сторінку. Скільки сторінок потрібно надрукувати меншим шрифтом? \_\_\_\_\_

### Обробка результатів

- Визначення інтегрального показника загальних розумових здібностей ( $In$ ) визначається за кількістю правильно вирішених завдань (ключ подано в таблиці). **Підкресліть правильні відповіді**

№ завдання	Ключ	№ завдання	Ключ	№ завдання	Ключ	№ завдання	Ключ
1	3	14	3	27	1	40	1/8
2	3	15	0,31	28	1	41	3
3	2	16	тя	29	2—13	42	14
4	Так	17	4	30	3	43	1
5	4	18	4	31	1600	44	800
6	2	19	3	32	1,2,4	45	1/10
7	4	20	Н	33	18	46	280
8	1	21	3,5	34	3	47	4,5
9	5	22	31	35	1	48	1
10	40	23	2	36	1	49	3
11	3	24	1	37	4,8	50	17
12	2,7 (270)	25	1500 (15)	38	1		
13	4	26	1	39	20		

Визначте інтегральний показник загальних розумових здібностей власної особистості:  
 $In =$

Величина показника ( $In$ )	Рівень загальних розумових здібностей
131 менше	Низький
14-18	Нижчий середнього
19-24	Середній
25-29	Вищий середнього
30 і більше	Високий

- Визначення структури розумових здібностей:

- Здібності узагальнення та аналізу матеріалу* визначають на основі виконання завдань на прислів'я (№21, 36, 43, 47, 48).  
Особливості абстрагування від конкретної фрази і переходу в галузь інтерпретації змісту, встановлення суті фраз та нового повернення до них \_\_\_\_\_
- Гнучкість мислення* визначають за виконанням завдань на прислів'я (№21, 36, 43, 47, 48). Якщо асоціації досліджуваного мають хаотичний характер, то можна говорити про ригідність мислення (наприклад, це може виявитися під час виконання завдання № 2, 3, 5, 6, 9, 11, 14, 19, 28, 38, 41).  
\_\_\_\_\_
- Інертність мислення і переключення* визначається за спеціальним розміщенням завдань у тесті. Чергування різноманітних типів завдань може ускладнювати розв'язання їх у людей з інертними зв'язками минулого досвіду. Чи відчуваєте труднощі при переключенні з одного типу завдань на інший (Наприклад завдання №1, 2, 3 ...) \_\_\_\_\_
- Емоційні компоненти мислення і відхилення* визначаються за завданнями, які можуть знижувати показник тесту в досліджуваних (24, 27, 31 та інші). Досліджувані, котрі емоційно реагують, починають усміхатися і звертатися до експериментатора замість того, щоб зосереджуватися на об'єкті, тобто на завданні \_\_\_\_\_

- *Швидкість і точність сприйняття, розподіл і концентрація уваги*, визначаються завданнями № 8 та №13. Вони визначають здатність у стислі строки працювати з різноманітним матеріалом, виділяти основне в змісті, зіставляти цифри, знаки тощо. Продовжити далі в такому стилі \_\_\_\_\_
  - *Використання мови, грамотність*. Аналіз може бути проведено за виконанням завдань на вміння користуватися мовою. Завдання № 8 передбачає елементарні знання іноземної мови в межах алфавіту) \_\_\_\_\_
  - *Орієнтування* визначається завдяки аналізу стратегії вибору досліджуваним завдань для вирішення. Деякі досліджувані виконують усі завдання підряд. Інші —тільки ті, які для них виявляються легкими і швидко розв'язуються. Визначення легкості розв'язання дуже індивідуальне. До того ж у цьому виявляються нахили досліджуваних. Деякі з них продиляються надруковані на аркуші тесту завдання і обирають спочатку завдання математичні і ті, що мають числовий зміст, а інші віддають перевагу вербальним завданням \_\_\_\_\_
  - *Просторова уява* характеризується розв'язанням чотирьох завдань, які передбачають операції у двомірному просторі. Це завдання № 17, 29, 32 і 49. \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_

#### **Висновок:**

1. *Зазначте, який рівень загальних розумових здібностей ви маєте.*

\_\_\_\_\_

2. *Проаналізуйте, які параметри мають найвищі показники?*

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

3. *Які завдання викликали у вас труднощі? Про що це свідчить?*

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

4. *Запропонуйте рекомендації досліджуваному, виходячи з отриманих результатів.*

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

### **Література**

1. Пашукова Т.І., Допіра А.І., Дьяков Г.В. Практикум із загальної психології / За ред. Т.І. Пашукової. – К.: Знання, 2006. – 203 с.

### **Контрольні питання та завдання**

1. Дайте характеристику кількісному і якісному показнику здібностей.

Вкажіть на особливості формування здібностей. **Тема на самостійне опрацювання**  
**Тема 7. ПРОБЛЕМИ ВИМІРУ ТА РОЗВИТКУ ЗДІБНОСТЕЙ**

Проаналізуйте одну зі своїх здібностей за такими критеріями.

- Кількісний та якісний аналіз.

---

---

---

---

---

---

---

Чинники розвитку здібностей:

Вплив соціального оточення

---

---

---

---

Власні інтереси та діяльність особистості

---

---

---

---

**Методика №1. КРЕАТИВНІСТЬ** (за Дж. Гілфордом)

**Мета:** самоспостереження за проявами творчих здібностей у різних видах діяльності.

**Бланк дослідження**

**Завдання 1.**

Ідея 1

Ідея 2

Ідея 3

Ідея 4

Ідея 5

...

**Завдання 2**

Ідея 1

Ідея 2

Ідея 3

Ідея 4

Ідея 5

...

### **Завдання 3**

Ідея 1

Ідея 2

Ідея 3

Ідея 4

Ідея 5

...

### **Завдання 4. Б..., П..., Л..., М.**

Ідея 1

Ідея 2

Ідея 3

Ідея 4

Ідея 5

...

#### **Аналіз результатів:**

1. Який підхід до вивчення здібностей був застосований у дослідженні.

---

---

2. Здійсніть умовний розподіл відповідей на кожне завдання на категорії. Порівняйте ці категорії.

---

---

---

---

---

3. Проаналізуйте особливості виконання Вами завдань: які виконували було легко, які викликали труднощі. Про що це свідчить у контексті розвитку Ваших творчих здібностей (вербальних і невербальних), а також їх основних їх властивостей (легкості, швидкості, оригінальності).

---

---

---

---

---



4. Прийоми розвитку одного із компонентів творчих здібностей (2-3 вправи).

[illegible]

### Програма виконання:

1. Підготуйте бланк виконання завдань та фіксації результатів самопостереження.
2. Виконайте дослідження
3. Здійсніть якісний аналіз та інтерпретацію результатів
4. Підготуйте рекомендації щодо розвитку одного із компонентів власних здібностей

## КРЕАТИВНІСТЬ

### Тест ідей

*Приготуйте лист паперу, на якому Вам необхідно буде виконати письмово 5 завдань. Правильних і неправильних відповідей на них не може бути. Будь ласка, працюйте над усіма завданнями у своєму звичайному темпі. Зверніть увагу на вказівки і приклади до них.*

**Завдання 1.** Укажіть якнайбільше можливостей для роботи здорового (бадьорого, міцного) пенсіонера на великому підприємстві. Врахуйте при цьому також і можливість не зовсім звичайних для промислового підприємства робіт - наприклад: швейцар, садівник...

*Час виконання завдання - 3 хвилини. Буде оцінюватися число ідей!*

**Завдання 2.** Укажіть якнайбільше можливостей застосування заколки для волосся. Не забудьте і про різні незвичайні способи її використання - наприклад: колоти, дарувати...

*Час виконання завдання - 3 хвилини. Буде оцінюватися кількість ідей!*

**Завдання 3.** Що відбулося б, якщо всі люди були б змушені харчуватися тільки вегетаріанською їжею?

Укажіть усілякі зміни, що відбулися б унаслідок цього - наприклад: на вікнах замість квітів буде висаджуватися салат...

*Час виконання завдання - 6 хвилин. Буде оцінюватися фантазія!*

**Завдання 4.** Придумайте якнайбільше фраз, у яких слова починаються з букв:

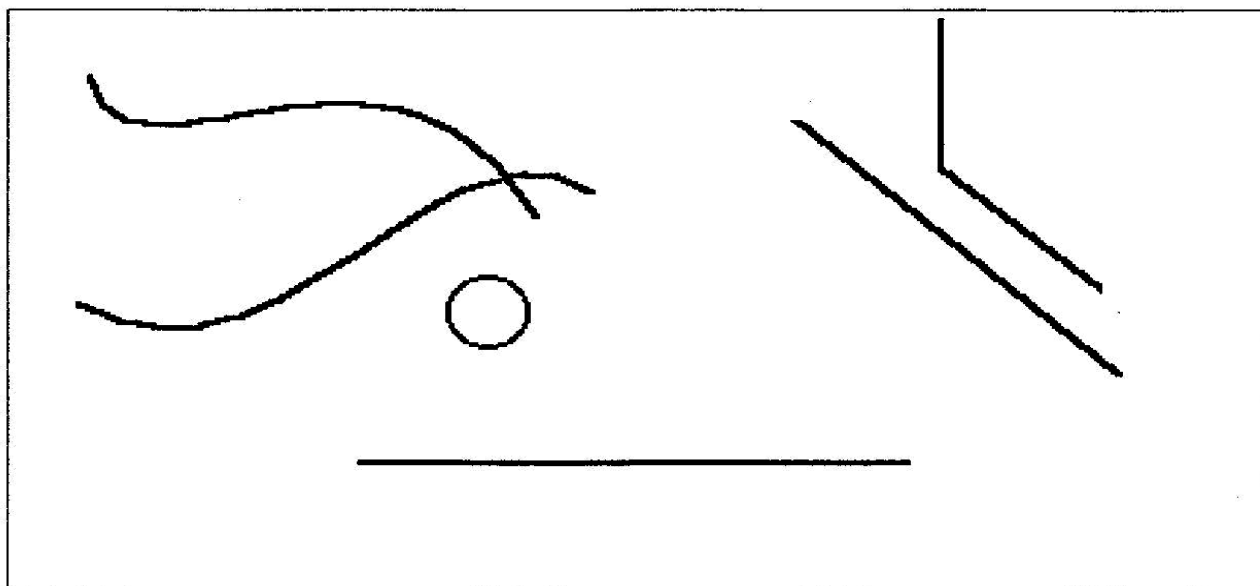
**Б..., П..., Л..., М...**

Наприклад: Бабуся пішла ловити метеликів...

*Час виконання завдання - 4 хвилини. Буде оцінюватися розмаїтість пропозицій!*

### Малюнок

*Домалюйте малюнок так, щоб вийшла завершена картина:*



## **Висновки:**

*1. Співвідношення розвитку вербальних та невербальних творчих здібностей.*

---

---

---

---

---

---

*2. Основні категорії, в межах яких знаходиться поле творчих відповідей досліджуваних.*

---

---

---

---

---

---

*3. Основні труднощі при виконанні завдання.*

---

---

---

---

---

---

*4. Напрями можливого розвитку творчих здібностей.*

---

---

---

---

---

---

## **Література**

Тест Гилфорда (модифицированный) \\ <http://azps.ru/tests/pozn/creativ.html>

## ЗАВДАННЯ ДО ПІДСУМКОВОЇ МОДУЛЬНОЇ РОБОТИ 3

Умовою допуску до ПМР є зарахування звітів за результатами лабораторних занять.

**I. Тестове завдання** (4 завдання, за правильне виконання завдання – 5 балів). Максимальна кількість балів – 20.

Для визначення типу акцентуації характеру використовують:

а) тест Торренса; б) опитувальник Х.Шмішека; в) тест математичних здібностей; г) методику «Q-сортування»

**II. Теоретичне питання** (оцінюються від 0 до 30 балів).

Максимальна кількість балів – 30.

1. Співвідношення понять «темперамент» та «характер».
2. Здібності. Їх кількісний та якісний аналіз.
3. Вимоги до дослідження типологічних властивостей особистості (темпераменту, характеру).
4. Визначення типів темпераменту та акцентуацій характеру.
5. Властивості темпераменту: сензитивність, реактивність, пластичність, ригідність, резистентність, екстравертованість та інтровертованість.
6. Психологічна характеристика типів темпераменту.
7. Передумови формування характеру.
8. Акцентуація рис характеру.
9. Проблеми дослідження характеру особистості.
10. Визначення здібностей.
11. Задатки та здібності. Розвиток здібностей.
12. Структура здібностей. Загальні та спеціальні здібності.
13. Кількісна і якісна характеристика здібностей.
14. Чинники розвитку здібностей: Вплив соціального оточення
15. Чинники розвитку здібностей: Власні інтереси та діяльність особистості

**III. Практичне (професійно-орієнтоване) завдання.**

Максимальна кількість балів – 50.

Зараховується на основі звітів за лабораторні заняття.

### **Клієнтський запит:**

*Ви, студент першого курсу, звертаєтесь до психолога за консультацією: «я отримую освіту психолога і чув, що психолог, перш за все, повинен мати повну інформацію про власну особистість. Як я можу дослідити себе».*

### **Обов'язкова програма при виконанні завдання:**

Виконання завдання здійснюється за алгоритмом (п. 1-4) із використанням методик, представлених у л.з. №№ 14-18.

## МОДУЛЬ 4. ПСИХОЛОГІЯ ДІЯЛЬНОСТІ ТА СПІЛКУВАННЯ

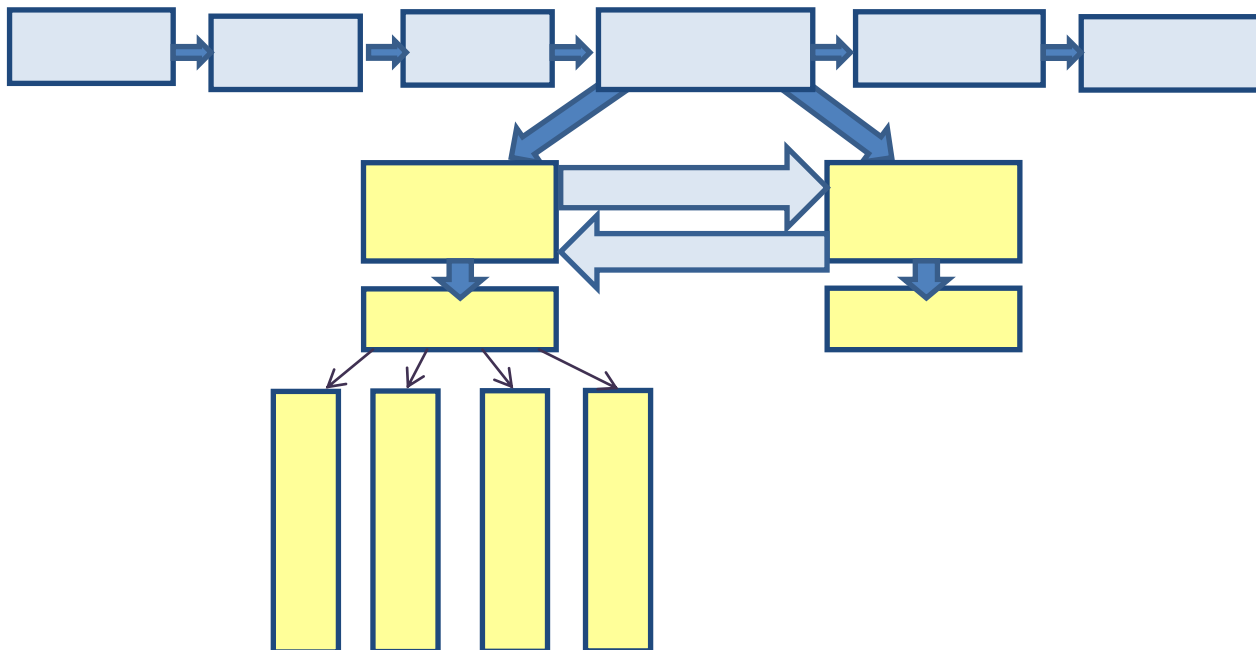
### ПРАКТИЧНІ ЗАНЯТТЯ

#### ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ №3

#### Тема 9. ВИВЧЕННЯ МОТИВАЦІЙНОЇ ОСНОВИ ДІЯЛЬНОСТІ.

План:

##### 1. Сутність та структура діяльності.



##### 2. Методи дослідження мотиваційної сфери особистості

---



---



---



---



---



---



---

##### 3. Методи вивчення виконавської складової діяльності (дій, рухів)

---



---



---



---



---



---



---

### ПРАКТИЧНА ЧАСТИНА

- Підготувати власні аргументи на підтримку або ж спростування висловлювання С.Л. Рубінштейна «Люди поринають у діяльність заради неї самої, а не для досягнення яких-небудь зовнішніх нагород. Така діяльність є самоціллю, а не засобом для досягнення іншої мети»

---



---



---



---

2. Здійснити порівняльний аналіз структури мотивів навчальної діяльності студентів, що здобувають технічну та гуманітарну освіту (із використанням матеріалів Старовойт Т.П. Структура мотивів навчально-професійної діяльності юнаків, які є студентами вищого навчального технічного закладу // Збірник наукових праць Психологічні науки. – 2012. – Том 2. Випуск 8. – С. 239-245 / [http://www.nbuv.gov.ua/portal/Soc\\_Gum/Nvmdu/psykh/2012\\_8/44.pdf](http://www.nbuv.gov.ua/portal/Soc_Gum/Nvmdu/psykh/2012_8/44.pdf) )

#### Мотивація здобуття

Технічної освіти	Гуманітарна освіта

#### Література

1. Брушлинский А. В. Деятельность, действие и психическое как процесс // Вопросы психологии. – 1984. – №5. – С. 17-29. / <http://www.voppsy.ru/issues/1984/845/845017.htm>
2. Леонтьев А.Н. Общее понятие о деятельности // Хрестоматия по психологии / Под ред. А.В. Петровского. – М., Просвещение, 1987. – С. 93–100.
3. Радзиховский Л.А. Деятельность: структура, генез, единицы анализа // Вопросы психологии. – 1983. – №6. – С. 121 / <http://www.voppsy.ru/issues/1983/836/836121.htm>

#### Контрольні питання:

1. Дайте визначення поняттям «діяльність» та «дія»; «мотивація» та «мотив».
2. Визначте структуру діяльності.
3. Яка функція мотивації у процесі оволодіння діяльністю?
4. Які види мотивації Вам відомі?
5. Мотиви навчання студентів.
6. Які існують методи дослідження мотиваційної сфери особистості?

### ЛАБОРАТОРНІ ЗАНЯТТЯ

#### ЛАБОРАТОРНЕ ЗАНЯТТЯ № 20-21

#### Тема 9. ВИВЧЕННЯ МОТИВАЦІЙНОЇ ОСНОВИ ДІЯЛЬНОСТІ.

##### Вивчення мотивів навчальної діяльності

**Мета:** ознайомитися з особливостями вивчення структури мотивації учбової діяльності.

**Професійна спрямованість:** усвідомлення власних провідних мотивів навчання.

#### План:

1. Класифікація мотивів навчальної діяльності.

## ПРАКТИЧНА ЧАСТИНА

*Клієнтський запит (п.з.1)*

### **Обов'язкова програма виконання завдання**

1. На основі аналізу клієнтського запиту здійснити категоріально-термінологічне до визначення проблеми, з якою буде працювати психолог (додаток 1., п.1.1.)
2. Складіть розгорнутий план виконання завдання, зробіть підбір методів та аналіз ресурсів (п. 2.4).
3. Здійснити збір емпіричних даних та проінтерпретуйте результати дослідження (див. додаток 1, пункт 3.1, 3.2). Проведіть дослідження за методикою М.І. Алексєєвої для виявлення реально діючих мотивів навчання. Спробуйте визначити домінуючі та підпорядковані групи мотивів, описуючи ієрархію мотиваційної сфери навчання студента.

### **Методика №1. ВИВЧЕННЯ МОТИВАЦІЇ НАВЧАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ (М.І.Алексєєва)**

**Мета:** виявлення реально діючих мотивів навчання

**Необхідний матеріал:** бланк опитувальника.

**Інструкція досліджуваному:** «В цій анкеті перераховано причини, які можуть пояснити Ваше прагнення вчитися якомога краще; біля кожного номера пункту анкети зазначте свою відповідь таким чином:

- причина дуже важлива, саме через неї я вчусь «++»
- не дуже важлива причина, але також відіграє роль «+»
- не знаю, про таку не думав «0»
- не має для мене важливого значення «-»
- не має для мене ніякого значення «--»

### **Опитувальник**

№	Я навчаюсь, оскільки:	Відповідь	Бали
1.	Хочу розширити свій кругозір, краще орієнтуватися у оточуючій дійсності.		
2.	Хочу у майбутньому отримувати високу заробітну платню.		
3.	Хочу знати закони розвитку природи, суспільства.		
4.	Оволодіння знаннями — обов'язок студента.		
5.	Без навчання неможливо розвинути свої розумові здібності.		
6.	Інакше будуть неприємності в інституті та вдома.		
7.	Такий порядок: батьки працюють, діти навчаються.		
8.	Хочу відповідати сучасному рівню життя.		
9.	Цікаво пізнавати щось нове.		
10.	Знання допомагають спілкуватися на різноманітні теми.		
11.	Вища освіта допоможе отримати обрану мною професію.		
12.	Хочу підготуватися до магістратури.		
13.	Нашій країні потрібні освічені та всебічно розвинені люди.		
14.	Знання дають почуття впевненості в собі.		
15.	Хочу оволодіти способами самостійної роботи над собою, щоб вдосконалюватися далі.		
16.	Хочу бути освіченою, культурною людиною.		
17.	Думаю, що диплом про вищу освіту забезпечить мені деякі переваги у житті над тими, хто його не має.		
18.	Хочу мати забезпечене майбутнє.		
19.	В інституті, у спілкуванні із своїми товаришами та викладачами перевіряєш правильність своїх поглядів, вчинків.		
20.	ВНЗ допомагає виробити власні погляди на оточуючий світ, суспільство, політику, культуру.		

21.	Вища освіта — гарна основа для будь-якої професії.		
22.	Вчитися примушують.		
23.	В студентські роки з'являються дійсні друзі.		
24.	Вища освіта забезпечить мені певну позицію у суспільстві.		

### Обробка та аналіз результатів

1. Переведіть символічні відповіді у систему балів за принципом:

**Нарахована кількість балів**      **Відповідь**

- |   |       |
|---|-------|
| 1 | «— —» |
| 2 | «-»   |
| 3 | «0»   |
| 4 | «+»   |
| 5 | «+ +» |

2. Підрахуйте суму балів по кожній групі мотивів:

- суспільні (позиційні) мотиви: 4, 8, 13
- пізнавальні мотиви: 1, 3, 9
- мотиви професійного становлення: 11, 12, 21
- мотиви особистісного становлення: 14, 16, 24
- комунікативні мотиви: 10, 19, 23
- мотиви самовиховання: 5, 15, 20
- формальні (ситуаційні) мотиви: 6, 7, 22
- утилітарні мотиви: 2, 17, 18.

3. Визначаємо ієрархію мотивації навчання: від найбільш значимих (отримали найбільшу кількість балів) до найменш значимих (отримали найменшу кількість балів).

Домінуючими вважаються групи мотивів, які посіли 3 перших місця у структурі ієрархії.

Коротка характеристика мотивів навчання (за М.І. Алексеевою та М.Т. Дригус):

- **соціально-ціннісні мотиви** – бажання підготуватися до участі в житті країни, бажання приносити користь своєму народу, активна громадянська позиція, бажання стати гідним громадянином суспільства;
- **навчально-пізнавальні мотиви** – бажання розширити свій кругозір, краще орієнтуватися в оточуючій дійсності, бажання пізнати закони розвитку природи і суспільства, інтерес до розумової праці;
- **професійно-ціннісні мотиви** – бажання отримати в майбутньому гідну освіту і хорошу професію;
- **позиційні (суспільні) мотиви** – бажання зайняти гідне місце в колективі, в суспільстві;
- **комунікативні мотиви** – бажання співпрацювати з іншими людьми, бажання спілкуватися з однолітками і вчителями, бажання знайти друзів;
- **мотиви самовиховання** – бажання розвинути свої здібності і особистісні якості;
- **ситуаційні (формальні) мотиви** – бажання уникнути покарання від батьків, навчання з почуття обов'язку;
- **утилітарні мотиви** – бажання отримати в майбутньому гідну зарплату, отримати переваги в роботі, мати забезпечене життя. [взято із роботи Рудої Н.Л. Мотиваційна структура навчальної діяльності сучасних старшокласників // Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С.костюка НАПНУ. – с. 197-204 [http://www.nbuv.gov.ua/portal/soc\\_gum/pzpp/2011\\_13\\_7/197-204.pdf](http://www.nbuv.gov.ua/portal/soc_gum/pzpp/2011_13_7/197-204.pdf)].

### Висновок:

Домінуючі та підпорядковані групи мотивів сфери навчання

Враховуючи зміст домінуючих мотивів, проаналізуйте перспективи подальшого навчання



### Література

1. Ильин Е.П. Мотивация и мотивы / Ильин Е.П. – СПб.: Питер, 2002. – 512 с.
2. Професійно-орієнтовані завдання з психології / За ред. О.Л. Музики. Навчальний посібник. – 2-ге вид., перероб. і доп. – Житомир, 2010. – 587 с.
3. Руда Н.Л. Мотиваційна структура навчальної діяльності сучасних старшокласників // Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С.Костюка НАПНУ. – с. 197-204 [http://www.nbuv.gov.ua/portal/soc\\_gum/pzpp/2011\\_13\\_7/197-204.pdf](http://www.nbuv.gov.ua/portal/soc_gum/pzpp/2011_13_7/197-204.pdf)

Контрольні питання і завдання:

1. Дайте визначення понять «мотив», «мотивація», «мотиви навчання».
2. Опишіть основні мотиви навчання.
3. Спробуйте визначити домінуючі та підпорядковані групи мотивів, описуючи ієрархію мотиваційної сфери навчання студента.
4. Виконайте всі завдання із обов'язкової програми роботи над ПОЗами.

### ЛАБОРАТОРНЕ ЗАНЯТТЯ № 22

#### Тема 9. ВИВЧЕННЯ МОТИВАЦІЙНОЇ ОСНОВИ ДІЯЛЬНОСТІ.

#### Діагностика мотивації досягнення успіху та уникнення невдачі

##### План

Мотивація досягнення успіху	Методи дослідження
Мотивація уникнення невдачі	

### ПРАКТИЧНА ЧАСТИНА

Клієнтський запит (л.з. №1)

#### Обов'язкова програма виконання завдання

1. Зробіть підбір і проаналізуйте літературу та сформулюйте припущення про причини виникнення проблеми (див. додаток 1, пункт 2.2).
2. Складіть розгорнутий план виконання завдання, зробіть підбір методів та аналіз ресурсів (див. додаток 1, пункт 2.4).
3. Підготуйте матеріали, необхідні для виконання завдання (додаток 1, пункт 2.6).
4. Здійсніть збір емпіричних даних (додаток 1, пункт 3.1, 3.2). Проведіть дослідження за методикою проінтерпретуйте результати дослідження та оформіть результати у вигляді самозвіту.

#### Методика №1. ТЕСТ МОТИВАЦІЇ ДОСЯГНЕННЯ УСПІХУ ТА УНИКНЕННЯ НЕВДАЧ (А. Реан)

**Мета:** діагностика мотивації досягнення успіху та уникнення невдачі

**Інструкція досліджуваному:** «Вам пропонується 20 тверджень. Уважно послушайте кожне висловлювання і поставте позначку в бланку відповідей навпроти відповідного номера: “+” (згода) або “-” (незгода). Над відповіддю довго не замислюйтеся, важлива ваша перша реакція...Правильних чи неправильних відповідей немає. Просимо бути уважними та щирими. Бажаємо успіху!»

### Опитувальник

1. Починаючи роботу, переважно, сподіваюся на успішне її виконання.
2. В діяльності активний.
3. Схильний до прояву ініціативності.
4. При виконанні відповідальних завдань намагаюся, за можливості, знайти причини відмови від них.
5. Часто вибираю крайнощі: або дуже легкі завдання, або нереалістично складні.
6. При зустрічі з перешкодами, зазвичай, не відступаю, а шукаю способи їх подолання.
7. При чергуванні успіхів і невдач схильний до переоцінки своїх успіхів.
8. Продуктивність діяльності переважно залежить від моєї власної цілеспрямованості, а не від зовнішнього контролю.
9. При виконанні достатньо важких завдань, в умовах обмеження часу, результативність діяльності погіршується.
10. Схильний проявляти наполегливість в досягненні мети.
11. Схильний планувати своє майбутнє на достатньо віддалену перспективу.
12. Якщо ризикую, то, швидше з розумом, а не відчайдушно.
13. Не дуже наполегливий в досягненні мети, особливо, якщо відсутній зовнішній контроль.
14. Вважаю за краще ставити перед собою середні за складністю або трохи завищеної складності, але досяжні цілі, ніж нереально високі.
15. У разі невдачі при виконанні якого-небудь завдання, його привабливість, як правило, знижується.
16. При чергуванні успіхів і невдач схильний до переоцінки своїх невдач.
17. Вважаю за краще планувати своє майбутнє лише на найближчий час.
18. При роботі в умовах обмеження часу результативність діяльності поліпшується, навіть якщо завдання достатньо важке.
19. У разі невдачі при виконанні чогось, від поставленої мети, зазвичай, не відмовляюся.
20. Якщо завдання вибрав собі сам, то при невдачі його привабливість ще більше зростає.

### Обробка результатів та критерії оцінки.

1. Показник мотивації успіху визначається за сумою збігів відповідей з ключем.

Відповідь	№ питань	Кількість набраних балів
+ (згоден)	1, 2, 3, 6, 8, 10, 11, 12, 14, 16, 18, 19, 20	
- (не згоден)	4, 5, 7, 9, 13, 15, 17.	

2. Для визначення рівня мотивації досягнень можна користеся шкалою:
- 1 – 7 балів. Діагностується мотивація до невдачі (страх невдачі). При мотивації до невдачі активність людини пов'язана з потребою уникнути зриву, осуду, покарання. Загалом в основі цієї мотивації знаходиться ідея уникнення і негативних очікувань. Починаючи справу, людина вже наперед боїться можливого провалу, думає про шляхи його уникнення, а не про способи досягнення. Люди, мотивовані до невдачі, зазвичай характеризуються підвищеною тривожністю, низькою упевненістю у власних силах. Прагнуть уникати відповідальних завдань, а в умовах ухвалення відповідальних рішень, можуть впасти в стан, що близький до панічного. Ситуативна тривожність у них в цих випадках стає надзвичайно високою. Все це водночас може поєднуватися з дуже відповідальним ставленням до справи.
  - 8 – 13 балів. Мотиваційний полюс яскраво не виражений. При цьому можна вважати, що 8, 9 балів свідчить про певну тенденцію мотивації до невдачі, а 12, 13 – до успіху.
  - 14 – 20 балів. Діагностується мотивація до успіху (надія на успіх). Високі показники мотивації до успіху свідчать про прагнення людини досягти чогось конструктивного, позитивного. Такі люди зазвичай упевнені в собі, своїх силах, відповідальні, ініціативні й активні. Їх вирізняє наполегливість в досягненні мети, цілеспрямованість.

### Висновок:

Особливості мотивації досягнення успіху та уникнення невдачі

## Рівень збалансованості мотивів

### Література:

1. Гамезо М. В., Домашенко И.А. Атлас по психологии. – М, 1986. – Р. 1.
2. Коломинский Я.Л. Человек: психология. – М.: Просвещение, 1986.

### Контрольні питання і завдання:

1. Чи є взаємозв'язок між рівнем мотивації та досягненням успіху?
2. За результатами вищеописаного тесту підліток N отримав 5 балів. Результати спостереження за невербальною поведінкою наводять на думку про високу ситуативну тривожність підлітка. Яким методом психологічної роботи з підлітком Ви надасте перевагу і чому?
3. Виконайте всі завдання із обов'язкової програми роботи над ПОЗаами.

## ЛАБОРАТОРНЕ ЗАНЯТТЯ № 23 Тема 9. ФОРМУВАННЯ РУХОВИХ НАВИЧОК

### План:

1. Умови та основні етапи формування рухової навички (на прикладі формування навички письма). \_\_\_\_\_

2. Показники успішного формування рухових навичок

Критерії аналізу	Особливості прояву у структурі навички
якість виконання	
послідовність рухів, темп	
кількість допущених помилок	
аналіз м'язевої напруги	
усунення зайвих рухів	
співставлення результатів	

3. Співвідношення вирішення задачі, умінь, навичок. Коренберг В.Б. Решение задачи, умение, навык. Вопросы психологии. – 1993. – №2. – С. 80-85 <http://www.voppsy.ru/issues/1993/932/932080.htm>

## ПРАКТИЧНА ЧАСТИНА

### Клієнтський запит (п.з. 1)

#### Обов'язкова програма виконання завдання

1. Зробіть підбір і проаналізуйте літературу та сформулюйте припущення про причини виникнення проблеми (див. додаток 1, пункт 2.2).
2. Розробіть консультацію з фахівцями з проблеми (див. додаток 1, пункт 2.3).
3. Підготуйте матеріали, необхідні для виконання завдання (див. додаток 1, пункт 2.6).
4. Здійсніть збір емпіричних даних (див. додаток 1, пункт 3.1, 3.2). Проведіть дослідження за методикою «Формування рухової навички» (за В.А. Семиченко) проінтерпретуйте результати дослідження та оформіть результати у вигляді самозвіту.

#### Методика 1. «Формування рухової навички» (за В.А. Семиченко)

**Мета:** ознайомити з експериментальними способами вивчення динаміки формування рухової навички.

**Необхідний матеріал:** лінійка з заданими на ній міліметровими поділками, на якій експериментатором зроблені виразно помітні риски (1,8 і 15 см).

#### Форми практичної роботи на занятті:

студенти працюють в парах. Один виступає в ролі експериментатора, інший - досліджуваного.

#### Перша серія

**Інструкція досліджуваному:** «Візьміть олівець або ручку та аркуш паперу, на якому підготуйте шкалу із позначками (від 1 см до 8 см). На позначеній шкалі від 1 см до 8 см проведіть лінію. Потім, заклавши очі, продовжуйте вести олівцем доти, поки Вам не здасться, що довжина лінії, проведеної з відкритими очима, дорівнює довжині лінії проведеної з закритими очима. Не відкриваючи очей, зупиніть рух покажчика (вести лінію) та відкрийте очі».

**Інструкція експериментатору:** «Після того, як досліджуваний зупинився і відкрив очі, ви маєте зафіксувати чи вийшов він за межі 15 см чи ні. Якщо лінія є довшою і виходить за межі позначки 15 см, то зафіксуйте помилку з відповідним знаком «+», якщо, і «-» якщо досліджуваний не досяг позначки 15 см, а також врахуйте величину відхилення».

**Важливо!** Дослід повторюється 10 разів. Потім студенти всередині пари міняються ролями: досліджуваний виконує функцію експериментатора і навпаки.

#### Друга серія

**Форми практичної роботи** 10 пред'явлень - кожен студент працює самостійно.

**Інструкція досліджуваному:** «У другій серії ви продовжуєте вести лінію (так як ви це робили в першій серії). Єдина відмінність: Ви самостійно зупиняєте вістрі покажчика, пересуваєте його з закритими очима, тоді, коли визнаєте за необхідне, тоді відкриваєте очі і самі фіксуєте величину відхилення». В першій серії за вас це виконував експериментатор.

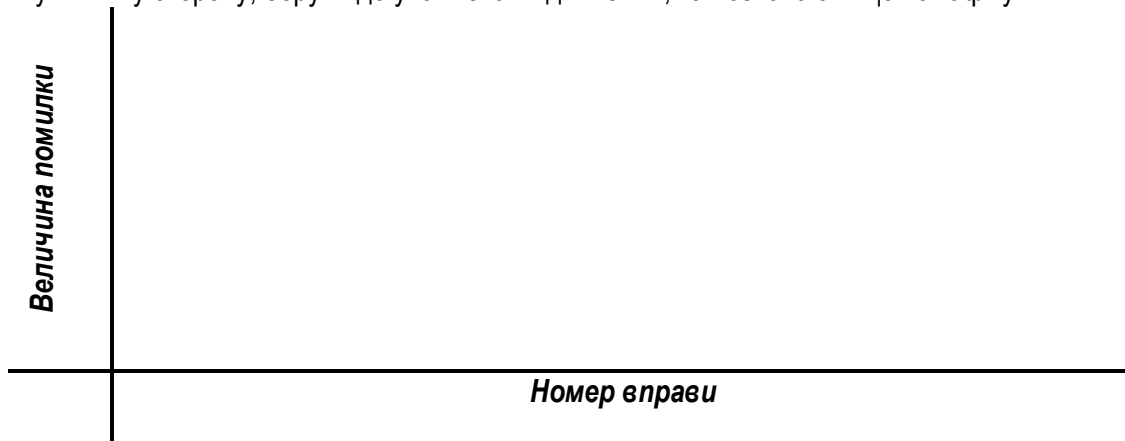
#### Обробка результатів

1. Результати дослідження фіксуються у протоколі:

Серія 1		Серія 2		примітки
спроби	Величина відхилення	спроби	Величина відхилення	


## 2. Побудова графіку формування рухової навички.

Відкласти на осі абсцис порядковий номер вправи, а на осі ординат - величину помилки (в мм) в ту чи іншу сторону, беручи до уваги знак відхилення, та позначаючи це на графіку.



## 3. Порівнюємо дві криві:

- отримана в першій серії вказує про дію студента за умови відсутності інформації про результат його дій \_\_\_\_\_
- у другій серії відображає вплив на формування навичку знання про результат дій \_\_\_\_\_

## 4. Аналіз групових показників динаміки формування навички.

Можна також побудувати спільний графік роботи студентів всій групи за підсумками виконання другої серії завдання. Тоді отримані криві дають можливість порівняти індивідуальні особливості студентів за такими показниками: швидкість вироблення навички, здатність до корекції, рівень досягнутого результату, стабільність показників і т.п.

Висновок:

- Коли виконання завдання є якіснішим: під час першої чи другої серії? Чому? \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_

- Кількість помилок в кожній серії виконання завдання, швидкість засвоєння навички, наскільки є стабільними показники в ході формування навички? (аналіз побудованого графіку) \_\_\_\_\_

- Вплив знань про результат дій на формування навички? Вплив відсутності інформації про результат дії на формування навички? \_\_\_\_\_

## Література:

### Основна література

1. Семиченко В.А. Психология деятельности. – К.: Издатель Экше А.Н., 2002. – С. 4-25.

### Контрольні питання і завдання:

1. Дайте визначення поняттям «дія», «діяльність»; «навичка», «уміння» та «звичка».
2. Опишіть процеси інтеріоризації та екстеріоризації діяльності.
3. Назвіть основні умови та етапи формування рухової навички (на прикладі формування навички письма).
4. Проаналізуйте фізіологічні та психологічні механізми засвоєння навичок та формування умінь.
5. Перерахуйте показники успішного засвоєння навичок та формування вмінь.
6. Проаналізуйте вплив раніше засвоєних навичок та знання про результат дії на формування нових навичок та вмінь.
7. Проведіть дослідження за методикою «Формування рухової навички» (за В.А. Семиченко) проінтерпретуйте результати дослідження та оформіть результати у вигляді самозвіту.

## ЛАБОРАТОРНЕ ЗАНЯТТЯ № 23

### Тема 21. ПОСТАНОВКА ЦІЛЕЙ У СТРУКТУРІ ДІЯЛЬНОСТІ

#### План:

1. Техніка постановки цілей (за Дж.Г Скотт):

- етап постановки цілей \_\_\_\_\_

- етап визначення пріоритетності та ієрархії цілей \_\_\_\_\_

- етап оцінки реальності досягнення та аналіз умов, необхідних для їх досягнення цілей \_\_\_\_\_

- етап самонавіювання та розвитку впевненості в досягненні поставленої цілі \_\_\_\_\_

## ПРАКТИЧНА ЧАСТИНА

### Клієнтський запит (л.з.№1)

#### Обов'язкова програма виконання завдання

1. Проаналізуйте можливі проблемні моменти, які можуть виникнути під час виконання завдання (див. додаток 1, пункт 2.5).
2. Підготуйте матеріали, необхідні для виконання завдання (див. додаток 1, пункт 2.6).
3. Здійсніть збір емпіричних даних (див. додаток 1, пункт 3.1, 3.2). Використовуючи алгоритм цілепокладання, запропонований Дж.Г Скотт, спробуйте розробити власну програму та шляхи досягнення цілі, проінтерпретуйте результати дослідження, оформіть самозвіт.

#### Методика 1. ТЕХНІКА ПОСТАНОВКИ ЦІЛЕЙ (за Дж.Г. Скотт)

**Мета:** ознайомити з технікою постановки цілей, використовуючи алгоритм цілепокладання, запропонований Дж.Г Скотт, спробувати розробити програму та шляхи досягнення цілі.

**Теоретичне підґрунтя.** Спрямованість тісно пов'язана з усвідомленням життєво важливих цілей. Мати мету, яка реалістична, визначити кроки для досягнення і, нарешті, діяти з твердою рішучістю - важливий показник зрілості людини. Дженні Грехем Скотт пропонує наступний алгоритм роботи над цілепокладанням.

## **Інструкція досліджуваному:**

### **1. Вирішіть, чого ви хочете.**

Багато людей не знають, до чого вони прагнуть, не можуть чітко усвідомити власних бажань, прагнень, потягів. Інші ж мають настільки багато бажань, що не можуть нічого добитися, так як не вистачає націленості на конкретну справу. Деякі люди, ставлячи перед собою нереальні, недосяжні цілі (нездійсненні мрії), яких їм завідомо не добитися, болісно страждають потім від «недосконалості світу», що не відповідає їх очікуванням.

Буває, що цілі, наявні в людини, настільки розпливчасті, невизначені, що не служать реальними побудівками його активності. Тому техніка постановки цілей передбачає покрокову конкретизацію (визначення і послідовність досягнення) бажаного:

- а) Скласти ясну, чітку, точну картину того, що ви бажаєте зараз і на перспективу.
- б) Визначити ієрархію цілей, ступінь важливості кожної з них, виділити найбільш значимі для вас цілі.
- в) Визначити, чи реально досягнення цих цілей саме для вас, які умови необхідні для їх досягнення, що конкретно потрібно зробити для їх втілення в дійсність.
- г) Викликати у себе почуття впевненості в тому, що ви дійсно хочете досягти саме цієї мети і, отже, хочете зробити все, що необхідно, для її досягнення.

Попрацуйте над конкретизацією своїх цілей. Для цього дайте відповіді на наступні питання:

1) Чого я хочу саме зараз \_\_\_\_\_

2) Я хочу, щоб через 3 місяці я досяг наступної мети \_\_\_\_\_

3) Через рік \_\_\_\_\_

4) Через 5 років \_\_\_\_\_

5) Яка найбільш важлива для мене мета серед цих цілей \_\_\_\_\_

Чому ця мета важлива для мене \_\_\_\_\_

6) Які ще питання важливі для мене зараз: 1 \_\_\_\_\_, 2 \_\_\_\_\_, 3 \_\_\_\_\_

і т.д.

### **2. Релаксація.**

Завершивши записувати те, що ви хочете, приведіть себе в стан м'язового розслаблення, утримуючи у свідомості перелік найбільш важливих цілей і необхідних для цього зусиль. Надішліть запит свого внутрішнього «Я»: яким воно хоче бути? Адже нашому внутрішньому «Я» не потрібно ні слави, ні багатства, ні влади. Воно може хотіти стабілізації або динамізму, спокою або активізації, впевненості в собі і своїй позиції в світі, самоповаги, щастя. Задайте ще одним питання: «Мое внутрішнє «Я», до яких досягнень прагнеш ти? Яким життям ти було б задоволене?»

Припустимо, що у відповідь на свій запит ваша свідомість сформулювало наступне: «Хочу мати багато грошей». Вступіть тоді з собою в діалог, скажіть: «Але ж гроші - це не мета, а засіб. Для чого мені потрібні гроші?». І т.д., поки не «дізнаєтеся» ту кінцеву мету, до якої свідомо прагнете і вважаєте, що для її досягнення необхідні перш за все фінансові можливості. Це може бути: впевненість в тому, що не виникне тупикових життєвих проблем; незалежність від випадковостей та мінливостей життя; можливість бути «не гірше» або «краще» інших; можливість задовольняти якісь життєво значущі потреби (наприклад, у книгах, подорожах); можливість жити в комфортних умовах і т.д..

**3. Визначивши список найбільш важливих для вас цілей, перейдіть до визначення їх реальності та реалістичності.**

Можна просто провести аналіз на здійснюваність наміченого. Але психологи пропонують ряд цікавих процедур, за допомогою яких можна отримати з підсвідомості інтегральну відповідь, підключивши всі можливі резерви. Ось дві подібні процедури:

а) Уявіть собі, що перед вами екран телевізора. Ви задаєте собі питання про реалістичність цілей, чи відповідають вони вашим інтересам. Налаштуйтеся на те, що відповідь буде виведений на екран: «так» - екран яскраво засвітиться, «ні» - залишиться темним, «може бути», «не впевнений» - буде слабо світитися або мерехтіти. У деяких відповідь на запит може бути просто почутий. Отже, задайте собі питання і отримаєте відповіді вашої інтуїції:

Чи можливо здійснення моєї мети?

Чи реально ставити цю мету зараз?

б) Ще один можливий варіант визначення реальності цілей. Виберіть те, що ви вважаєте для себе на даний момент найбільш важливою метою. Закрийте очі і спробуйте викликати образ, який символізує цю мету. Швидше за все, цей образ сам виникне («випливе») у вашій свідомості. Це може бути що завгодно: тварина, людина, хмара, квітка, книга і т.п.. Не відкриваючи очей, уявіть, що перед вами лежить прямий шлях до вершини пагорба, в кінці якого ви можете розгледіти ваш образ-символ. Обабіч дороги ви бачите, чуєте, відчуваєте присутність різноманітних істот, які намагаються відвести вас зі шляху, перешкодити вам зійти на вершину пагорба. Вони можуть робити все що завгодно, але не можуть перегородити вам шлях, який і досі залишається прямим і ясним.

Ці істоти фактично являють собою символи різних життєвих ситуацій, які можуть вступати в протиріччя з головною метою: інших людей, чії бажання не співпадають з вашими намірами; ваші власні стани - апатію, стомлення, зниження життєвого тону. Вони будуть логічно доводити вам, що ваша затія абсурдна; вони спробують розхолодити вас, вселити в вас відчуття невпевненості в собі, провини і т.д. Зосередьтеся на сприйнятті себе як чистої, незламної волі, продовжуйте свій уявний шлях. І одночасно спробуйте зрозуміти, в чому полягає стратегія кожної з цих істот, відчуйте прикладені ними зусилля. Ви можете навіть ненадовго зупинитися, поговорити з деякими з них. Але після цього знову продовжуйте свій шлях. Досягнувши вершини, погляньте тепер зблизька на образ своєї мети, побудьте деякий час в його світі, відчуйте задоволення від спілкування з ним. Усвідомте, що ця мета для вас значить. Відкрийте очі і запишіть, що нового вдалося вам дізнатися про вашу мету, а також про сили, які намагаються перешкоджати її досягненню.

#### 4. Визначте пріоритети цілей.

Іноді людина нічого не може зробити тому, що вагається між багатьма цілями і в результаті не встигає нічого зробити для їх досягнення. Тому важливо зосередитися на найбільш важливих з них, «перевести» їх в одну спільну мету - тобто сформулювати і усвідомити свою цілеспрямованість і зосередити свою енергію на досягненні цих найбільш важливих цілей. Для виконання цієї роботи зручно скласти таку таблицю:

Формулювання мети	Її значимість для мене	Що буде, якщо я не досягну мети	Від чого доведеться відмовитися для досягнення мети

Таким чином, вам доведеться попрацювати не тільки над формулюванням цілей та їх ієрархією, але і над «ціною» їх досягнення. Буває, що навіть вкрай приваблива мета під час справи обертається такими особистісними втратами, що при найближчому розгляді від неї доведеться відмовитися.

Пропонується наступна процедура роботи. Заспокойтеся і розслабтесь, використовуючи техніку релаксації. Потім якнайшвидше запишіть всі свої цілі. Поки ще не намагайтеся оцінювати їх, ділити на



важливі і другорядні, просто записуйте. Не має значення, загальні чи це цілі або специфічні, близькі або розраховані на тривалий термін. Продовжуйте, поки не відчуєте, що процес сповільнюється, зосередьтеся ще на хвилину, поки не відчуєте, що більше нічого додати до списку не можете.

Тепер швидко перегляньте список і оцініть кожну мету (ціль) з точки зору того, наскільки вона важлива для вас. Використовуйте шкалу від 1 (найменш важливіша) до 10 (найбільш важлива). Запишіть перше враження, яке прийшло вам на розум, у другій колонці, проти мети; не думайте про причини, що спонукали вас дати ту чи іншу оцінку, просто дайте вашому внутрішньому «Я» відповідати інтуїтивно. Потім спробуйте представити, як складеться ваше життя, якщо ви не досягнете цієї мети. Можна зробити це також за 10-бальною шкалою: 0 - нічого особливого не відбудеться, 10 - буде суттєве погіршення. Нарешті, в останній колонці ви визначите, ціною яких втрат станеться досягнення мети: 0 - доведеться відмовитися від багато чого, важливого для мене, 10 - ні від чого особливого відмовлятися не доведеться.

Далі виписіть ваші цілі з найвищими оцінками (не менше трьох) і класифікуєте їх, присвоївши їм цифри від 1 (найбільш важлива) до 3. Намагайтеся не думати під час класифікації, просто реагуйте як можна швидше, щоб вловити ваші внутрішні почуття. Не турбуйтеся про інші цілі з вашого списку, вас цікавлять тільки найбільш важливі для вас цілі. Результатом роботи має стати визначення мети, яка найбільш важлива для вас, і ви зможете зосередитися на тому, що ви повинні зробити для її досягнення.

---

### 5. Додання собі впевненості у досягненні мети.

Якщо ви ясно усвідомлюєте, чого ви хочете, якщо ви знаєте, що мета реальна, якщо ви впевнені, що це ваша найважливіша мета, то вам легше налаштуватися на те, щоб зробити все необхідне для її досягнення з необхідною енергією. Тим не менш непогано було б попрацювати окремо над формуванням у себе почуття впевненості, переконаності в тому, що ви досягнете бажаного і знайдете способи подолання тих перешкод, які можуть виникнути. Для вироблення у себе такого почуття впевненості можна порекомендувати наступну вправу.

Розслабтеся і закрийте очі. Сконцентруйте всю вашу увагу на розумінні цієї мети. Уявіть, що ця мета вже досягнута (наприклад, що ви вже володієте бажаним об'єктом і насолоджуєтеся їм; або представляєте себе в новій ролі, на новому місці роботи; або представляєте себе в новій обстановці і т.д.). Зробіть образ цієї мети як можна більш чітким. Усвідомлюйте все, що ви бачите - кольори, предмети, людей, обстановку, розмови, помічайте все, до чого ви торкаєтесь, відчуваєте. Насолодіться фактом досягнення мети як можна більш яскраво. Потім, досягнувши найбільш яскравою, повної картини, впевнено говоріть собі: «Я досягну цієї мети. Я зроблю все необхідне, щоб її досягти. Ця мета цілком реальна. Але мені потрібно енергійно і потужно діяти, щоб домогтися бажаного. І діяти я почну саме зараз». Результатом вправи є почуття впевненості і переконаності в досягненні бажаної мети, що допоможе вам зробити необхідні дії.

### 6. Визначення кроків до досягнення мети.

Для досягнення мети весь процес просування до неї потрібно розбити на певні етапи або кроки, які повинні бути виконані, а також виявити засоби, які можуть знадобитися на цьому шляху. Цьому може допомогти наступна вправа.

Напишіть мету, якої ви хотіли б досягти \_\_\_\_\_

---

«Що мені потрібно зробити»	«Кошти, які мені необхідні»	«Порядок виконання»	«Важливість дії»


Спробувавши це, розслабтеся і знову сконцентруйтеся на меті.

Почніть з обмірковування кроків, які вам необхідно зробити для досягнення мети. Не намагайтеся оцінювати, наскільки важливі ці дії. Просто запишіть все, що приходить на розум, в першу колонку. Висувайте ідеї, поки не відчуєте, що більше нічого додати не зможете. Потім переходьте до наступної колонки. Погляньте на кожну дію, яку вам необхідно виконати, і напроти неї перерахуйте ті кошти, які вам здаються необхідними.

І знову не намагайтеся обговорювати або оцінювати ваші думки, просто запишіть їх. Продовжуйте, поки не відчуєте, що закінчили працювати з кожним кроком, з кожною окремою дією.

Працюючи над останньою колонкою, пронумеруйте виділені в першій колонці дії в порядку виконання. Почніть з того кроку, який ви маєте намір виконати першим, потім виділіть другий, третій. Якщо ви не впевнені в послідовності або думаєте, що будете виконувати деякі дії в один і той же час, надайте їм однакові номери. Нарешті, оцініть ці дії за ступенем важливості. Знову перегляньте сформульовані вами дії і якнайшвидше оцініть їх за ступенем важливості як «дуже важливе» (А), «важливе» (В) і «виконати, якщо можливо» (З).

#### **7. Негайно приступайте до виконання наміченого.**

Тепер ви можете з упевненістю, рішучістю і зосередженістю на одній справі взятися за роботу по досягненню бажаної мети, знаючи, що ви досягнете її, вірячи в можливість досягнення, роблячи все від вас залежне.

#### **Висновок**

- З якою сферою життя пов'язані ваші найважливіші цілі? З чим це пов'язано? \_\_\_\_\_
- Яка ймовірність досягнення цієї цілі? \_\_\_\_\_
- Чи важко було працювати за запропонованим алгоритмом цілепокладання? Що викликало у Вас найбільші труднощі? \_\_\_\_\_
- Чого навчила мене виконання техніки? \_\_\_\_\_

#### **Література:**

1. Семиченко В.А. Проблемы мотивации поведения и деятельности человека. Модульный курс психологии. Модуль «Направленность». (Лекции, практические занятия, задания для самостоятельной работы) – К.: Миллениум, 2004. – С. 452-457.
1. Шадриков В.Д. Психология деятельности и способности человека: Учебное пособие, 2-е изд., перераб. и доп. М.; Издательская корпорация "Логос", 1996. С. 14-66

#### **Контрольні питання і завдання:**

1. Перерахуйте та розкрийте основні етапи виконання діяльності (за В.А. Крутецьким або іншим відомим психологом).
2. Перерахуйте та розкрийте основні етапи постановки та досягнення мети (за Дж.Г. Скотт).
3. Використовуючи алгоритм цілепокладання, запропонований Дж.Г. Скотт, спробуйте розробити власну програму та шляхи досягнення цілі, проінтерпретуйте результати дослідження, оформіть самозвіт.
4. Виконайте всі завдання із обов'язкової програми роботи над ПОЗами.



10. Здатність помічати зміни в оточенні, при цьому свідомо не зосереджуючись на них.
11. Здатність відразу після читання тексту відтворювати його дослівно, точно.
12. Здатність відразу відтворити один раз почуте.
13. Здатність легко запам'ятовувати словесно-логічний матеріал (тексти, дати, цифри).
14. Здатність легко запам'ятовувати наочно-образний матеріал (схеми, зображення, графіки).
15. Здатність до мимовільного запам'ятовування матеріалу.
16. Здатність тривалий час утримувати у пам'яті значний обсяг матеріалу.
17. Особлива пам'ять на зовнішність і поведінку людини.
18. Здатність точно відтворювати матеріал у потрібний момент.
19. Здатність до впізнання об'єктів, явищ, фактів за малою кількістю ознак.
20. Здатність до вибіркового відтворення потрібного в даний момент матеріалу.
21. Узгодженість рухів з процесами сприймання.
22. Стійкість до статичних навантажень.
23. Здатність швидко діяти в умовах дефіциту часу.
24. Швидка рухова реакція на несподівані слухові враження (подрозники).
25. Красивий почерк.
26. Узгодженість одночасних рухів рук і ніг в різних поєднаннях (синхронні, послідовні тощо).
27. Швидка рухова реакція на раптові зорові враження (подрозники).
28. Швидкість і точність пальців рук.
29. Пластичність і виразність рухів.
30. Вміння швидко записувати.
31. Уміння впізнавати і розрізняти різні кольори.
32. Окомірне визначення відстаней, кутів, розмірів.
33. Здатність до розрізнення звуків за силою, висотою, тембром.
34. Здатність до розрізнення перепадів температури.
35. Здатність швидко розпізнавати невеликі відхилення від заданої форми.
36. Здатність наочно уявляти собі нове, що раніше не зустрічалося в досвіді, чи старе, але в нових умовах.
37. Здатність прогнозувати хід подій з урахуванням їхньої імовірності.
38. Здатність знаходити нові, незвичні рішення.
39. Уміння бачити кілька можливих шляхів розв'язання проблеми і подумки вибирати найбільш ефективний.
40. Уміння переводити образ з одної модальності в іншу, створювати образ на основі словесного опису.
41. Здатність розглядати проблему з кількох різних точок зору.
42. Аргументованість критичного аналізу.
43. Здатність схоплювати суть основних взаємозв'язків, властивих проблемі.
44. Здатність відкинути звичні, стандартні методи і рішення, які виявилися непридатними, і шукати нові, оригінальні.
45. Уміння вибирати з великого обсягу інформації ту, яка необхідна для розв'язання певного завдання.
46. Вміння робити висновок з суперечливої інформації.
47. Здатність відчувати проблему там, де, здавалося б, все вже вирішене.
48. Здатність бачити більше від безпосередньо даного і очевидного.
49. Уміння визначати характер інформації, необхідний для прийняття рішення.
50. Здатність приймати правильне рішення при недостатності необхідної інформації чи відсутності часу на її осмислення.
51. Постійність хорошого настрою.
52. Емоційна стійкість при прийнятті відповідальних рішень.
53. Вміння знайти привабливі сторони у будь-якій роботі.
54. Захоплення процесом пошуку розв'язання питань.
55. Здатність переживати те, що переживають і відчувають інші.
56. Врівноваженість, самовладання при конфліктах.

57. Здатність передавати іншим людям свій настрій, емоційний заряд.
58. Швидка адаптація до нових умов.
59. Уміння примусити себе робити нецікаву, але необхідну роботу.
60. Уміння відстоювати свою точку зору.
61. Уміння слухатися, точно виконувати розпорядження.
62. Здатність до тривалої розумової праці без погіршення якості, зниження темпу.
63. Наполегливість у подоланні труднощів, які виникають.
64. Здатність тривалий час зберігати високу активність (енергетичність).
65. Мала навіюваність, здатність не піддаватися впливам, особливо авторитетних осіб.
66. Здатність брати на себе відповідальність у складних ситуаціях.
67. Здатність об'єктивно оцінювати свої досягнення, сили і можливості.
68. Збереження зібраності (спокою) в умовах, які викликають збудження.
69. Уміння давати чіткі, ясні формулювання при стислому викладі думки (під час відповідей і постановки запитань).
70. Уміння чітко і логічно викладати свої думки в розгорнутій формі (звіт, доповідь, виступ).
71. Уміння вести наукову розмову, суперечку, діалог, аргументувати, доводити свою точку зору.
72. Сильний, звучний і витривалий голос.
73. Відсутність дефектів мови, хороша дикція.
74. Здатність довільно передавати свої уявлення, почуття за допомогою жестів, міміки, інтонацій голосу.
75. Здатність розуміти підтекст (іронію, жарт).
76. Уміння вести ділову розмову, переговори.
77. Уміння довести до слухача свої думки і наміри.
78. Здатність знайти потрібний тон, доцільну форму спілкування залежно від психологічного стану та індивідуальних особливостей співбесідника.
79. Здатність швидко встановлювати контакти з новими людьми.
80. Здатність приваблювати людей, викликати в них довіру.
81. Здатність розумно поєднувати ділові та особисті контакти з оточуючими людьми.
82. Уміння узгоджувати свої дії з діями інших людей.
83. Уміння дати об'єктивну оцінку діям інших людей.

### Обробка результатів:

1. Порахуємо суму балів середній бал кожної якості у групі досліджуваних.

**Протокол**

№ питання	Сума балів	Якості особистості	Середній бал
1-4		Атенційні	
5-10		Спостережливість	
11-20		Мнемічні	
21-30		Моторні	
31-35		Сенсорні	
36-40		Імажинітивні	
41-50		Інтелектуальні	
51-58		Емоційні	
59-68		Вольові	
69-74		Мовні	
75-83		Комунікативні	

2. Здійснюємо аналіз середньо групових показників (якостей, які група визначила необхідними для професії (середній бал від 1,6 до 2)).

Якості особистості	Кількість членів групи, для яких ці якості є значимими
Атенційні	
Спостережливість	
Мнемічні	

Моторні	
Сенсорні	
Імажинітивні	
Інтелектуальні	
Емоційні	
Вольові	
Мовні	
Комунікативні	

### 3. Встановлюємо ієрархію якостей (індивідуальну і групову)

#### Інтерпретація результатів

**Атенційні якості** - здатність швидко перемикає увагу з одного виду діяльності на інший; здатність тривалий час зберігати стійку увагу, незважаючи на утому та сторонні подразники;

**Спостережливість** - професійна спостережливість; уміння вибирати при спостереженні інформацію, необхідну для розв'язання даної проблеми;

**Мнемічні якості** - здатність протягом тривалого часу утримувати в пам'яті багато інформації; здатність точно відтворювати матеріал в потрібний момент; здатність помічати зміни в обстановці, не зосереджуючи свідомо на них увагу; здатність відразу точно передати те, що чув лише один раз; здатність легко запам'ятовувати словесно-логічний матеріал (терміни, дати, цифри, П. І. Б.); здатність до вибіркового відтворення потрібного в конкретний момент матеріалу;

**Моторні якості** - уміння швидко записувати; стійкість до статичних навантажень; погодженість рухів із процесом сприйняття; швидка реакція на раптову візуальну інформацію за допомогою певних рухів; швидка реакція на несподівану аудіальну інформацію за допомогою певних рухів;

**Сенсорні якості** - уміння впізнавати і розрізняти різні кольори; окомірне визначення відстаней, кутів, розмірів; здатність до розрізнення звуків за силою, висотою, тембром; здатність до розрізнення перепадів температури;

**Імажинітивні якості** - здатність знаходити нові незвичайні рішення; здатність прогнозувати результат подій з урахуванням їхньої ймовірності;

**Інтелектуальні якості** - уміння бачити декілька можливих шляхів і подумки вибирати найефективніший; уміння вибирати з великого обсягу інформації ту, котра необхідна для вирішення завдання; уміння визначити характер інформації, необхідної для ухвалення рішення; здатність до переведення інформації з однієї модальності в іншу; здатність прийняти правильне рішення при нестачі необхідної інформації або відсутності часу на її осмислення; здатність схопити суть основних взаємозв'язків, властивих проблемі; здатність розглянути проблему з декількох різних точок зору;

**Емоційні якості** - врівноваженість, самовладання в конфліктних ситуаціях;

**Вольові якості** - здатність брати на себе відповідальність у складних ситуаціях; здатність об'єктивно оцінювати свої досягнення, сили та можливості; здатність до тривалої розумової роботи без погіршення якості, зниження темпу; здатність до тривалого збереження високої активності (енергетичність); уміння відстоювати свою точку зору; швидка адаптація до нових умов; завзятість у подоланні труднощів; збереження зібраності в умовах, стимулюючих збудження;

**Мовні якості** - уміння давати чіткі, ясні формулювання при стислому викладі інформації; уміння логічно викладати свої думки у розгорнутій формі (доповідь, звіт); уміння вести діалог, аргументувати, доводити свою точку зору; відсутність дефектів мови, гарна дикція;

**Комунікативні якості** - здатність до швидкого встановлення контактів з новими людьми; уміння вести ділову бесіду, переговори; уміння дати об'єктивну оцінку діям інших людей; здатність схилити до себе людей, викликати у них довіру; здатність розумно сполучати ділові та особистісні контакти з оточуючими; уміння погоджувати свої дії з діями інших людей; уміння донести до слухача свої думки та наміри; здатність швидко знайти потрібний тон, доцільну форму спілкування залежно від психологічного

стану та індивідуальних особливостей співрозмовника; здатність розуміти підтекст того, що сказав співрозмовник.

### **Висновок:**

1. Аналіз ієрархії професійно важливих якостей у вашій групі досліджуваних.

---

---

---

2. Якості, які є найбільш важливими за результатами дослідження.

---

---

---

3. Якості, які не є важливими для вашого виду діяльності.

---

---

---

4. Співставте отримані результати із професійними задачами вашого виду діяльності.

---

---

---

### **Література:**

#### *Основна література*

1. Е. П. Ильин Дифференциальная психология профессиональной деятельности. – СПб: Питер, 2008. – С. 30-33, 97-103, 153-155, 191-198.

#### *Контрольні питання і завдання:*

1. Проаналізуйте професійні особливості своєї майбутньої професії.

## ЗАВДАННЯ ДО ПІДСУМКОВОЇ МОДУЛЬНОЇ РОБОТИ №4

Умовою допуску до ПМР є зарахування звітів за лабораторні заняття.

**I. Тестові завдання** (5 тестових завдань, за правильне виконання завдання – 4 бали). Максимальна кількість балів – 20).

Приклад тестового завдання:

Оберіть один із запропонованих варіантів відповіді

▪ Мова жестів характерна для:

а) комунікативної сторони спілкування; б) перцептивної сторони спілкування; в) інтерактивної сторони спілкування; г) інтеракції.

**II. Теоретичні завдання** (з 2 теоретичних запитань обирається одне на вибір, яке оцінюється від 0 до 30 балів).

Максимальна кількість балів – 30.

1. Принципи та вимоги вивчення дій та діяльності особистості. Теорія діяльності (О.М. Леонтьєва).
2. Методологічні основи вивчення особистості у спілкуванні.
3. Експертне оцінювання як метод вивчення особливостей діяльності і спілкування.
4. Поняття про діяльність. Структура діяльності.
5. Цілі та мотиви діяльності.
6. Мотиви навчання.
7. Мотивація досягнення й успіх у діяльності.
8. Очікування успіху чи невдачі.
9. Захисні механізми на невдачу.
10. . Умови та основні етапи формування рухової навички (на прикладі формування навички письма). Фізіологічні та психологічні механізми засвоєння навичок та формування умінь.
11. Показники успішного формування рухових навичок (якість виконання, послідовність рухів, темп, кількість допущених помилок, аналіз м'язової напруги, усунення зайвих рухів, співставлення результатів).
12. Методи дослідження виконавських аспектів діяльності (темпів та ефективності формування навичок).
13. Етап цілепокладання у структурі діяльності.
14. Техніка постановки цілей (за Дж.Г. Скотт): етап постановки цілей; етап визначення пріоритетності та ієрархії цілей; етап оцінки реальності досягнення та аналіз умов, необхідних для їх досягнення цілей; етап самонавіювання та розвитку впевненості в досягненні поставленої цілі.
15. Вимоги до дослідження постановки цілей.
16. Професійно важливі якості та здібності.
17. Професійна деформація особистості.
18. Професіограма психолога.

**III Професійно-орієнтоване завдання** (максимальна оцінка 50 балів)

Зараховується на основі звітів за лабораторні заняття.



## ВИМОГИ ДО ЗАЛІКУ

Володіння теоретичним матеріалом з тем курсу.

- Зараховано усі звіти за лабораторні заняття, передбачені робочою програмою та інструктивно-методичними матеріалами.
- Пройдено перевірку рівня засвоєння знань з тем, які виносилися на самостійне опрацювання, на індивідуальній консультації у викладача.

### ПИТАННЯ ДО ЗАЛІКУ

#### I семестр

##### Теоретичні питання

1. Поняття про метод дослідження у психології. Класифікація методів психологічних досліджень
2. Вимоги до організації психологічних досліджень.
3. Спостереження як основний метод психологічного дослідження: специфіка наукового спостереження; етапи організації спостереження, види спостережень у психологічних дослідженнях.
4. Способи реєстрації результатів спостереження. Типові помилки спостерігачів-початківців
5. Використання бесіди у психологічних дослідженнях: особливості організації бесіди у психологічному дослідженні. Типи запитань у бесіді.
6. Використання бесіди у психологічних дослідженнях: види бесіди; інтерв'ю як різновид бесіди. Етапи підготовки та правила складання питань бесіди
7. Професійно-орієнтовані завдання з психології як новий підхід до підготовки майбутніх психологів.
8. Методи якісного та кількісного аналізу даних психологічного дослідження: міри центральної тенденції (мода, медіана, середнє арифметичне);
9. Методи якісного та кількісного аналізу даних психологічного дослідження: Дисперсійний аналіз результатів психологічних досліджень: розмах ряду, стандартне відхилення.
10. Методи якісного та кількісного аналізу даних психологічного дослідження: Кореляційний аналіз результатів психологічних досліджень (визначення рангової та лінійної кореляції).
11. Анкетування (письмове опитування) Основні види та вимоги до побудови письмового опитування. Особливості телефонного спілкування у психології.
12. Поняття особистості у психології.
13. Розмежування понять „людина”, „індивід”, „особистість”, „суб'єкт”. „індивідуальність”.
14. Врахування властивостей особистості у процесі дослідження: активність, цілісність, стійкість; врахування генетично обумовлених властивостей та соціальної ситуації розвитку тощо.
15. Особистість як предмет дослідження у психології. Методики дослідження особистості та їх класифікація.
16. Особистісні опитувальники: опитувальники мотивації, інтересів, цінностей, установок та якостей особистості.
17. Поняття активності та спрямованості особистості. Структура дослідження спрямованості особистості. Методи дослідження інтересів.
18. Самооцінка як складова самосвідомості. Види самооцінки у психологічних дослідженнях.
19. Самосвідомість та «Я-концепція» особистості. Дослідження структури самосвідомості особистості за Тестом двадцяти тверджень на самоставлення (за М. Куном та Т. Мак-Партландом).
20. Методи дослідження самосвідомості та самооцінки особистості Дослідження самосвідомості за методикою «Особистісний диференціал». «Я-реальне» та «Я-ідеальне» у дослідженнях особистості.
21. Поняття рівня домагань особистості. Дослідження рівня домагань особистості.
22. Співвідношення понять «темперамент» та «характер».
23. Здібності. Їх кількісний та якісний аналіз.
24. Вимоги до дослідження типологічних властивостей особистості (темпераменту, характеру). Визначення типів темпераменту та акцентуацій характеру.
25. Психологічна характеристика типів темпераменту.

26. Передумови формування характеру.
27. Акцентуація рис характеру. Проблеми дослідження характеру особистості.
28. Визначення здібностей. Кількісна і якісна характеристика здібностей.
29. Принципи та вимоги вивчення дій та діяльності особистості. Теорія діяльності (О.М. Леонтьєва).
30. Методологічні основи вивчення особистості у спілкуванні.
31. Цілі та мотиви діяльності. Методи дослідження мотивів навчання.
32. Мотивація досягнення й успіх у діяльності. Методи дослідження очікування успіху чи невдачі.
33. Умови та основні етапи формування рухової навички (на прикладі формування навички письма). Фізіологічні та психологічні механізми засвоєння навичок та формування умінь.
34. Показники успішного формування рухових навичок (якість виконання, послідовність рухів, темп, кількість допущених помилок, аналіз м'язевої напруги, усунення зайвих рухів, співставлення результатів).
35. Методи дослідження виконавських аспектів діяльності (темпів та ефективності формування навичок).
36. Етап цілепокладання у структурі діяльності.
37. Техніка постановки цілей (за Дж.Г. Скотт): етап постановки цілей; етап визначення пріоритетності та ієрархії цілей; етап оцінки реальності досягнення та аналіз умов, необхідних для їх досягнення цілей; етап самонавіювання та розвитку впевненості в досягненні поставленої цілі.
38. Вимоги до дослідження постановки цілей.
39. Професійно важливі якості та здібності.
40. Професійна деформація особистості.
41. Професіограма психолога.

### **III Професійно-орієнтоване завдання (максимальна оцінка 50 балів)**

Зараховується на основі звітів за лабораторні заняття.

## ДОДАТОК 1(А)

### I. ЕТАП ПЕРВИННОГО АНАЛІЗУ ПРОБЛЕМИ

**Клієнтський запит:** Ви, студент першого курсу, звертаєтеся до психолога за консультацією: «я отримую освіту психолога і чув, що психолог, перш за все, повинен мати повну інформацію про власну особистість. Як я можу дослідити себе»

Порядок дій	Критерії оцінювання та спосіб презентації*	
1.1. Категоріально-термінологічне до визначення проблеми, з якою звернулися до психолога (уточнення проблеми, її переформулювання з використанням базових психологічних категорій, понять та термінів)		
1.2. Формування реалістичних очікувань у людини, яка звернулася за допомогою та визначення напрямків практичної роботи психолога	<b>Опис меж компетенції психолога.</b>	
	<b>Напрямок практичної роботи</b>	<b>Обґрунтування</b>
	<b>Перелік очікуваних результатів від роботи психолога.</b>	

### II. ПЛАНОВО-ПІДГОТОВЧИЙ ЕТАП

2.1. Аналіз власного досвіду виконання подібних завдань при вивченні навчальних				
	<b>Дисципліна</b>	<b>Модуль</b>	<b>Тема</b>	<b>Зміст питань</b>

\* Усі матеріали представляйте у презентації, створеній у Power Point

дисциплін та проходженні практик				
2.2. Підбір і аналіз літератури та формулювання припущень про причини виникнення проблеми				
	<i>Бібліографічний опис джерела</i>		<i>Основні ідеї та тези, що стосуються проблеми</i>	

2.3. Консультація з фахівцями	Фахівець	Обґрунтування необхідності консультації	Перелік питань
2.4. Складання розгорнутого плану виконання завдання, підбір методів та аналіз ресурсів	Етап роботи	Методи та процедури	Необх <sup>дні</sup> ресурси

2.5. Передбачення проблемних моментів			
	<b>Проблемні моменти</b>	<b>Причини виникнення</b>	<b>Шляхи уникнення</b>
<b>III. ЕТАП ПРАКТИЧНОЇ РОБОТИ</b>			
3.2. Аналіз та інтерпретація отриманих даних	Коротко представте висновки за результатами досліджень		

<b>IV. ЗВІТНО-ПІДСУМКОВИЙ ЕТАП</b>	
<p><b>4.1. Представлення результатів людині, яка звернулася із запитом (висновок за результатами дослідження, підсумкова консультативна бесіда, звіт за результатами тренінгової роботи, виступ на батьківських зборах, перед виробничим колективом, інші варіанти представлення результатів)</b></p>	

**Програма саморозвитку** (позначте (обведіть кружечком) ті дії, операції, які б ви хотіли удосконалити та особистісні якості, які б ви хотіли розвинути; виберіть та максимально конкретизуйте три з них і побудуйте програму саморозвитку з термінами та критеріями самоконтролю).

<b>Складові навчально-професійних умінь та професійно важливі якості, які потрібно було б розвинути</b>	<b>В чому полягали труднощі</b>	<b>План заходів для саморозвитку</b>	<b>Терміни</b>	<b>Критерії самоконтролю</b>



## Модуль 5. ВИВЧЕННЯ СПІЛКУВАННЯ ТА МІЖОСОБИСТІСНИХ СТОСУНКІВ У ГРУПАХ І КОЛЕКТИВАХ

### ЛАБОРАТОРНІ ЗАНЯТТЯ

#### ЛАБОРАТОРНЕ ЗАНЯТТЯ № 26

#### Тема 10. КОМУНІКАТИВНА СПРЯМОВАНІСТЬ ОСОБИСТОСТІ

*План:*

1. Комунікативна сторона спілкування
  - комунікативні якості особистості;

---

---

---

- комунікативні властивості

---

---

---

- риси характеру, які сприятимуть ефективному спілкуванню, успішній роботі з клієнтом

---

---

---

2. Одиниці комунікативного процесу (за Г.Лассуел).

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

### ПРАКТИЧНА ЧАСТИНА

*Клієнтський запит (л.з.1)*

#### **Обов'язкова програма виконання завдання**

1. Здійснити збір емпіричних даних (див. додаток 1, пункт 3.1, 3.2), використовуючи методику «Комунікативні та організаторські здібності» (КОС) Б.О. Федоришина.
2. Проінтерпретуйте отримані результати дослідження (див. додаток 1, пункт 3.2). Визначте рівень комунікативних та організаторських здібностей у досліджуваного.

#### **Методика 1. «Комунікативні та організаторські здібності» (КОС) (Б.О. Федоришин)**

**Мета:** визначити рівень комунікативних та організаторських здібностей.

**Інструкція досліджуваному:** «Дайте відповіді на всі питання анкети. Вільно виявляйте свою думку та відповідайте на питання за такою схемою: якщо Ви погоджуєтесь із твердженням, поставте навпроти відповідного номера знак «+», якщо не погоджуєтесь – знак «-». Ніяких додаткових позначок робити не слід. Відповідайте на поставлені питання, орієнтуючись на свою поведінку у повсякденному житті, особливо не вдаючись до деталей. Відповідаючи на питання, не намагайтесь справити якомога краще враження. Правильних чи неправильних відповідей тут немає».

### **Питання анкети**

1. Чи багато у Вас друзів, з якими Ви постійно спілкуєтесь?
2. Чи часто Вам вдається схилити Ваших друзів до прийняття Вашого варіанту рішення?
3. Чи довго Ви переживаєте, якщо Вас образили товариші?
4. Чи завжди Вам важко орієнтуватися у складній ситуації?
5. Чи притаманне Вам прагнення встановлення нових знайомств з різними людьми?
6. Чи подобається Вам займатися громадською роботою?
7. Чи справді Вам приємніше проводити час за книгою, аніж з людьми?
8. Якщо виникли труднощі у досягненні Ваших намірів, чи легко Ви відступаєте від задуманого?
9. Чи легко Ви встановлюєте контакти із людьми, які набагато старші від Вас?
10. Чи любите Ви придумувати та організовувати із своїми товаришами різні розваги та ігри?
11. Чи важко Вам включатися у нові компанії?
12. Чи часто Ви відкладаєте на інші дні справи, які необхідно було виконати сьогодні?
13. Чи легко Вам вдається встановити контакти із незнайомими людьми?
14. Чи прагнете Ви досягти того, щоб Ваші товариші діяли у відповідності із Вашою думкою?
15. Чи важко Вам звикати до нового колективу?
16. У Вас не буває конфліктів з колегами із-за невиконання ними своїх обіцянок, обов'язків, чи так це?
17. Чи прагнете Ви у будь-якій ситуації познайомитись із новими людьми?
18. Чи часто у прийнятті важливих рішень Ви берете ініціативу на себе?
19. Чи дратують Вас оточуючі люди і Вам хочеться побути на самоті?
20. Чи правда, що ви зазвичай погано орієнтуєтесь у незнайомій ситуації?
21. Чи подобається Вам постійно знаходитись серед людей?
22. Чи виникає у Вас відчуття роздратованості, якщо Вам не вдається закінчити розпочату справу?
23. Чи переживаєте Ви незручність або сором'язливість, якщо Вам доводиться проявити ініціативу, щоб познайомитися із новою людиною?
24. Чи правда, що втомлюєтесь від частого спілкування з людьми?
25. Чи любите Ви брати участь у колективних заходах?
26. Чи часто Ви проявляєте ініціативу при розв'язанні питань, що зачіпають інтереси Ваших колег?
27. Чи правда, що почуваєте себе невпевнено серед мало знайомих людей?
28. Чи правда, що Ви рідко прагнете довести свою правоту?
29. Чи правда, що у Вас не викликає труднощів внести пожвавлення у малознайому для Вас компанію?
30. Чи брали Ви участь у громадській роботі в школі?
31. Чи прагнете Ви обмежити коло своїх знайомих невеликою кількістю людей?
32. Чи правда, що Ви не прагнете відстоювати своє рішення або думку, якщо воно не було одразу прийняте колегами?
33. Чи відчуваєте Ви себе вільно, потрапивши у незнайому для Вас компанію?
34. Ви із задоволенням приступаєте до організації різних заходів для своїх колег, чи так це?
35. Чи правда, що Ви не почуваєте себе достатньо впевненим та спокійним, коли доводиться говорити із великою кількістю людей?
36. Чи часто Ви запізнюєтесь на ділові зустрічі чи побачення?
37. Чи правда, що у Вас багато друзів?
38. Чи часто Ви опиняєтесь у центрі уваги Ваших друзів?
39. Чи часто Ви соромитесь, відчуваєте незручність при спілкуванні із малознайомими людьми?
40. Чи правда, що Ви не досить впевнено почуваєте себе в оточенні великої кількості колег?

### **Бланк для відповідей**

1.		11.		21.		31.	
2.		12.		22.		32.	
3.		13.		23.		33.	
4.		14.		24.		34.	
5.		15.		25.		35.	
6.		16.		26.		36.	
7.		17.		27.		37.	

8.		18.		28.		38.	
9.		19.		29.		39.	
10.		20.		30.		40.	

## Обробка результатів

За допомогою ключа підраховуємо кількість відповідей, що співпали по кожному з розділів методики. Оціночний коефіцієнт комунікативних чи організаторських здібностей виражається відношенням кількості відповідей, що співпали по кожному розділу до максимально можливої кількості збігів.

Ключ: нарахувати по одному балу (у разі співпадіння з ключем)

види здібностей	за «позитивні» відповіді на питання	за «негативні» відповіді на питання
комунікативні здібності	1, 5, 9, 13, 17, 21, 25, 29, 33, 37	3, 7, 11, 15, 19, 23, 27, 31, 35, 39
організаторські здібності	2, 6, 10, 14, 18, 22, 26, 30, 34, 38	4, 8, 12, 16, 20, 24, 28, 32, 36, 40

Для обрахування оціночного коефіцієнта використовують формулу:

$$K_{\text{ком}} = \frac{n_{\text{ком}}}{20}$$

$$K_{\text{орг}} = \frac{n_{\text{орг}}}{20}$$

де К – величина оціночного коефіцієнта;

п – кількість отриманих балів з певного виду здібностей.

**К<sub>ком</sub>=**

**К<sub>орг</sub>=**

Шкала оцінок комунікативних та організаторських здібностей

К <sub>ком</sub>	К <sub>орг</sub>	Оцінка	Рівень прояву
0,10 – 0,45	0,20 – 0,55	1	низький
0,46 – 0,55	0,56 – 0,65	2	нижче середнього
0,56 – 0,65	0,66 – 0,70	3	середній
0,66 – 0,75	0,71 – 0,80	4	високий
0,76 – 1,00	0,81 – 1,00	5	дуже високий

## Інтерпретація отриманих результатів

- Оцінка 1 характеризує низький рівень прояву комунікативних та організаторських здібностей.
- Оцінка 2 (рівень прояву нижче середнього). Такі люди не прагнуть до спілкування, почувають себе незручно у новій обстановці, новому колективі, прагнуть проводити час на самоті, обмежують свої знайомства, відчують труднощі у встановленні контактів з людьми та у виступах перед аудиторією, погано орієнтуються у незнайомій обстановці, важко переживають почуття образи, занижений прояв ініціативи, намагаються уникати прийняття самостійних рішень.
- Оцінка 3 (середній рівень прояву комунікативних та організаторських здібностей) характеризує прагнення до встановлення контактів із людьми. Такі люди не обмежують коло своїх знайомих, відстоюють свою думку, планують свою роботу, проте потенціал їх схильностей є недостатньо стійким, що вимагає виховання та розвитку комунікативних та організаторських здібностей.
- Оцінка 4 (високий рівень). Досліджувані, що отримали таку оцінку швидко знаходять друзів, постійно прагнуть розширити коло знайомств, займаються суспільною діяльністю, допомагають близьким та оточуючим, проявляють ініціативу у спілкуванні, із задоволенням беруть участь у різноманітних заходах, здатні приймати самостійні рішення у складних ситуаціях.
- Оцінка 5 (дуже високий рівень) характеризується потребою у комунікативній та організаторській діяльності та активно прагнуть до неї, швидко орієнтуються у важких ситуаціях, вільно почувають себе у новому колективі, ініціативні, у складних справах надають перевагу самостійним рішенням, відстоюють свою думку та домагаються, щоб було прийняте саме їх варіант рішення; можуть внести пожвавлення у незнайому компанію, можуть організовувати ігри, заходи, наполегливі у діяльності. Самі шукають шляхи задоволення своїх комунікативних та організаторських здібностей.

## Висновок

### Рівень комунікативних та організаторських здібностей

Рекомендації (підібрати 2-3 вправи) на розвиток комунікативних здібностей студентів (у разі виявлення низького рівня розвитку здібностей).

## Література:

1. Каменєва Т.В. Комунікативні вміння як складова професійного мовлення психолога // Проблеми сучасної психології. Випуск 15. – 2012. – С. 221-229  
[http://www.nbuv.gov.ua/portal/soc\\_gum/pspl/2012\\_15/221-229.pdf](http://www.nbuv.gov.ua/portal/soc_gum/pspl/2012_15/221-229.pdf)
2. Большая энциклопедия психологических тестов. – М.: Эксмо, 2005. – 416 с.

### Контрольні питання і завдання:

1. Дайте визначення поняттям «спілкування», «комунікація», «міжособова взаємодія».
2. Охарактеризуйте комунікативну сторону спілкування.
3. Пригадайте основні одиниці комунікативного процесу.
4. Визначте основні комунікативні якості, якими має володіти психолог для досягнення успіху в роботі з клієнтом. Використовуючи методику «Комунікативні та організаторські здібності» (КОС) Б.О. Федоришина, визначте власний рівень комунікативних та організаторських здібностей.

## ЛАБОРАТОРНЕ ЗАНЯТТЯ № 27

### Тема 10. КОМУНІКАТИВНА СТОРОНА СПІЛКУВАННЯ. Експертне оцінювання у вивченні невербальних засобів комунікації

#### План:

1. **Особливості Невербального спілкування.** И. Атватер Невербальное общение ( стаття из Хрестоматии с психології сост. Аверьянова Л.Я.) // [http://www.koob.ru/averjanov\\_l\\_y/hrestomatia\\_po\\_psychologii](http://www.koob.ru/averjanov_l_y/hrestomatia_po_psychologii)

2. Невербальні знакові системи:

## ПРАКТИЧНА ЧАСТИНА

### **Клієнтський запит** (п.з. №1)

#### **Обов'язкова програма виконання завдання**

1. Представте результати людині (у формі рольової гри), яка звернулася із запитом (див. додаток 1, пункт 4.1.).
2. Зробіть самоаналіз та підсумкову рефлексію позитивних моментів своєї роботи над професійно-орієнтованим завданням, а також розробіть програму саморозвитку (див. додаток 1, етап V).

### **Методика 1. ЕКСПЕРТНА ОЦІНКИ НЕВЕРБАЛЬНОЇ КОМУНІКАЦІЇ** (розроблена А.М. Кузнецовою)

**Мета:** діагностика 3 параметрів невербального спілкування: загальна оцінка невербального репертуару, чутливість, сензитивність людини до невербальної поведінки іншого та здатність до адекватної ідентифікації, здатність до керування своїм невербальним репертуаром адекватно до мети та ситуації спілкування.

#### **Форми практичної роботи на занятті**

Групи по 4 студентів: троє експертів та досліджуваний. Група працює таким чином, щоб кожен зі студентів апробував всі ролі. Кожен отримує оцінку власного невербального репертуару, отримує оцінку своїх невербальних проявів від трьох експертів та сам тричі виступить у ролі експерта.

**Інструкція досліджуваному:** «Ви виступаєте спочатку в ролі експерта, потім в ролі досліджуваного, та будете оцінювати за допомогою наведеного опитувальника, невербальні прояви своїх одногрупників (з якими ви працюєте в групі), а потім і свої власні. Кожне питання має 4 варіанти відповіді (А – «завжди»; Б – «часто», В – «рідко»; Г – «ніколи»), кожному варіанту відповіді приписується певний бал (від 1 до 4)».

#### **Опитувальник**

1. Чи вважаєте ви, що він (вона) вміє добре доповнювати зміст своїх слів немовними засобами (мімікою, жестами, позою і т. д.)?
2. Чи розуміє він (вона) ваші емоції по висловлюванню вашого обличчя?
3. Чи може він (вона) знайти відповідні інтонації голосу для вираження своїх почуттів і відношень до інших людей?
4. Чи вважаєте ви, що він (вона) вміє правильно розуміти значення ваших поглядів (прояв симпатії, інтересу, привернення уваги, прояв хвилювання та ін)?
5. Чи вважаєте ви що у нього (неї) бувають зайві жести і рухи, коли він (вона) намагається висловити свої думки і почуття?
6. Чи вміє він (вона) стримувати прояв своїх негативних емоцій і відносин?
7. Як ви вважаєте, чи реагує він (вона) на зміни вашого голосу (на прояв іронії, хвилювання і т. п.)?
8. Чи буває, що його (її) невербальна поведінка не відповідає тому, про що він (вона) говорить?
9. Чи вміє він (вона), на вашу думку, виразом очей і поглядом виявити увагу до інших людей, привітність, зацікавленість?
10. Як ви вважаєте, чи може він (вона) керувати своєю мімікою під час конфліктної ситуації?
11. Чи вирізняється його (її) міміка виразністю, різноманітністю, гармонією?
12. Чи є у нього (неї) пози або рухи, непривабливі з вашої точки зору?
13. Чи використовує він (вона) м'які, довірчі інтонації, щоб зняти в інших напруження, викликати на відвертість, розташувати до себе?
14. Чи вміє він (вона) по зміні вашої ходи, пози визначити ваше самопочуття, настрій, стан?

15. Чи може він (вона) передати відтінки, нюанси своїх почуттів, емоцій, використовуючи різні невербальні засоби поведінки?
16. Чи вміє він (вона) достатньо тонко і зрозуміло показати через міміку своє доброзичливе ставлення до інших?
17. Чи можна сказати, що по його (її) виразній поведінці легко зрозуміти, які він (вона) відчуває почуття до оточуючих?
18. Чи може він (вона) зрозуміти ваше ставлення до нього, навіть якщо ви не демонструєте його спеціально?
19. Чи буває він (вона) скутий у рухах і жестах, затиснутий, коли потрапляє в незвичну, незнайому ситуацію?
20. Як ви вважаєте, чи розуміє він (вона), коли ви засмучені, розчаровані, не розташовані до спілкування?

**Бланк для відповідей**

А — «завжди»;      Б — «часто»;      В — «рідко»;      Г — «ніколи».

Експерт №1				
№	Відповіді досліджуваного\ бали			
1	А	Б	В	Г
2	А	Б	В	Г
3	А	Б	В	Г
4	А	Б	В	Г
5	А	Б	В	Г
6	А	Б	В	Г
7	А	Б	В	Г
8	А	Б	В	Г
9	А	Б	В	Г
10	А	Б	В	Г
11	А	Б	В	Г
12	А	Б	В	Г
13	А	Б	В	Г
14	А	Б	В	Г
15	А	Б	В	Г
16	А	Б	В	Г
17	А	Б	В	Г
18	А	Б	В	Г
19	А	Б	В	Г
20	А	Б	В	Г

Експерт №2				
№	Віповіді досліджуваного\бали			
1	А	Б	В	Г
2	А	Б	В	Г
3	А	Б	В	Г
4	А	Б	В	Г
5	А	Б	В	Г
6	А	Б	В	Г
7	А	Б	В	Г
8	А	Б	В	Г
9	А	Б	В	Г
10	А	Б	В	Г
11	А	Б	В	Г
12	А	Б	В	Г
13	А	Б	В	Г
14	А	Б	В	Г
15	А	Б	В	Г
16	А	Б	В	Г
17	А	Б	В	Г
18	А	Б	В	Г
19	А	Б	В	Г
20	А	Б	В	Г

Експерт №1				
№	Відповіді досліджуваного\ бали			
1	А	Б	В	Г
2	А	Б	В	Г
3	А	Б	В	Г
4	А	Б	В	Г
5	А	Б	В	Г
6	А	Б	В	Г
7	А	Б	В	Г
8	А	Б	В	Г
9	А	Б	В	Г

Експерт №2				
№	Віповіді досліджуваного\бали			
1	А	Б	В	Г
2	А	Б	В	Г
3	А	Б	В	Г
4	А	Б	В	Г
5	А	Б	В	Г
6	А	Б	В	Г
7	А	Б	В	Г
8	А	Б	В	Г
9	А	Б	В	Г

10	А	Б	В	Г
11	А	Б	В	Г
12	А	Б	В	Г
13	А	Б	В	Г
14	А	Б	В	Г
15	А	Б	В	Г
16	А	Б	В	Г
17	А	Б	В	Г
18	А	Б	В	Г
19	А	Б	В	Г
20	А	Б	В	Г

10	А	Б	В	Г
11	А	Б	В	Г
12	А	Б	В	Г
13	А	Б	В	Г
14	А	Б	В	Г
15	А	Б	В	Г
16	А	Б	В	Г
17	А	Б	В	Г
18	А	Б	В	Г
19	А	Б	В	Г
20	А	Б	В	Г

## Обробка результатів

### 1. Кількісний аналіз особливостей невербального спілкування

Критерій	№ питань	Діапазон балів	Отримані бали
Загальна оцінка невербального репертуару людини з точки зору його різноманітності, гармонійності, диференційованості	1, 5, 8, 12, 15, 17	+ 9 до -9 балів	
Чутливість, сензитивність людини до невербальної поведінки іншого (експерта-спостерігача), здатність до адекватної ідентифікації	2, 4, 7, 11, 14, 18, 20	від 28 до 7 балів	
Здатність до керування своїм невербальним репертуаром адекватно до мети та ситуації спілкування	3, 6, 9, 10, 13, 16, 19	від 23 до 2 балів	

### 2. Побудова портрету досліджуваного

Для кожного досліджуваного отримують оцінки трьох експертів, включаючи його самого. По кожному параметру, який оцінюється

**Важливо!** за відповіді на запитання 5, 8, 12, 19 отримані бали віднімаються від загальної суми по кожному з 3 параметрів

Критерій	Експерт 1	Експерт 2	Експерт 3	Середнє
Загальна оцінка невербального репертуару (різноманітність, гармонійність, диференційованість)				
Чутливість, сензитивність людини до невербальної поведінки іншого				
Здатність до керування своїм невербальним репертуаром адекватно до мети та ситуації спілкування				
<b>Сума</b>				

Якісний аналіз структури невербальної комунікації (на основі зіставлення із самооцінкою).

**Важливо!** Цей показник може варіювати від 0 до 60 балів.

### **Висновок:**

Особливості проявів невербальної комунікації по трьом параметрам на основі самооцінки

---

---

---

---

---

---

---

---

Подібність/відмінність у результатах експертів та власних при визначенні особливостей прояву невербальної комунікації, пояснити чим можуть бути зумовлені ці відмінності (якщо такі були виявлені)\_

---

---

---

---

---

---

---

---

Загальний показник рівня розвитку перцептивно-комунікативних можливостей

---

---

---

---

### **Література:**

1. *Методика експертної оцінки невербальної комунікації (А.М.Кузнецова)* / Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. – М., 2002. С.242-244.

*Контрольні питання і завдання:*

1. Дайте визначення поняттям «невербальна комунікація» та «невербальні знакові системи»
2. Охарактеризуйте невербальну сторону спілкування.
3. Пригадайте основні невербальні знакові системи та дайте їм коротку характеристику.
4. Проаналізуйте особливості прояву невербальної комунікації у ситуації взаємодії психолога з клієнтом.



## ЛАБОРАТОРНЕ ЗАНЯТТЯ № 28-30

### Тема 11. ОРГАНІЗАЦІЯ ТА ВИМОГИ ДО ДОСЛІДЖЕННЯ МІЖОСОБИСТІСНИХ СТОСУНКІВ У ГРУПАХ ТА КОЛЕКТИВАХ.

#### Соціометричне дослідження структури групи.

План:

1. Диференціація у групах та колективах.

---

---

---

2. Етапи соціометричного дослідження.

---

---

---

3. Діагностичні можливості та обмеження соціометричного методу.

---

---

---

---

---

---

---

4. Правила проведення соціометричного дослідження.

---

---

---

---

---

---

---

## ПРАКТИЧНА ЧАСТИНА

### Клієнтський запит

Ви працюєте психологом в одній зі шкіл міста. До Вас звернувся вчитель 5-А класу: «Цього року я вперше став класним керівником. Мені потрібно знати характер взаємостосунків в учнівському колективі; які діти потребують підвищеної педагогічної уваги та допомоги для успішної адаптації новачків у класі. Допоможіть з'ясувати необхідну інформацію та надайте мені необхідні рекомендації».

### Обов'язкова програма при виконанні завдання (за алгоритмом розв'язання ПОЗ)

1. На основі аналізу клієнтського запиту здійсніть категоріально-термінологічне довшзначення проблеми, з якою буде працювати психолог (додаток 1., п.1.1.)
2. Формування реалістичних очікувань у людини, яка звернулася за допомогою, та визначення напрямків практичної роботи психолога (додаток 1, п. 1.2.)
3. Змодельуйте процес збору емпіричних даних (додаток 1, пункт 3.1).
4. Здійсніть обробку отриманих результатів (табличний та графічний етапи).
5. Проінтерпретуйте отримані результати дослідження (додаток 1, пункт 3.2).

### При підготовці ознайомтеся з етапами соціометрії:

- збір попередньої інформації про групу,
- проведення соціометричного опитування,
- аналіз та інтерпретація отриманих даних.

### Методика 1. МЕТОД СОЦІОМЕТРІЇ (Я.Л. Морено)

**Мета:** оволодіння методом соціометричного дослідження з метою вивчення міжособистісних стосунків в групі (Я.Л. Морено).

**Завдання:**

1. Вивчити характер міжособових стосунків у групі.
2. Визначити структуру неформальних стосунків за критерієм симпатії-антипатії.
3. Встановити ступінь психологічної сумісності окремих членів групи.
4. Виявити існування мікрогруп та їх лідерів.

**Форма проведення:** моделювання дослідження.

**Необхідний матеріал:** соціометричні картки (бланки для відповідей), протокол.

**Хід виконання** (подано за [3])

**Інструкція досліджуваному:** «На бланку напишіть своє прізвище, ініціали та сьогоднішню дату. Прочитайте перше запитання та запишіть свій вибір (одне прізвище) у відповідний рядок (має бути вказано три прізвища). Ту ж саму процедуру виконайте з 2 і 3 запитанням.

**Питання:**

1. З ким би Ви хотіли сидіти за однією партою (в 1-шу, 2-гу, 3-тю чергу)?
2. Кого б Ви запросили до себе на день народження (в 1-шу, 2-гу, 3-тю чергу)?
3. Назвіть прізвища членів групи, чия думка про Вас для Вас особливо важлива».

Через 5-10 хвилин відповіді збираються.

**Зразок соціометричної картки (для шкільного віку)**

Прізвище, ім'я				
Дата дослідження				
№	Питання	Ваш вибір		
		у 1 чергу	у 2 чергу	у 3 чергу
1.	З ким би Ви хотіли сидіти за однією партою?			
2.	Кого б з групи Ви запросили до себе на День народження?			
3.	Назвіть прізвища членів групи, чия думка про Вас для Вас особливо важлива.			

Питання №1-2 – соціометричні, №3 – референтометричне.

Питання, представлені у зразку соціометричної картки, не є обов'язковими.

**Принципи формування запитань для соціометричного дослідження:**

- при формулюванні питань дослідник повинен орієнтуватися на дві сфери – сферу спільної діяльності та сферу дозвілля;
- питання повинні бути актуальними для групи, яка вивчається;
- питання повинні передбачати необхідність вибору.

Приклади можливого формулювання запитань: Якби вашу групу розформували, кого з теперішніх однокласників Ви хотіли б побачити у складі нової групи? З ким би Ви хотіли піти в похід? З ким би Ви хотіли займатися спортом в одній секції? тощо.

Для повноти картини міжособових стосунків у групі важлива думка всіх її членів. Тому, якщо когось під час проведення дослідження не було, з ним потрібно провести роботу індивідуально.

**Обробка даних та інтерпретації результатів**

**Табличний етап** передбачає побудову соціоматриці – таблиці, за допомогою якої узагальнюються результати дослідження. Складаються окремі матриці за критеріями симпатії-антипатії у сфері навчання, дозвілля та за результатами референтометрії

**Соціометрична (референтометрична) матриця**

**Правила побудови соціоматриці:**

- по вертикалі під номерами записуються прізвища всіх учнів групи, по горизонталі – відповідні номери;
- на відповідних перетинах позначають тих, кого обрав учень в 1-шу, 2-гу, 3-тю чергу;
- якщо серед тих, хто вибрав учня є той, кого вибрав він сам, це називається взаємним вибором, який в матриці позначається кружечком;
- у нижніх графах підраховується кількість отриманих виборів та кількість взаємовиборів для кожного

[illegible]

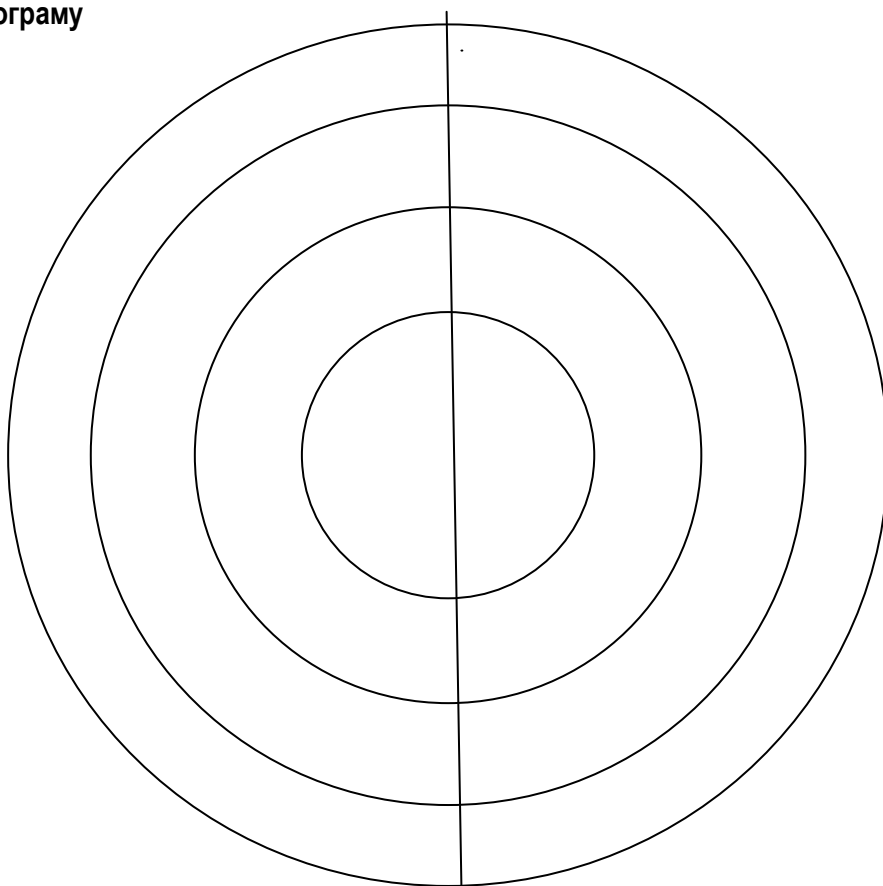
*Умовні позначення на соціограмі:*

- 
- The diagram illustrates a network structure within a circular coordinate system. The nodes are represented by triangles and circles, each labeled with a number. The connections are shown as directed edges, some solid and some dashed. The nodes are distributed across the concentric circles, with some nodes appearing on the same circle. The radial lines provide a reference for the angular position of the nodes. The network shows a complex web of interactions, with some nodes having multiple incoming and outgoing connections.

- у першому колі (від центру) розміщують тих, хто отримав 6 і більше позитивних виборів (груповий статус - **“соціометрична зірка”**);
- в другому – 3-5 позитивних виборів (груповий статус – ті, **яким віддають перевагу**);
- в третьому – 1-2 позитивні вибори (груповий статус - **“знехтувані”**);

в четвертому – тих, хто не отримав жодного позитивного вибору (груповий статус - **“немає виборів”**);

**Рис. 1. Зразок соціограми**



1. Зв'язків між найбільш впливовими членами групи (лідерами): яка їхня кількість, кому з членів групи вони віддають перевагу.

[illegible]

До індивідуальних (персональних) соціометричних індексів можна віднести індекси позитивного і негативного соціометричного статусу досліджуваного, які характеризують його положення в групі та потенційну здатність до лідерства.

132

$$C = \frac{B^+}{N-1}, \text{ де } C^+ - \text{індекс позитивного статусу;}$$

$B^+$  – кількість позитивних виборів, отриманих досліджуваним;

$N$  – число членів групи.

При необхідності аналогічно визначають індивідуальний індекс негативного статусу.

Обраховуємо індекси позитивного і негативного статусів для лідерів та аутсайдерів

C1	
C2	
C3	
C..	
C...	
C...	
C..	
C...	

Чим вищий індекс позитивного статусу, тим більший конструктивний вплив здійснює досліджуваний на членів групи, тим комфортніше він почуває себе у групі, виявляючи потенційну здатність до лідерства.

Індекс групової згуртованості визначають за формулою:

$$KB = \frac{R_1}{R}, \text{ де } KB - \text{коефіцієнт групової згуртованості; } R_1 - \text{кількість взаємовиборів; } R - \text{загальна}$$

кількість виборів у групі.

**KB=**

Визначаємо ступінь групової згуртованості:

KB	Рівень групової згуртованості
0 – 0,49	низький
0,5 – 0,59	нижче середнього
0,6 – 0,69	середній
0,7 – 0,85	вище середнього
0,85 – 1	високий

**Висновок:**

1. Характер групової згуртованості.

---



---

2. Соціометричні зірки групи; їх зв'язок між собою та з іншими членами групи.

---



---

3. Особливості міжособистісних стосунків досліджуваних зі статусом „знехтуваний”, „ізолюваний”.

---



---

4. Вказати (якщо можна), що саме забезпечує даному учневі місце в структурі міжособистісних стосунків класу, чи впливає його статус на групу в цілому.

---

---

---

---

5. Чи існують мікрогрупи в середині групи, якщо так, то що об'єднує їх членів.

---

---

---

6. Рекомендації керівнику, спрямовані на оптимізацію міжособових стосунків в групі (звернути особливу увагу на „знехтуваних” та „ізолюваних”).

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

### **Література:**

#### *Основна література*

1. Горбатов Д.С. Практикум по психологическому исследованию: Учеб. пособие. – Самара Издательский дом «БАХРАХ-М», 2006. – 272 с.
2. Марковская И.М. Социометрические методы в психологии: Учебное пособие. – Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 1999. – 46 с.
3. Музика О.О. Особливості роботи над професійно-орієнтованим завданням з курсу «Загальна психологія» // Професійно-орієнтовані завдання з психології / За ред. О.Л. Музики. Навчальний посібник. – 3-тє вид., перероб. і доп. – Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І.Франка, 2010. – с. 24-51  
[http://zu.edu.ua/spf/psihol\\_vkl.html](http://zu.edu.ua/spf/psihol_vkl.html)

#### *Контрольні питання:*

1. Дайте визначення понять «соціометричні індекси» та «групова динаміка».
2. Перерахуйте етапи соціометричного дослідження.
3. Охарактеризуйте основні діагностичні можливості та обмеження соціометричного методу.
4. Наведіть приклади груп, де формальний і неформальний лідер є зіркою.
4. Виконайте всі завдання із обов'язкової програми роботи над ПОЗаами.

### **ЛАБОРАТОРНЕ ЗАНЯТТЯ № 31**

#### **Тема 12. РЕФЕРЕНТОМЕТРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВЗАЄМОСТОСУНКІВ У ГРУПІ**

##### *План:*

1. Поняття референтометрії.
- 
- 
- 

2. Етапи проведення референтометричного дослідження.
- 
- 
-

### 3. Види референтометричного дослідження.

## ПРАКТИЧНА ЧАСТИНА

### Обов'язкова програма при виконанні професійно-орієнтованого завдання):

1. Підберіть та проаналізуйте літературу, сформулюйте припущення про причини виникнення проблеми (додаток 1., п.2.2.)
2. Складіть план виконання завдання, здійсніть підбір методів дослідження (додаток 1., п.2.4.)
3. Передбачте проблемні моменти роботи (додаток 1., п.2.5)
4. Підготуйте матеріали, необхідних для виконання завдання (додаток 1., п.2.6)
5. Змодельуйте референтометричне дослідження колективу (додаток 1., п.3.1).
6. Здійсніть кількісний та якісний аналіз отриманих результатів та підготуйте висновок, у якому вкажіть:
  - індекс референтності групи
  - референтне ядро групи
  - високо- та низькореферентні члени групи
  - ступінь взаємної референтності (додаток 1., п.3.2).

### Методика 1. РЕФЕРЕНТОМЕТРІЯ

**Мета:** оволодіння методом референтометрії з метою визначення референтності кожного індивіда, який входить у групу.

**Форма проведення:** моделювання внутрігрупового дослідження.

**Необхідний матеріал:** референтометричні картки (бланки для відповідей), протокол.

#### Хід виконання

На попередньому етапі за допомогою опитування виявляються позиції, думки, оцінки кожного члена групи з приводу значущого об'єкта, події, або людини (Наприклад, щодо повноважень старости або вибору художнього фільму, перегляд якого планується групою).

На другому етапі, через кілька днів, проводиться індивідуальне (конфіденційне) опитування членів групи: «З чією думкою з приводу тієї чи іншої події (людини, об'єкта) Ви хотіли б ознайомитися?».

#### Протокол дослідження

Досліджуваний	Вибори		

Тобто, друга процедура виявляє осіб, думки яких, відображені в опитувальнику, становлять найбільший інтерес для інших членів групи. Саме це змушує досліджуваного виявляти високу вибірковість щодо тих осіб, чия позиція для них найбільш значима.

Складається референтометрична таблиця, яка ідентична у виконанні соціометричній матриці, з тією лише різницею, що обов'язково зазначається порядковий номер особи: «+» 1; «+» 2; «+» 3.

[illegible]

1. Референтне ядро групи; його зв'язок із офіційними лідерами та соціометричними зірками.

2. Референтність кожного індивіда; Важливою стороною референтометрії є глибока мотивованість досліджуваного, який зацікавлений можливістю познайомитись із думкою референтної для нього особи. Міра референтності членів групи визначається числом прояву інтересу до їх позиції і може бути представлена показниками індексу референтності (R).

$$R = \frac{3n_1 + 2n_2 + n_3}{3N-1}, \text{ де } n_1 - \text{кількість 1-х виборів, } n_2 - \text{кількість 2-х виборів, } n_3 - \text{кількість 3-х виборів, } N - \text{загальна кількість членів групи}$$

 $R_1 =$ 
$$R_2 =$$
$$\overline{R_3} =$$
$$\overline{R} =$$

---

R =
$$\overline{R} =$$
$$\overline{R} =$$
$$\overline{R} =$$

Маємо підсумкову таблицю з показником  $R$  для кожного члена групи, виходячи з величини якого, здійснюється інтерпретація. Межі для  $R$  визначаються в залежності від кількості членів групи.

3. Міжіндивідуальна референтність – це ступінь взаємної референтності. Вона визначається шляхом підрахунку кількості взаємних референтних виборів.



### **Висновок**

Характеристика внутрігрупової референтності:

Ступінь \_\_\_\_\_

Характер та підстави виділення референтометричних зірок, їх взаємозв'язок \_\_\_\_\_

Основні мотиви вибору референтометричних зірок (на підставі попереднього опитування) \_\_\_\_\_

### **Література**

Основна література

1. Психология детского коллектива: система личностных взаимоотношений / Я. Л. Коломинский. - 2-е изд., доп. и перераб. - Минск : Народная асвета, 1984. - 239 с.
2. Фридман Л. М. и др. Изучение личности учащегося и ученических коллективов. – М.: Просвещение, 1988. С. 187-190.

Контрольні питання:

1. Дайте визначення поняттям «внутрігрупова» та «зовнішньогрупова референтометрія».
2. Яка різниця між поняттями «референтна група» та «референтне ядро».
3. Опишіть етапи проведення референтометричного дослідження.
4. Дайте відповідь на питання: *Від чого залежить ступінь взаємної референтності у групі?*
5. Виконайте всі завдання із обов'язкової програми роботи над ПОЗаами.

### **ЛАБОРАТОРНЕ ЗАНЯТТЯ № 32**

#### **Тема 14. ІНТЕГРАЦІЙНІ ПОКАЗНИКИ У КОЛЕКТИВАХ**

*План:*

1. Показники інтеграції колективу.

## ПРАКТИЧНА ЧАСТИНА

### Обов'язкова програма при виконанні завдання

1. Здійснити аналіз власного досвіду виконання подібних завдань (додаток 1, п. 2.1.)
2. Змодельюйте результати дослідження (додаток 1, п. 3.1.).
3. Здійснити кількісний та якісний аналіз результатів (додаток 1, п. 3.2.).
4. Представте результати досліджень (за всіма методиками) людині, яка звернулася із запитом (додаток 1, п. 4.1.).
5. Спробуйте розробити рекомендації за результатами дослідження.

### Методика 1. ЦІНІСНО-ОРІЄНТАЦІЙНА ЄДНІСТЬ КОЛЕКТИВУ (ЦОЄ)

**Мета:** визначення рівня згуртованості групи.

**Інструкція для досліджуваних:** «Перед Вами 35 якостей особистості. Вам пропонується з цих 35 якостей вибрати тільки 5 тих якостей, які, на Вашу думку, є найбільш необхідними і важливими для виконання навчальної роботи у групі (класі). Робіть вибір самостійно і записуйте тільки номери цих п'яти вибраних якостей».

#### Стимульний матеріал

1. Дисциплінованість	18. Незалежність
2. Ерудованість	19. Вимогливість до себе
3. Усвідомлення суспільного обов'язку	20. Критичність
4. Догадливість	21. Ґрунтовність знань
5. Начитаність	22. Уміння пояснити
6. Працелюбність	23. Чесність
7. Ідейна переконаність	24. Уважність
8. Уміння контролювати роботу	25. Відповідальність
9. Моральна вихованість	26. Ініціативність
10. Самокритичність	27. Самостійність
11. Чуйність	28. Самоповага
12. Суспільна активність	29. Комунікабельність
13. Уміння планувати роботу	30. Розсудливість
14. Допитливість	31. Скромність
15. Уміння працювати з книгою	32. Усвідомленість
16. Цілеспрямованість	33. Справедливість
17. Колективізм	34. Оригінальність
	35. Впевненість у собі

### Обробка результатів

1. Результати вибору якостей кожним досліджуваним заносяться в таблицю. Вирахувати кількість виборів кожної особистісної якості.

№	Якості	Досліджувані																К-ть виборів
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	
1.	Дисциплінованість																	
2.	Ерудованість																	
3.	Усвідомлення суспільного обов'язку																	
4.	Догадливість																	
5.	Начитаність																	
6.	Працелюбність																	
7.	Ідейна переконаність																	
8.	Уміння контролювати																	

	роботу																		
9.	Моральна вихованість																		
10.	Самокритичність																		
11.	Чуйність																		
12.	Суспільна активність																		
13.	Уміння планувати роботу																		
14.	Допитливість																		
15.	Уміння працювати з книгою																		
16.	Цілеспрямованість																		
17.	Колективізм																		
18.	Незалежність																		
19.	Вимогливість до себе																		
20.	Критичність																		
21.	Грунтовність знань																		
22.	Уміння пояснити																		
23.	Чесність																		
24.	Уважність																		
25.	Відповідальність																		
26.	Ініціативність																		
27.	Самостійність																		
28.	Самоповага																		
29.	Комунікабельність																		
30.	Розсудливість																		
31.	Скромність																		
32.	Усвідомленість																		
33.	Справедливість																		
34.	Оригінальність																		
35.	Впевненість у собі																		

2. Вираховуємо ступінь ціннісно-орієнтаційної єдності за формулою

$$C = \frac{1,4n - N}{6N}, \text{ де } N - \text{кількість учнів, } n - \text{сума виборів за 5 максимально обраними якостями}$$

3. Оцінюємо величину ціннісно-орієнтаційної єдності /ЦОЄ/ у відповідності з наступними показниками:

$C > 0,5$  – високий показник, групу можна вважати колективом з високим рівнем розвитку;

$0,3 < C < 0,5$  – середній рівень розвитку групи;

$C < 0,3$  – низький рівень розвитку групи;

4. Визначити, з якою групою якостей досліджувані пов'язують успіх сумісної діяльності

#### Сфери діяльності

Група якостей	Номера	Сума	%
1.Ставлення до навчання	1,6,16,18,25		
2.Стиль поведінки і діяльності	3,7,9,12,27		
3.Знання	2,5,14,21,32		
4.Якість розуму	4,20,30,24,34		
5.Навчально-організаторські вміння	8,13,15,22,26		
6.Ставлення до товаришів	11,17,23,29,33		
7.Ставлення до себе	10,19,28,31,35		

5. Вирахувати загальну частоту прояву переваги кожної групи якостей у % від загального ступеня ціннісно-орієнтаційної єдності

6. Згідно з якісними і кількісними характеристиками вибору досліджуваних сформулюйте стратегію роботи з колективом.

З цією метою співвіднесіть рівень розвитку групи - /С/ - і тих переважаючих груп особистісних якостей, які характерні для членів групи. У відповідності з цим, орієнтуючись на особливості групи, запропонуйте шляхи розвитку групи.

**Висновок:**

Особливості ціннісно-орієнтаційної єдності групи;

можливі причини отриманого результату;

рекомендації відповідно до отриманих даних

**Література:**

1. Фридман Л. М. и др. Изучение личности учащегося и ученических коллективов. – М.: Просвещение, 1988. – С. 172-176.

**Контрольні питання:**

1. Дайте визначення поняттям «установка» та «атракція».
2. Який взаємозв'язок ціннісних орієнтацій з груповою динамікою у колективі.
3. Охарактеризуйте стадії згуртованості колективу.
4. Обґрунтуйте або спростуйте думку «Міжособистісна сумісність – показник високої згуртованості групи».
5. Виконайте всі завдання із обов'язкової програми роботи над ПОЗами.

## Тема. РЕФЛЕКСІЯ РОЗВИТКУ КОМУНІКАТИВНОСТІ ЯК ПРОВІДНОЇ ЯКОСТІ ПСИХОЛОГА

### План

1. Структура комунікативної компетентності майбутнього практичного психолога [4].\_\_\_\_\_

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

### ПРАКТИЧНА ЧАСТИНА

#### Методика 1. ТЕСТ ВИЯВЛЕННЯ КОМУНІКАБЕЛЬНОСТІ (В.А. Кан-Калік, М.Д. Нікандров)

**Мета:** визначити рівень розвитку комунікабельності, розробити власну програму саморозвитку комунікативних здібностей.

**Інструкція досліджуваному:** „Враховуючи Вашу звичну поведінку, дайте відповідь “так”, “ні” чи “ніколи” на наступні запитання”:

1. У вас намічена звичайна або ділова зустріч. Чи вибиває вас із колії очікування?
2. Чи не відкладаєте ви візит до лікаря доти, доки терпіти далі стає неможливим?
3. Чи виникає у вас збентеження або невдоволення, коли вам доручають виступити з доповіддю, повідомленням на якій-небудь нараді?
4. Вам пропонують поїхати у відрядження у місто, де ви ніколи не були. Чи докладете ви максимум зусиль, щоб уникнути поїздки?
5. Чи любите ви ділитися своїми турботами з ким-небудь?
6. Чи дратує вас, якщо невідома людина на вулиці звернеться до вас із проханням показати дорогу, назвати час, відповісти на ще будь-яке запитання?
7. Чи вірите ви, що існує проблема «батьків і дітей» і що людям різних поколінь важко порозумітися?
8. Чи посоромитесь ви нагадати знайомому про те, що він забув повернути вам гроші, які позичив кілька місяців тому?
9. У ресторані або в їдальні вам дали явно недоброякісну страву. Чи промовчите ви?
10. Опинившись сам на сам із незнайомим, ви не почнете розмову; для вас буде обтяжливим, якщо це зробить він. Чи так це?
11. Чи боїтеся ви брати участь у будь-якій комісії, що розглядає конфліктні ситуації?
12. У вас є власні, суто індивідуальні, критерії оцінки творів мистецтва, літератури, культури, і ніяких «чужих» думок щодо цього ви не приймаєте. Чи так це?
13. Почувши де-небудь у кулуарах явно помилкову думку з добре знайомого вам питання, ви швидше промовчите і не розпочнете дискусію?
14. Чи викликає у вас прикре відчуття прохання допомогти розібратися в тому чи іншому службовому або побутовому питанні?
15. Ви охочіше висловлюєте свою точку зору (думку, оцінку) в письмовому вигляді, аніж в усній формі?

#### Обробка результатів

Нараховуємо по 2 бали за кожну відповідь «так», 1 бал – «ніколи», 0 балів – «ні, ніколи».

**Сума отриманих балів =**

**28 – 30 балів.** Ви явно некоммунікбельні, і це – ваша біда, бо страждаєте від цього більше всього ви самі. Але й вашим близьким нелегко. На вас важко покладатися у справі, яка вимагає від виконавців

колективних зусиль.

**24 – 28 балів.** Ви замкнуті, мовчазні, віддаєте перевагу самотності, і тому у вас, мабуть, мало друзів. Нова робота і необхідність нових контактів якщо і не викликає у вас паніки, то надовго виводить із рівноваги. Ви знаєте цю особливість свого характеру. Але не обмежуйтеся тільки таким невдоволенням. Вам під силу змінитися. Хіба не буває так, що при якомусь сильному захопленні ви раптом стаєте цілком комунікабельним?

**19 – 23 бали.** Ви певною мірою комунікабельні і в незнайомих умовах почуваетесь цілком впевнено. Нові проблеми вас не лякають. І все ж із новими людьми ви зближуєтесь не зразу, в суперечках та дискусіях берете участь неохоче. У ваших висловлюваннях надто багато сарказму без жодних на те підстав.

**14 – 18 балів.** У вас нормальна комунікабельність, ви допитливі, охоче слухаєте цікавого співрозмовника, достатньо терплячі у спілкуванні з іншими. Відстоюєте свою точку зору без запальності. На зустріч з новими людьми йдете без неприємних переживань. У той же час ви не любите галасливих компаній, екстравагантність і багатослів'я вас дратують.

**9 – 13 балів.** Ви дуже комунікабельні (інколи навіть надміру). Допитливі, балакучі, любите висловлюватись із будь-яких питань, що часом дратує тих, хто вас оточує. Охоче знайомитесь із новими людьми, любите бути в центрі уваги, нікому не відмовляєте. Якщо вас просять, хоча і не завжди можете виконати прохання. Часом спалахуєте, але швидко відходите. Чого вам не вистачає – так це посидючості, терпіння і відваги при зіткненні із серйозними проблемами. При бажанні однак, ви можете себе змусити не відступати.

**4 – 8 балів.** Ваша товариськість перепливає через край, ви завжди у курсі всіх справ. Любите брати участь у дискусіях, хоча серйозні теми можуть викликати у вас мігрень або навіть хандру. Охоче берете слово з будь-якого питання, навіть якщо маєте про це поверхове уявлення. Всюди почуваете себе «у своїй тарілці». Беретеся за будь-яку справу, хоча далеко не завжди можете успішно довести її до кінця. З цієї причини керівники і колеги ставляться до вас з певною недовірою.

**Менше 3 балів.** Ваша комунікабельність має хворобливий характер. Ви балакучі, багатослівні, втручаєтесь у справи. Які вас зовсім не стосуються. Висловлюєте судження про проблеми, в яких зовсім некомпетентні. Вільно чи невільно - ви часто буваєте причиною різного роду конфліктів у вашому оточенні. Запальні, нерідко буваєте необ'єктивними. Серйозна робота не для вас. Людям - і на роботі, і вдома, і взагалі всюди – важко з вами. Вам потрібно працювати над собою і своїм характером. Перш за все виховуйте в собі терплячість і стриманість, з повагою ставтеся до людей, і, нарешті, подумайте про своє здоров'я – такий «активний» стиль життя не проходить безслідно.

## Висновок

Програма саморозвитку комунікативності як провідної якості психолога [3, 4].

## Література

1. Семиченко В.А., Заслуженюк В.С. Мистецтво взаєморозуміння. Психологія і педагогіка сімейного спілкування: Навч. посібн. – К.: Веселка, 1998. – 214 с.

**Тема для самостійного опрацювання №5**

**Тема 13. ВІКОВІ ОСОБЛИВОСТІ ЗАСТОСУВАННЯ СОЦІОМЕТРИЧНОГО ТА РЕФЕРЕНТОМЕТРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ**

1. Про особливості проведення соціометрії в дошкільному віці [2, с. 34-37].

---

---

---

2. Особливості застосування соціометричного дослідження у шкільному віці

– молодшому [2, с. 38-42];

---

---

---

– підлітковому [2, с. 38-42];

---

---

---

– юнацькому [2, с. 38-42];

---

---

---

3. Специфіка застосування методик «Вибір в дії», «Два будиночки» [1, с. 66-67], [2, с. 35-37].

---

---

---

**ПРАКТИЧНА ЧАСТИНА**

**Завдання для самодослідження**

**Методика 1. Референтометрія (зовнішньогрупова)**

**Мета:** оволодіння методом референтометрії з метою визначення кола референтних осіб для досліджуваного.

**Форма проведення:** самодослідження.

**Інструкція досліджуваному:** «Вам пропонується 10 питань-ситуацій (1-А) і список людей, що оточують Вас (1-Б). До кожного питання-ситуації (1-А) потрібно вибрати не менше двох осіб, чия думка важлива для Вас з цього питання (1-Б). При цьому думка першої особи повинна бути більш важливою, ніж думка другої».

**Референтометрична картка**

1-А	1-Б
З ким Ви відправитеся в поїздку (ділове відрядження) в інше місто?	Батьки (батько, мати).
У Вас трапилася неприємність. Кому Ви розповісте?	Родичі (дідусь, бабуса, дядько, тітка).
Ви хочете відсвяткувати свій день народження. З ким Ви його проведете?	Брат, сестра.
Чи є у Вас людина, з якою Ви намагаєтеся проводити більше часу?	Дорослий знайомий.
Хто може вказати Вам на Ваші недоліки, кого Ви більше послухаєте?	Знайомий батьків.
Ви зустріли людину, яка Вам сподобався. Хто	Друзі.
	Кращий друг (подруга).
	Компанія, приятелі.
	Знайома дівчина, знайомий юнак.
	Товариші по навчанню, роботі.
	Товариші по клубу, секції, студії

<p>може допомогти правильно оцінити його?</p> <p>Ви хочете змінити своє життя. З ким Ви порадитеся про це?</p> <p>Хто може бути для Вас прикладом у житті?</p> <p>Кому Ви хотіли сподобатися найбільше?</p> <p>З ким Ви найбільше відверті?</p>	<p>Історична особистість.</p> <p>Відомий всім чоловік.</p> <p>Людина, про яку ти знаєш від інших.</p> <p>Літературний персонаж.</p>
---	---

Для аналізу відповідей будемо матрицю виборів.

**Матриця відповідей референтометричного дослідження**

№ п/п	Ситуація	Можливі референтні особи	Мама	Батько	Бабуся	Дідусь	Брат	Сестра	Інші родичі	Друг	Друзі	.....
1.	З ким Ви відправитеся в поїздку (ділове відрядження) в інше місто?											
2.	У Вас трапилася неприємність. Кому Ви розповісте?											
3.	Ви хочете відсвяткувати свій день народження. З ким Ви його проведете?											
4.	Чи є у Вас людина, з якою Ви намагаєтеся проводити більше часу?											
5.	Хто може вказати Вам на Ваші недоліки, кого Ви більше послухаєте?											
6.	Ви зустріли людину, яка Вам сподобався. Хто може допомогти правильно оцінити його?											
7.	Ви хочете змінити своє життя. З ким Ви порадитеся про це?											
8.	Хто може бути для Вас прикладом у житті?											
9.	Кому Ви хотіли сподобатися найбільше?											
10.	З ким Ви найбільше відверті?											

**Інструкція 2:** «Оцініть за 5-тибальною шкалою важливість для вас думки вказаних вами осіб».

**Обробка результатів (в ситуації групового дослідження):**

- Всі згадані особи записуються в окремий список без повторень, потім "оцінки" осіб заносяться в список і підсумовуються для кожного з них.

Зразок підсумкової таблиці:

№	Можливі референтні особи	Досліджувані	мати	Батько	Бабуся, дідусь	Друг	Брат	



	<b>Загальна кількість балів</b>						...

2. Дві-три особи, які мають найбільшу кількість балів, виписуються на окремий листок в порядку зменшення кількості балів. Ці люди і складають референтну групу досліджуваного.

*Кількісний аналіз* здійснюється на основі отриманої найбільшої кількості балів, що набрали ті чи інші референтні особи.

*Якісний аналіз* полягає у проведенні аналізу обраних референтних осіб, ким вони є для досліджуваного, побудови припущень, чому ці люди є референтними особами.

#### **Висновок:**

кількість референтних осіб досліджуваного;

характер зв'язків між референтними особами;

Характер впливу референтних осіб на провідні види діяльності досліджуваного.

#### **Література:**

1. Внешнегрупповая референтометрия// Психологические тесты / Под ред. А.А.Карелина: В 2т. – М., 2001. – Т.2. С.16-17.
2. Марковская И.М. Социометрические методы в психологии: Учебное пособие. – Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 1999.– 34-41 с.
3. Психология детского коллектива / Я. Л. Коломинский. - 2-е изд., доп. и перераб. - Минск : Народная асвета, 1984. с. 76-78.

## **ЗАВДАННЯ ДО ПІДСУМКОВОЇ МОДУЛЬНОЇ РОБОТИ №5**

Умовою допуску до ПМР є зарахування звітів за результатами лабораторних занять.

**I. Тестове завдання** (4 завдання, за правильне виконання завдання – 5 балів). Максимальна кількість балів – 20.

Реально існуюче утворення, в якому люди об'єднані певною спільною ознакою, спільною діяльністю або живуть в ідентичних умовах, обставинах і певним чином усвідомлюють свою належність до цього утворення.

а) група; б) асоціація; в) колектив; г) корпорація.

**II. Теоретичне питання** (оцінюються від 0 до 30 балів).

Максимальна кількість балів – 30.

1. Комунікативна сторона спілкування (комунікативні якості особистості; комунікативні властивості; риси характеру, які сприятимуть ефективному спілкуванню, успішній роботі з клієнтом).
2. Одиниці комунікативного процесу (за Г.Лассуел).
3. Невербальна сторона спілкування.
4. Невербальні знакові системи: оптико-кінетична система (жести, міміка, пантоміміка); паралінгвістична система (інтонація, тембр голос); екстралінгвістична система (покашлювання, сміх, паузи).
5. Простір і час організації комунікативного процесу (міжособистісний простір; відповіді на невербальне звернення).
6. Структура комунікативної компетентності майбутнього практичного психолога.
7. Рефлексія розвитку комунікативності. Програма саморозвитку комунікативності як провідної якості психолога
8. Поняття про групу у загальній психології.
9. Класифікація груп.
10. Структура внутрігрупових відносин.
11. Соціометричний метод: психологічний зміст та історія виникнення.
12. Вимоги до застосування соціометричного дослідження: час проведення дослідження; вимоги до діяльності дослідника та досліджуваних.
13. Вимоги до застосування соціометричного дослідження: вимоги до дослідника та досліджуваних; критерії розподілу переваг.
14. Вимоги до організації дослідження групових взаємин.
15. Диференціація у групах та колективах.
16. Етапи соціометричного дослідження.
17. Діагностичні можливості та обмеження соціометричного методу.
18. Правила та процедура проведення соціометричного дослідження.
19. Поняття референтометрії.
20. Етапи проведення референтометричного дослідження.
21. Види референтометричного дослідження.
22. Поняття інтеграції в групах і колективах.
23. Згуртованість та сумісність як показники розвитку колективу.

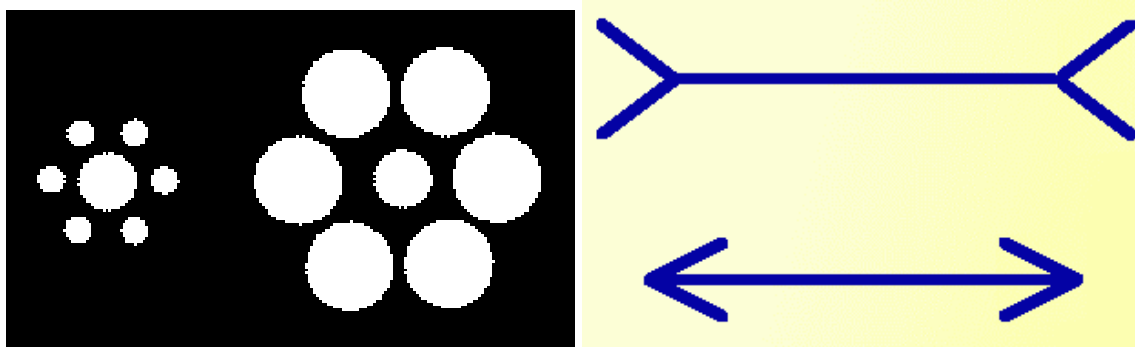
**III. Професійно-орієнтоване завдання** (максимальна оцінка 50 балів)

Зараховується на основі звітів за лабораторні заняття.

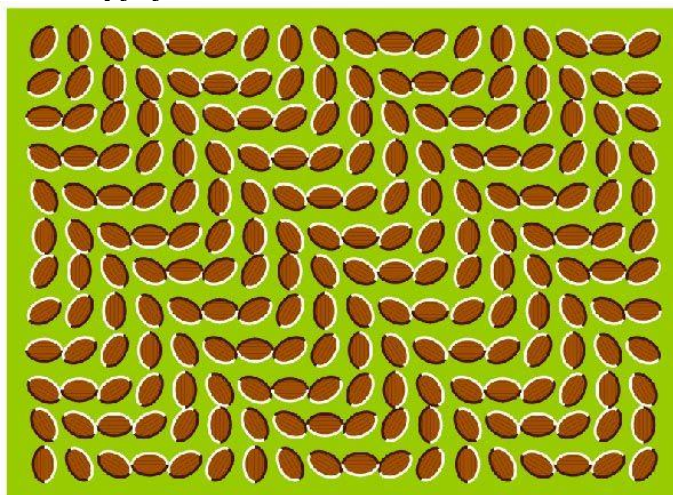


## Ілюзії сприймання розміру.

Ілюзія Еббінгауза (1902). Ілюзія Мюллера-Лайєра (1889)



## Ілюзія руху.



## 2. Сприймання як результат взаємодії рецепторів та вплив слухової інструкції на сприймання

**Мета:** визначити роль відчуттів і сприймання в пізнавальній діяльності людини.

**Необхідний матеріал:** набір невеличких предметів.

### Хід виконання

**Інструкція досліднику:** Експериментатор пропонує досліджуваному відвернутися і кладе йому на руку який-небудь невеличкий предмет (ключ, гумку, ґудзик, монету). Спочатку на тильну сторону долоні, потім на кінчики пальців. Запитати: «Що Ви можете сказати про предмет?». Продовжуючи експеримент досліджуваному пропонують ощупати предмет і відповісти на те ж запитання.

**Інструкція досліджуваному:** Заплющити очі (чи відвернутися) та спробуйте описати предмет який торкається Вашої долоні, кінчиків пальців. Що Ви можете сказати про предмет? Можете ощупати предмет. Що можете про нього сказати?

Відповіді досліджуваного записує вся група.

### Обробка результатів

Отримані дані заносяться в таблицю

№	Пред'явлений предмет	Визначення предмету, покладеного на			Ощупування предмета
		тильну сторону руки	кінчики пальців	середину долоні	
1.					
2.					

3.					
----	--	--	--	--	--

### Висновок

За допомогою відчуттів відображаються окремі сторони, якості предметів. Предмет як комплексний подразник сприймається за допомогою осягування, тобто коли функціонує не тільки шкіряний рецептор, а й ціла система аналізаторів (кінестетичний, температурний, шкірно-механічний). Сприймання не зводиться до суми відчуттів. Важливу роль у сприйманні предметів відіграють контур предмета, відношення між якостями предметів, дії з ними, попередній досвід людини.

Покажіть вплив предметів на наші органи чуття (виникають відчуття та сприймання):

---

---

---

---

---

---

### Література

1. Гамезо М. В., Домашенко И.А. Атлас по психологии. – М, 1986.
1. Практикум по общей экспериментальной и прикладной психологии: Учеб. пособие/ Под.ред. А.А. Крылова, С.А. Маничева. – СПб.: Питер, 2003. – С. 71-75

### Контрольні питання і завдання:

1. Проаналізуйте загальні властивості і закономірності відчуттів.
2. Назвіть причини виникнення ілюзій.
3. Наведіть приклади ілюзій у різних сферах життя: напр., мистецтво, одяг, світ тварин, реклама, тощо.

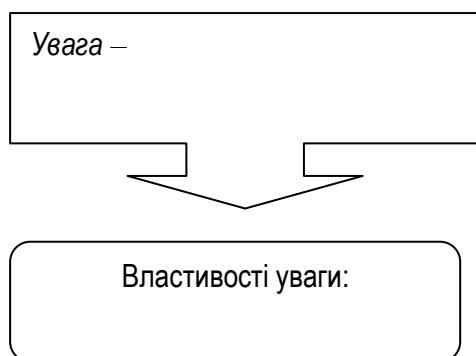
## ЛАБОРАТОРНІ ЗАНЯТТЯ

### ЛАБОРАТОРНЕ ЗАНЯТТЯ № 33-34

### Тема 15. ОСОБЛИВОСТІ ДОСЛІДЖЕННЯ УВАГИ

План:

1.



Стійкість –

Переключення –

Обсяг –

Вибірковість –

Концентрація –

2. Вимоги до дослідження стійкості та концентрації уваги. Принципи організації дослідження переключення та розподілу уваги.

---

---

## ПРАКТИЧНА ЧАСТИНА

### Розв'язання професійно-орієнтованого завдання.

**Клієнтський запит:** Ви, студент першого курсу, звертаєтеся до психолога за консультацією: «Я отримую освіту психолога і чув, що психолог, перш за все, повинен мати повну інформацію про власну особистість. Як я можу дослідити себе».

### Обов'язкова програма виконання завдання

1. Зробіть підбір і проаналізуйте літературу та сформулюйте припущення про причини виникнення проблеми (див. додаток 1, пункт 2.2).
2. Розробіть консультацію з фахівцями з проблеми (див. додаток 1, пункт 2.3).
3. Складіть розгорнутий план виконання завдання, зробіть підбір методів та аналіз ресурсів (див. додаток 1, пункт 2.4).
4. Підготуйте матеріали, необхідні для виконання завдання (див. додаток 1, пункт 2.6).
5. Здійсніть збір емпіричних даних (див. додаток 1, пункт 3.1, 3.2). Проведіть дослідження за методиками, проінтерпретуйте результати дослідження та оформіть результати у вигляді самозвіту. проблеми, з якою буде працювати психолог :

### Методика №1. КОРЕКТУРНА ПРОБА (за Б.Бурдоном)

(форма проведення – групова або індивідуальна)

**Мета:** Дослідження особливостей активної уваги (стійкості уваги, концентрації уваги).

**Необхідний матеріал:** Бланк з коректурною таблицею і інструкцією досліджуваному; секундомір; олівець.

**Інструкція досліджуваному:** «Продивіться зліва на право кожен рядок коректурної таблиці, закресліть букви А, К, Н, Х. Після команди експериментатора “риска” поставте вертикальну риску і продовжуйте роботу».

### Хід виконання:

1. Виконання тренувальної вправи (0,5 хв.) (див. Стимульний матеріал до методики).
2. Виконання експериментальної вправи (2,5 хв.), команда “риска” подається через кожну хвилину виконання.

### Обробка результатів

1. Заповнюємо таблицю «сирих» даних

Критерії \ час (інтервали)	1	2	3	4	5
$n_1$ – сума правильно закреслених букв					
$n_2$ – сума пропущених букв					
$n_3$ – сума помилково закреслених букв					
$n$ – загальна кількість букв, що потрібно викреслити у рядках					
$S$ – кількість знаків, які опрацював досліджуваний					

### **Стимульний матеріал**

#### **Тренувальна вправа:**

ДССКХДЖЕННЯСССБКИВССТЕЙДУАСВНССТХНАССДУЯКХНСВВД  
ЯТИСЯЙСГСНСЕДТАВНИКАМИБЕЗУМСВНСВХДСХЗНЯВТИСЯНЕВНИ  
МСУБЄКТИВХЗМСМУССЦХАКИНХЙНСИАСКСГХІДССИТИДАВНСВХД  
СМЕЯВИЕЕЕТНСЦЕНТСИЗМУКСКИНСЕДСТАВНИКИ

#### **Експериментальна вправа:**

ЧЕННЯТАВХДГУКИНССТУЧИХНЕУНАЦХВНСЕДСТАВНИКХВХНЕИА  
АЦХСНАКИНССТЙНАСНСАВДХЦЕНЕЗАВЖДИТАКСУДЖЕННЯКСЖНСІ  
КВДИНИМАВТИВХДТХНСКІЖСУБКТИВНСГСЖИТТЄВСГСДССВХДУХ  
СНУВЧИАВІМСВХДСМССТХКУКИТУСНИАНССМТАХНССТЕЙВСИКУ  
СЗНАЧЕНИАНСИЧИННСИДССКХДЖЕННХЕТНСКУКИТУСНИАНССЦЕ  
СХВГССТССНССТАЄНССБКЕМАМЕТСДУВИКССИСТАННЯМЕТСДУСС  
СБИСТХСНИАКСНСТСУКТХВКЕККХТЕАНХКАСЕНЕСТУАСНИАСЕЕХТ  
СКМЕТСДТСХАДДАКСЗМСГУВИХКИТИНАЙЗНАЧИМХЕХНСНЯТТЯК  
ИМИКССИСТУВТИСЯСТАСЕСККАСНИКИДКЯСЦХНКИНСЕДСТАВНИК  
ХВСХЗНИАЕТНССХВЦЕТАКХНСНЯТТЯКНСИВАБКИВХСТИДСБСАХ  
НТЕКЕКТАИТСХСТИВСЙСВНИЧХСТИЗГУСТСВАНХСТИЧЕСНХСТИН  
АААБНХСТИНАЦЕКВБНХСТИДСУЖЕКВБНХСТИСААЙНХСТИТАДЕЯК  
ХХНЕХНАНЕСЕИЙНСГКЯДВИДКЕНХНСНЯТТЯЦХККСМВККАДАВТИС  
ЯУККАСИЧНХССГУДХВСИКХФАКТССИСЦХНКАСИКАХАКТИВНХСТИА  
КЕІАОМСЖНАЗГСУНУВАТИХНСХНЕСМУНАНСИККАДЧХТКСВИХКЯЄ  
ТИСЯФАКТССМССАКИНИАЯКССТЕЙДСБССТААИТСХСТИЧЕСНХСТ  
ИНАААБНХСЧЕННЯТАВХДГУКИНССТУЧИХНЕУНАЦХВНСЕДСТАВНИ  
КХВХНЕИАНАЦХСНАКИНССТЙНАСНСАВДХЦЕНЕЗАВЖДИТАКСУДЖЕ  
ННЯКСЖНСІКВДИНИМАВТИВХДТХНСКІІСУБКТИВНСГСЖИТТЄВСГ  
ДССВХДУХСНУВЧИАВІІСВХДСМССТХКУКИТУСНИАНССМТАХНС  
СТЕЙВСИКУСЗНАЧЕНИАНСИЧИННСИДССКХДЖЕННХЕТНСКУКИТУС  
НИАНССЦЕСХВГССТССНССТАЄНССБКЕМАМЕТСДУВИКССИСТАНН  
ЯМЕТСДУСССБИСТХСНИАКСНСТСУКТХВКЕККХТЕАНХКАСЕНЕСТУА  
СНИАСЕЕХТСКМЕТСДТСХАДДАКСЗМСГУВИХКИТИНАЙЗНАЧИМХЕХ  
НСНЯПРОУНАЩПХРДБСИМУПІЕВРАТКОНИШФТМУИСНІЙХАТОПЦНІ  
ИМИКССИСТУВТИСЯСТАСЕСККАСНИКИДКЯСЦХНКИНСЕДСТАВНИК  
ХВСХЗНИАЕТНССХВЦЕТАКХНСНЯТТЯКНСИВАБКИВХСТИДСБСАХ  
НТЕКЕКТАИТСХСТИВСЙСВНИЧХСТИЗГУСТСВАНХСТИЧЕСНХСТИН  
АААБНХСТИНАЦЕКВБНХСТИДСУЖЕКВБНХСТИСААЙНХСТИТАДЕЯК  
ХХНЕХНАНЕСЕИЙНСГКЯДВИДКЕНХНСНЯТТЯЦХККСМВККАДАВТИС  
ЯУККАСИЧНХССГУДХВСИКХФАКТССИСЦХНКАСИКАХАКТИВНХСТИА

2. Визначаємо рівень концентрації уваги (**К**), показники швидкості (**А**) та точності (**Т**) виконання завдання:

$$K = \frac{n_1 - n_2 - n_3}{n} \times 100\% .$$

**До уваги дослідника:** кожен показник обраховується як в цілому, так і по кожній півхвилині

**К<sub>1</sub>**=

**К<sub>4</sub>**=

**К<sub>2</sub>**=

**К<sub>5</sub>**=

**К<sub>3</sub>**=

**К**=

3. Показник швидкості (продуктивності) виконання завдання:

$$A = \frac{S}{t}, \text{ де } t - \text{ час виконання.}$$

**А<sub>1</sub>**=

**А<sub>4</sub>**=

**А<sub>2</sub>**=

**А<sub>5</sub>**=

**А<sub>3</sub>**=

**А**=

4. Показник точності виконання завдання:

$$T = \frac{n_3}{t}, \text{ де } t - \text{ час виконання.}$$

**Т<sub>1</sub>**=

**Т<sub>4</sub>**=

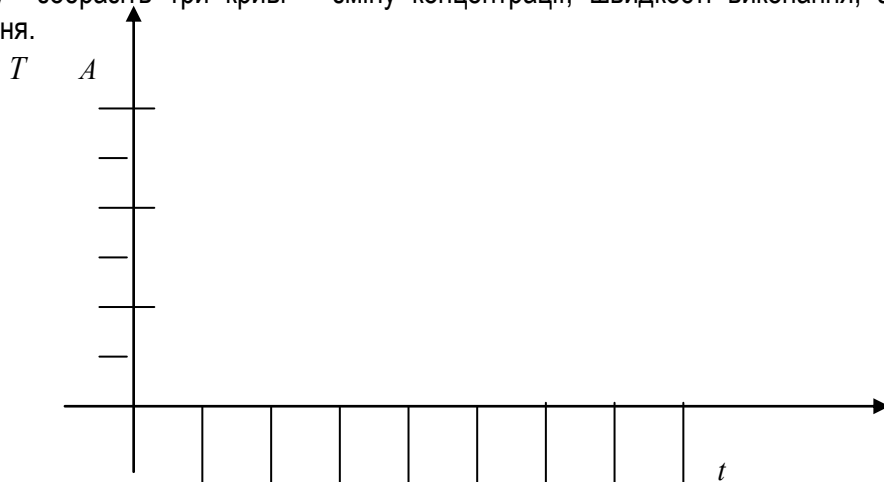
**Т<sub>2</sub>**=

**Т<sub>5</sub>**=

**Т<sub>3</sub>**=

**Т**=

**Графічне представлення результатів:** Результати дослідження представте графічно: на графіку зобразіть три криві – зміну концентрації, швидкості виконання, зміну точності виконання завдання.



**Висновок:**

1. Рівень та динаміка концентрації уваги (81-100% - дуже високий рівень; 61-80% - високий рівень; 41-60% - середній; 21-40% - низький; 0-20% - дуже низький).



## 2. Наявність та характер втоми (розподіл помилок та кількості відпрацьованих знаків).

---



---



---

## 3. Характеристики стійкості-нестійкості уваги (кількість правильно закреслених букв).

---



---



---



---

### Методика №2. ВІДШУКУВАННЯ ЧИСЕЛ ЗА ТАБЛИЦЯМИ ШУЛЬТЕ

**Мета:** дослідження темпу сенсомоторних реакцій, якостей розподілу і переключення уваги.

**Необхідний матеріал:** Таблиці Шульте, секундомір, протокол дослідження, олівець.

**Інструкція досліджуваному:** «Перед вами таблиці з числами у довільному порядку. Відшукайте, будь ласка, числа у порядку прямого (оберненого) рахунку. На кожне число вказуйте олівцем і називайте у голос.»

Пред'являються по черзі всі п'ять таблиць, досліджуваний виконує завдання, експериментатор фіксує результати у протоколі (форма проведення - індивідуальна).

#### Стимульний матеріал

14	18	7	24	21
22	1	10	9	6
16	5	8	20	11
23	2	25	3	15
19	13	17	12	4

22	25	7	21	11
6	2	10	3	23
17	12	16	5	18
1	15	20	9	24
19	13	4	14	8

5	14	12	23	2
16	25	7	24	13
11	3	20	4	18
8	10	19	22	1
21	15	9	17	6

9	5	11	23	20
14	25	17	19	13
3	21	7	16	1
18	12	6	24	4
8	15	10	2	22

21	12	7	1	20
6	15	17	3	18
19	4	8	25	13
24	2	22	10	5
9	14	11	23	16

#### Обробка результатів

№	Особливості виконання завдання (рахунку, вербальні та емоційні реакції тощо)	Час (с.)


### Висновок

Темп сенсомоторних реакцій (6-7 р. – 1-1,5 хв.; 8-14 р. – 45 с.-1 хв.; 15-20 р. – 25-54 с.).

---

---

---

---

Особливості розподілу та переключення уваги (в залежності від часу виконання та характеру рахунку).

---

---

---

---

Динаміка нервових процесів (виснажуваність чи стійкість рівня активності уваги в залежності від характеру рахунку).

---

---

---

---

---

### Методика №3. ОБСЯГ УВАГИ

**Мета:** дослідження індивідуальних особливостей обсягу уваги.

**Необхідний матеріал:** тахістоскоп, карточки для нього.

**Інструкція досліджуваному:** «Спробуйте зосереджено дивитися у вікно і чекати, коли з'явиться зображення, після чого записати те, що встиг помітити. Записувати помічене необхідно після кожного пред'явлення».

За відсутності тахістоскопа дослідник на мить показує досліджуваному карточки, після чого процедура повторюється (досліджуваний записує все, що встиг помітити).

#### Обробка результатів.

Результати зафіксуйте у протоколі:

№	Відповіді досліджуваного	Подразник	Обсяг уваги	Точність уваги
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				

За отриманими результатами знаходиться середній показник обсягу уваги за формулою:

$$O = \frac{x_1 + x_2 + \dots + x_n}{n}, \text{ де } O - \text{обсяг уваги; } x - \text{показники обсягу уваги по кожній з серій дослідження.}$$

O=

Динаміка обсягу та точності уваги

## Висновок

Порівняйте власний індивідуальний результат із середніми віковими показниками (для дітей середній показник обсягу уваги становить 2–3 символи, для дорослих – 4 – 7). Проаналізуйте труднощі, що у процесі виконання дослідження.

---

---

---

---

---

---

---

## Стимульний матеріал:

1) К Н Щ Д М Р В Ч С П;	2) З Ф М Ж Б С Л Т П Ш;
3) Ч Г З П Х С Л Р Д В;	4) Т Ц Р Ф Н Д Ш М Б Х;
5) Ф Щ Д П В Л Ж Ч Р Г;	6) Н Ц М Л Д К Х Щ Ф М;
7) Ж Н Г П Т Б С Ф Ш З.	

картки для проведення дослідження варто приготувати завчасно!

## Методика №4. ВИВЧЕННЯ ПЕРЕКЛЮЧЕННЯ УВАГИ

**Мета:** дослідження лабільності, тобто здатності переключати увагу (вміння швидко переходити від розв'язання одних задач на виконання інших, не допускаючи при цьому помилок).

**Інструкція:** „Вам пропонується виконати 40 нескладних завдань, відповіді на які ви будете фіксувати на спеціальному бланку. Час роботи над кожним завданням обмежено декількома секундами. Будьте уважні. Працюйте швидко. Прочитане мною завдання не повторюється. Увага. Починаємо.”

Завдання зачитуються експериментатором. Відповіді досліджуваного фіксуються на окремому бланку.

### Тестовий матеріал (див. стимульний матеріал до методики)

1. (Квадрат 1). Напишіть першу літеру імені Сергій і останню букву першого місяця року (3 сек.)
2. (Квадрат 4). Напишіть слово „ПАР” так, щоб будь-яка одна буква була в трикутнику. (3 сек.)
3. (Квадрат 5). Розділіть чотирикутник двома вертикальними і двома горизонтальними лініями (4 сек.)
4. (Квадрат 6). Проведіть лінію від першого кола до четвертого так, щоб вона проходила під колом №2 і над колом №3 (3 сек.)
5. (Квадрат 7). Поставте плюс в трикутнику, а цифру 1 в тому місці, де трикутник і прямокутник мають спільну площу. (3 сек.)
6. (Квадрат 8). Розділіть третє коло на три, а четверте на дві частини. (4 сек.)
7. (Квадрат 10). Якщо сьогодні не середа, то напишіть передостанню літеру твого імені. (3 сек.)
8. (Квадрат 12). Поставте в перший прямокутник плюс, третій закресліть, а в шостому поставте О. (4 сек.)
9. (Квадрат 13). З'єднайте точки прямою лінією і поставте плюс в меншому трикутнику (4 сек.)
10. (Квадрат 15). Обведіть колом одну приголосну букву і закресліть голосні (4 сек.)
11. (Квадрат 17). Продовжіть бічні сторони трапеції до перетину і позначте точку перетину останньою літерою назви вашого міста. (4 сек.)
12. (Квадрат 18). Якщо в слові „СИНОНІМ” шостий звук голосний, поставте в прямокутнику цифру 1 (3 сек.)
13. (Квадрат 19). Обведіть більше коло і поставте плюс в меншій. (3 сек.)
14. (Квадрат 20). З'єднайте між собою точки 2, 4, 5, пропустивши 1 і 3 (3 сек.)
15. (Квадрат 21). Якщо два багатоцифрові числа не однакові, поставте між ними глочку на лінії. (2 сек.)

16. (Квадрат 22). Розділіть першу лінію на три частини, другу на дві, а обидва кінці третьої з'єднайте з точкою А. ( 4 сек.)
17. (Квадрат 23). З'єднайте кінець першої лінії з верхнім кінцем другої, а верхній кінець другої – з нижнім кінцем четвертої. ( 3 сек.)
18. (Квадрат 24). Закресліть непарні числа і підкресліть парні. ( 5 сек.)
19. (Квадрат 25). Обведіть дві фігури колом і відокремте їх одна від одної вертикальною лінією ( 4 сек.)
20. (Квадрат 26). Під буквою А поставте стрілку, направлену вниз, під буквою В – стрілку, направлену вгору, під буквою С - галочку ( 3 сек.)
21. (Квадрат 27). Якщо слова „ДІМ” і „ДУБ” починаються з однієї букви, поставте між ними мінус (3 сек.)
22. (Квадрат 28). Поставте в крайній зліва клітинці 0, в крайній справа плюс, а в середині проведіть діагональ (3 сек.)
23. (Квадрат 29). Підкресліть знизу галочки, а в першу галочку впишіть букву А. (3 сек.)
24. (Квадрат 30). Якщо в слові „ДАРУНОК” третя буква не И, напишіть суму чисел 3+5 ( 3 сек.)
25. (Квадрат 31). В слові „САЛЮТ” обведіть приголосні, а в слові „ДОЩ” закресліть голосні ( 4 сек.)
26. (Квадрат 32). Якщо число 54 ділиться на 9, опишіть коло навколо чотирикутника. (3 сек.)
27. (Квадрат 33). Проведіть лінію від цифри 1 до цифри 7 так, щоб вона проходила під парними цифрами і над непарними. ( 4 сек.)
28. (Квадрат 34). Закресліть кружки без цифр, кружки з цифрами підкресліть ( 3 сек.)
29. (Квадрат 35). Під приголосними поставте стрілку, направлену вниз, а під голосними – стрілку, направлену вліво. ( 5 сек.)
30. (Квадрат 36). Напишіть слово „МИР” так, щоб перша буква була написана в колі, а друга в прямокутнику ( 3 сек.)
31. (Квадрат 37). Вкажіть стрілками напрям горизонтальних ліній вліво, а вертикальних вгору. (5 сек.)
32. (Квадрат 39 ). Розділіть другу лінію навпіл і з'єднайте обидва кінці першої лінії із серединою другої. (3 сек.)
33. (Квадрат 40). Відокремте вертикальними лініями парні числа від непарних. (5 сек.)
34. (Квадрат 41). Над лінією поставте стрілку, направлену вгору, а під лінією стрілку, направлену вліво ( 2 сек.)
35. (Квадрат 42). Обведіть букву К квадратом, М – кругом, О – трикутником. ( 4 сек.)
36. (Квадрат 43). Суму чисел 5+2 напишіть в прямокутнику, а різницю цих чисел – в ромбі (4 сек.)
37. (Квадрат 44). Закресліть числа, які діляться на 3, і підкресліть всі інші (5 сек.)
38. (Квадрат 45). Поставте галочку лише в коло, а цифру 3- в прямокутник. (3 сек.)
39. (Квадрат 46). Підкресліть букви і обведіть кружечками парні числа. (5 сек.)
40. (Квадрат 47). Поставте непарні числа в квадратні дужки, а парні – в круглі. (5 сек.)

### Обробка результатів:

Проводиться за кількістю помилок. Помилкою вважається і пропущене завдання.

Норми виконання:

0 – 4 помилки – висока лабільність, хороша здатність до навчованості;

5 – 9 помилок – середня лабільність;

10 – 14 помилок – низька лабільність, складність в перенавчанні;

15 і більше помилок – мала успішність в будь-якій діяльності.

### Висновок

---

---

---

---

---

## Аналіз труднощів у виконанні завдання

---

---

---

---

---

---

---

---

## Стимульний матеріал

1	4	5	6	7	8	10
12	13	15	16	17	18	
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	32
33	34	35	36	37	39	40
41	42	43	44	45	46	47

Література:

1. Практикум по общей, экспериментальной и прикладной психологии: учеб. пособие / В. Д. Балин, В. К. Гайда, В. К. Гербачевский и др.; Под общей ред. А. А. Крылова, С. А. Маничева. — СПб.: Питер, 2002. — 560 с.

*Контрольні питання і завдання:*

1. Проаналізуйте структуру (властивості) уваги.
2. Виконайте всі завдання із обов'язкової програми роботи над ПОЗаами.

#### ЛАБОРАТОРНЕ ЗАНЯТТЯ № 35

#### Тема 15. ОСОБЛИВОСТІ ДОСЛІДЖЕННЯ УВАГИ. Розвиток уваги

1. Увага в навчальній діяльності.

---

---

---

---

---

---

---

---

2. Розвиток та виховання уваги.

---

---

---

---

---

---

---

---

#### ПРАКТИЧНА ЧАСТИНА:

##### Розв'язання професійно-орієнтованого завдання.

*Клієнтський запит:* Ви, студент першого курсу, звертаєтеся до психолога за консультацією: «Я отримую освіту психолога і чув, що психолог, перш за все, повинен мати повну інформацію про власну особистість. Як я можу дослідити себе».

*Обов'язкова програма виконання завдання:*

1. Підготуйте матеріали, необхідні для виконання завдання (див. додаток 1, пункт 2.6).
2. Здійсніть збір емпіричних даних (див. додаток 1, пункт 3.1, 3.2).
3. Проведіть дослідження за методиками, проінтерпретуйте результати дослідження та оформіть результати у вигляді самозвіту.

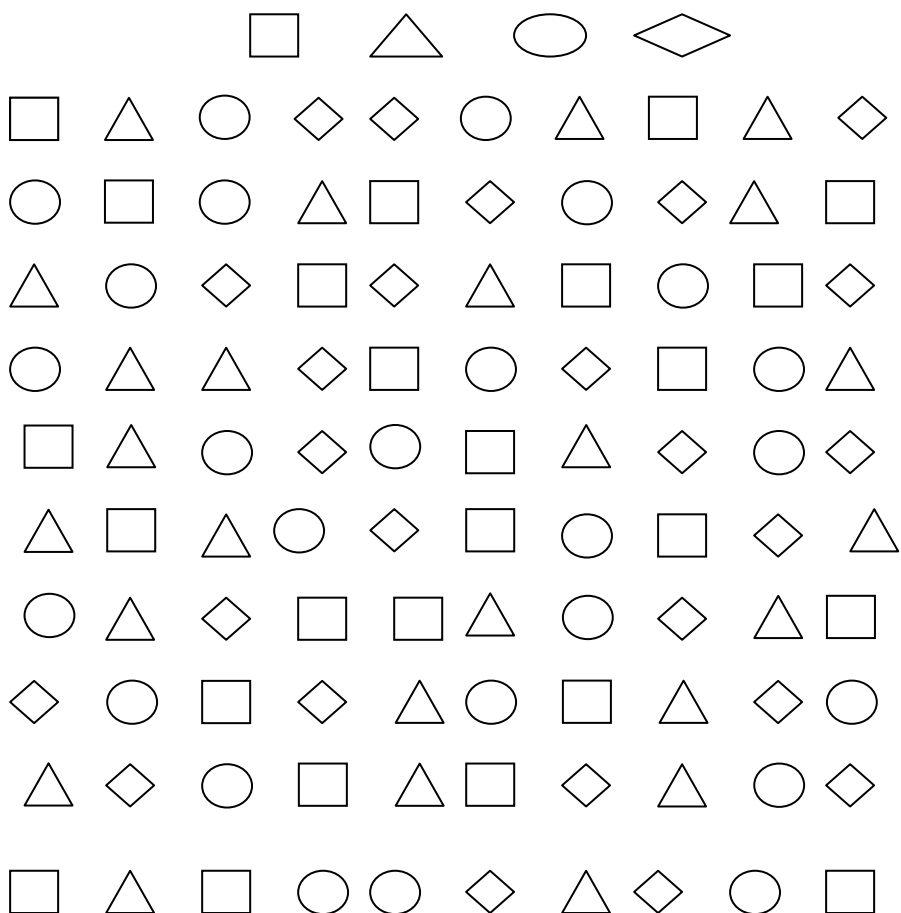
##### Методика 1. ВИВЧЕННЯ ДОВІЛЬНОЇ УВАГИ (П'єрона-Рузера)

**Мета:** дослідження особливостей довільної уваги, об'єму та стійкості уваги; особливостей конструктивного праксису, можливості цілеспрямованого набуття навичок, засвоєння нового способу дій.

**Необхідний матеріал:** спеціальний бланк, олівець, секундомір.

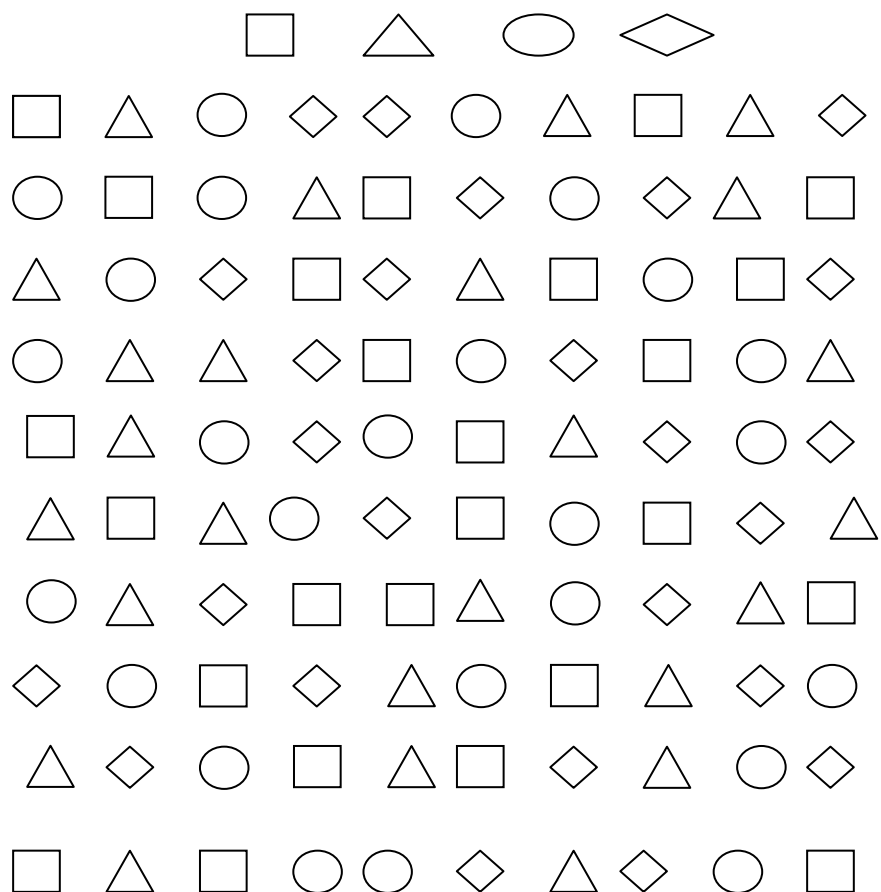
**Інструкція досліджуваному:** «Вам пропонується спеціальний бланк 1, на якому зображені 10 рядів геометричних фігур (по 10 у кожному рядку). У верхніх 4 фігурах позначені різні позначки (рисочка, плюс, крапка, галочка). Продовжіть цю закономірність».

### БЛАНК 1



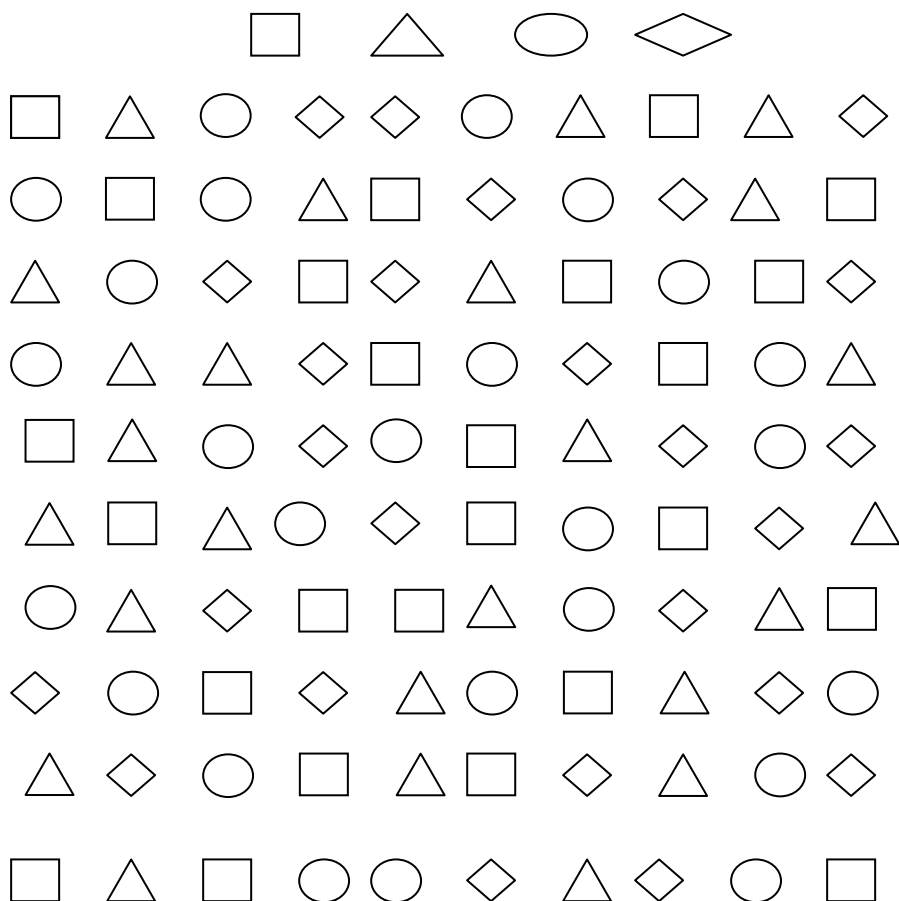
У бланку 2 Вам потрібно ставити ті самі позначки, але в інших фігурах.

### БЛАНК 2



У бланку 3 непарні ряди необхідно заповнювати як у бланку 1, а парні – як у бланку 2.

### БЛАНК 3



### Обробка результатів

При обробці та аналізі результатів необхідно враховувати вікові норми часу, необхідного для заповнення 100 фігур, і кількість можливих помилок, а також характер виконання завдання: чи відволікався досліджуваний, чи потрібне було нагадування про необхідність продовжити роботу тощо, що дозволяє у цілому судити про стійкість уваги обстежуваного.

**Норми виконання бланку методики П'єрона-Рузера для дітей 7-8 років (за Коновою М.П.)**

Час виконання	Кількість помилок	Якість (у %)
1хв 15сек	-	100
1хв 45сек	2	60
1хв 50сек	3	50
2хв 10сек	6	20

Загальний показник *переключення та розподілу уваги* визначається за формулою:

$$S = \frac{0,5N - 2,8n}{120}, \text{ де } S - \text{показник переключення та розподілу уваги, } N - \text{кількість геометричних фігур,}$$

опрацьованих та відмічених відповідним знаком за певний проміжок часу (2хв),  $n$  – кількість помилок, допущених під час виконання завдання (неправильно проставлені позначки або не помічені геометричні фігури).

**S=**

### Оцінка результатів (для дітей дошкільного віку)

Значення показника S	Бали	Рівень розвитку
Більше 1,00	10	Дуже високий
0,75 – 1,00	8-9	Високий
0,50 – 0,75	6-7	Середній



0,23 – 0,50	4-5	Низький
0,00 – 0,25	0-3	Дуже низький

Обробку результатів можна здійснювати шляхом визначення *дефіциту часу* (Д), який є різницею між часом, затраченим на виконання бланку 1 та бланку 2. Крім того, визначається *різниця помилок* (РП), допущених при виконання бланку 3 та бланків 1 і 2 разом. Показник РП можна розглядати як критерій погіршення інтелектуальної працездатності, падіння рівня активної уваги.

$$Д = t_1 + t_2$$

$$РП = 36. - (16. + 26.)$$

**РП=**

У цілому діти з цікавістю виконують це завдання, намагаються показати кращий результат. Діти 5-6 років частіше звертаються при виконання до 4 верхніх фігур, тоді як школярі 9-10 років після першої хвилини роботи намагаються виконувати ці дії по пам'яті.

**Висновок:**

---

---

---

---

---

## Методика №2

**Мета:** вивчення рівня уваги у школярів (3-5 класів). Розроблена П.Я. Гальперінім та С.Л. Кабилицькою

**Інструкція:** „Прочитай цей текст. Перевір його. Якщо знайдеш в ньому помилки (в тому числі і смислові), виправ їх олівцем”.

### Текст

*Старі лебеді схилили перед ним горді шиї. Дорослі ідіти юрбилися на березі. Внизу над ними розстигалась льодяна пустеля. У відпофідь я кивав йому рукою. Сонце дохотило до верхівок дерев і товалося за ними. Я вже заснув, коли хтось покликав мене. На столі лежала карта шого міста. Літак сюди, щоб допомогти людям. Скоро вдалось мені на машині.*

Дослідник фіксує час роботи з текстом, особливості поведінки дитини ( чи впевнено працює, скільки разів перевіряє текст, читає вголос чи мовчки тощо). Текст містить 10 помилок.

**Зафіксуйте особливості роботи зі стимульним матеріалом:** Звертайте увагу на якість пропущених помилок: пропуск слів в реченні, букв в слові, заміна літер, написання слова разом із прийменником та ін.

---

---

---

---

---

### Обробка результатів

Підраховується кількість пропущених помилок (підкресліть виявлений рівень):

0 – 2 – високий рівень уваги; 3 – 4 – середній рівень уваги; більше 5 – низький рівень.

**Висновок:**

---

---

---

---

---

### Методика №3. РАХУНОК ЗА КРЕПЕЛІНОМ

**Мета:** дослідження працездатності, втомлюваності.

**Теоретичне підґрунтя.** Методика рахунку запропонована Крепеліном (1895 р.) для дослідження працездатності, вправлення та втомлюваності. Первинно використовувався у клінічній психології. Для проведення досліду використовують бланк з надрукованими цифрами (у двох екземплярах).

**Інструкція досліджуваному:** «Перед вами бланк із цифрами. Вам потрібно додавати цифри, які записані у стовпчик. Я при цьому буду робити свої примітки».

Кожні 30 сек або кожну 1 хв дослідник робить відмітку в тому місті, де зараз знаходиться досліджуваний.

8 7 3 5 2 9 7 5 2 1 1 6 7 5 4  
1 2 2 9 7 6 9 0 3 4 3 5 4 2 6  
1 1 4 1 6 4 8 9 8 2 4 0 5 3 2  
7 5 2 1 9 5 5 0 2 5 2 2 8 6 3  
5 5 2 2 4 7 2 9 2 6 6 5 4 7 3  
3 0 4 2 2 3 5 0 1 1 9 5 2 8 8  
6 6 0 5 5 2 8 7 3 2 2 7 0 6 2  
6 9 0 5 3 6 1 9 8 2 2 4 4 4 0  
1 9 5 2 2 7 6 4 4 5 9 9 5 0 8  
8 7 2 8 6 3 1 9 0 3 8 2 2 7 9

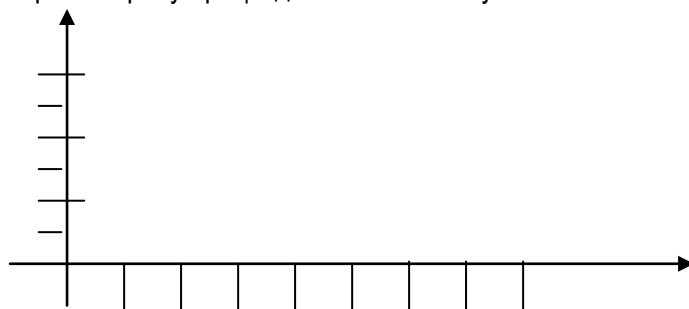
5 1 2 8 8 7 5 7 5 6 8 7 3 5 7  
2 6 8 9 6 4 2 2 1 0 8 6 6 4 5  
2 2 1 9 8 6 7 6 5 5 4 2 8 7 6  
8 6 4 7 2 2 1 9 3 3 8 4 5 2 1  
1 6 7 9 4 4 2 2 8 3 3 7 7 2 6  
6 7 2 3 3 0 9 4 2 9 9 0 6 6 1  
3 5 5 7 8 4 4 2 2 6 7 3 9 8 1  
4 8 7 6 5 4 2 1 3 9 8 7 6 3 6  
5 5 2 2 7 9 8 3 3 1 5 6 6 3 3  
9 8 7 9 8 8 5 6 4 7 2 5 1 3 0

### Обробка результатів

Зафіксуйте особливості роботи зі стимульним матеріалом:

Критерії оцінки \ часові проміжки	1	2	3	4	5
Кількість опрацьованих пар					
Кількість помилок					
Зосередженість					
Коментарі					

Зобразіть криву працездатності на ньому:



### Висновок



## Обробка результатів

Дані заносяться в таблицю:

Пред'явлений кольоровий квадрат	Кольоровий відтінок квадрату при одночасному сприйманні	Образ кольорового квадрату при послідовному сприйманні
Червоний		
Зелений		
Жовтий		
голубий		

Запишіть **висновок**, не забудьте зазначити, що:

1. Одночасний кольоровий контраст виражається у зміні кольорового тону під впливом оточуючого кольору в сторону кольору, додаткового до кольору фону.
2. Послідовні контрасти – результат післядії, припинення дії подразника не викликає миттєвого припинення процесу подразнення в рецептор і збудження в коркових частинах аналізатора.

---

---

---

---

---

---

---

---

## Методика №2 ВИВЧЕННЯ ПОРОГІВ ЧУТЛИВОСТІ

**Мета:** визначення абсолютного порога зорової чутливості.

**Необхідний матеріал:** набір із 30 карток з точками різного розміру (радіусом від 1 до 30 ум. од.)

**Хід виконання:** з відстані 2-3 м досліджуваному показують картки з послідовністю точок. Досліджуваний має дати відповідь: «бачу / не бачу». Картки показують то у спаданні, то у зростанні. Проводимо 6 проб у кожному напрямку.

Зазвичай визначення порога починається із спадаючого ряду стимулів, при цьому чітко визначають значення вихідної величини (наприклад, №15). Для кожного ряду пред'явлених карток визначають межу «бачу / не бачу». Вважають, що поріг, тобто величина стимула, знаходиться посередині міжстимульного інтервалу – між тим стимулом, який ще сприймається, і тим, який уже не сприймається.

Наприклад:

(точок має бути 30, різного діаметру)



Дані заносять у таблицю

№ картки	Рух по спаданню						Рух по зростанню					
	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6
30												
29												
28												
27												
26												
25												
24												
23												
21												
20												
19												

18													
17													
16													
15													
14													
13													
12													
11													
10													
9													
8													
7													
6													
5													
4													
3													
2													
1													
поріг													

### Обробка результатів.

- Визначаємо середнє значення при спаданні ( $X_{\text{ср.}}$ ) та середнє значення при зростанні ( $Y_{\text{ср.}}$ ) для індивідуальних результатів.

$X_{\text{ср.}} =$

$Y_{\text{ср.}} =$

- Визначаємо абсолютний поріг (АП) для індивідуальних даних:

$$АП = (X_{\text{ср.}} + Y_{\text{ср.}}) / 2$$

АП =

- Визначаємо середню величину абсолютного порога по груповим даним

$$АП_{\text{груп}} = АП_1 + АП_2 + \dots + АП_n / n$$

Де  $n$  – кількість досліджуваних у групі

АП<sub>груп</sub> =

### Висновок

Індивідуальні показники зорової чутливості \_\_\_\_\_

---



---



---



---



---

Співвідношення індивідуальних показників із груповими. Про що це свідчить?

---



---



---



---



---

### Література:

- Практикум по общей, экспериментальной и прикладной психологии: учеб. пособие / В. Д. Балин, В. К. Гайда, В. К. Гербачевский и др.; Под общей ред. А. А. Крылова, С. А. Маничева. — СПб.: Питер, 2002. — 560 с.

### Контрольні питання і завдання:

- Опишіть погляди на природу відчуттів.

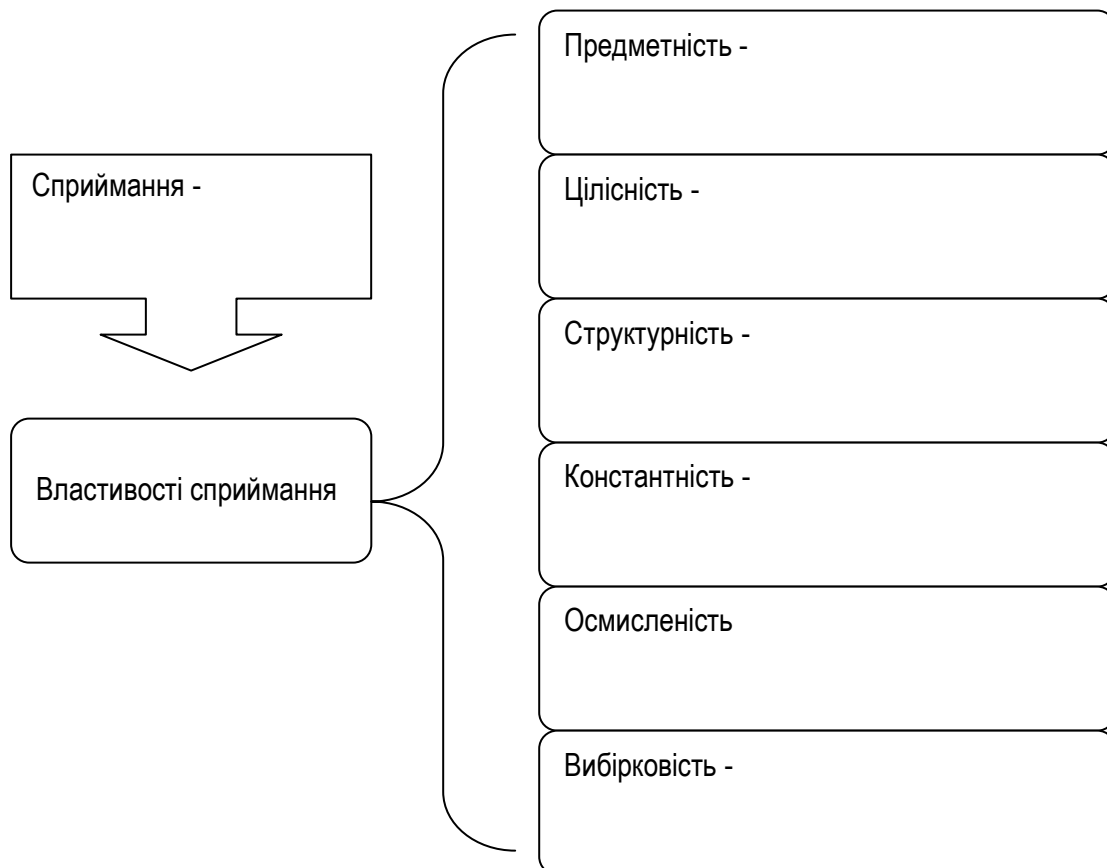
## 2. Проаналізуйте загальні властивості та закономірності відчуттів.

Виконайте всі завдання із обов'язкової програми роботи над ПОЗаами.

### ЛАБОРАТОРНЕ ЗАНЯТТЯ № 37-38

#### Тема 26. МЕТОДИ ДОСЛІДЖЕННЯ СПРИЙМАННЯ

##### 1. Сприймання як результат взаємодії аналізаторів.



##### 2. Класифікація методів дослідження сприймання:

об'єктивні проби	самозвіти

### ПРАКТИЧНА ЧАСТИНА

#### Розв'язання професійно-орієнтованого завдання.

*Клієнтський запит*

Ви, студент першого курсу, звертаєтеся до психолога за консультацією: «я отримую освіту психолога і чув, що психолог, перш за все, повинен мати повну інформацію про власну особистість. Як я можу дослідити себе».

*Обов'язкова програма виконання завдання*

1. Складіть розгорнутий план виконання завдання, зробіть підбір методів та аналіз ресурсів (див. додаток 1, пункт 2.4).
2. Підготуйте матеріали, необхідні для виконання завдання (див. додаток 1, пункт 2.6).
3. Здійсніть збір емпіричних даних (див. додаток 1, пункт 3.1, 3.2). Проведіть дослідження за методикою, проінтерпретуйте результати дослідження та оформіть результати у вигляді самозвіту.

### Методика №1. АДАПТАЦІЯ ДО БОЛЮ ТА ТИСКУ

**Мета:** вивчення адаптації аналізаторів шкіри до болю та тиску.

**Необхідні матеріали:** предмет середньої важкості, загострений предмет тієї ж ваги, секундомір.

#### Хід виконання

Серія 1. Вивчення адаптації до тиску. **Інструкція досліджуваному:** «Заплющте очі і прислухайтеся до власних відчуттів. Дайте мені знати. Коли відчуття зникнуть».

Предмет середньої важкості опускається на шкіру та залишається на ній до тих пір, поки досліджуваний не повідомить про те, що більше не відчуває його (якщо предмет холодний, то слід підкласти папір, щоб уникнути температурних відчуттів). Вимірюємо час від початку виникнення відчуттів до їх зникнення.

Серія 2. Вивчення адаптації до болю. Проводяться відповідно до серії 1, але із загостреним предметом.

**Форми практичної роботи на занятті.** Групи по 2 студентів: дослідник, досліджуваний. Група працює таким чином, щоб кожен зі студентів апробував обидві ролі.

### Фіксація та аналіз результатів

#### Протокол дослідження

Предмет	Ділянка шкіри	Тип чутливості	Час адаптації
1.	долоня	тиск	
1.	долоня	біль	
2.	долоня	тиск	
2.	долоня	біль	

#### Обробка результатів:

1. Обчислюємо індивідуальний час адаптації до тиску та болю.

ІП=

2. Обчислюємо середній час адаптації до болю та тиску по групі.

Предмет	Ділянка шкіри	Тип чутливості	Час адаптації (групові показники)																Середнє значення
1.	долоня	тиск																	
1.	долоня	біль																	
2.	долоня	тиск																	
2.	долоня	біль																	

3. Співвідношення індивідуальних та групових показників.

#### Висновок:

## Методика №2. СПРИЙМАННЯ КОРОТКИХ ЧАСОВИХ ІНТЕРВАЛІВ.

**Мета:** порівняння величини та характеру помилок при сприйманні коротких часових інтервалів.

**Необхідні матеріали:** ряди незаповнених часових інтервалів (всього 20 стимулів: 5 стимулів довжиною 2 с., 5-3 с., 5-4 с., 5-6 с.)

**Інструкція досліджуваному** «Заплющте очі і зосередьтеся на власних відчуттях. Вам потрібно спробувати відчутти час, що мине між двома ударами олівця».

**Форми практичної роботи на занятті.** Групи по 2 студентів: дослідник, досліджуваний. Група працює таким чином, щоб кожен зі студентів апробував обидві ролі.

Протокол дослідження

№	Т1 реальний (с)		Т2 відтворений	Помилка (Т2-Т1)
1	2	3		
2	4	6		
3	3	2		
4	3	4		
5	6	4		
6	2	6		
7	6	2		
8	3	2		
9	6	4		
10	2	3		
11	4	3		
12	4	6		
13	3	2		
14	2	6		
15	4	3		
16	6	4		

### Обробка результатів:

- Оцініть помилку сприймання (переоцінку чи недооцінку) з точністю до 0,5 с.
- Обчисліть індивідуальну середню помилку для кожного інтервалу окремо.

Середня помилка «2»	Середня помилка «3»	Середня помилка «4»	Середня помилка «6»

- Обчисліть середню помилку по групі для кожного інтервалу окремо.

### Протокол фіксації групових результатів

№	ПІБ	Середня помилка «2»	Середня помилка «3»	Середня помилка «4»	Середня помилка «6»
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					



11					
12					
13					
14					
15					
16					
<b>Середнє</b>					

### Висновок

Здійсніть порівняльний аналіз характеру та величини індивідуальних помилок для різних часових інтервалів

---

---

---

---

---

---

---

---

Співвідношення із груповими показниками

---

---

---

---

---

---

---

---

### Методика №3 ВПЛИВ ДІЯЛЬНОСТІ НА ТОЧНІСТЬ СПРИЙМАННЯ ЧАСУ

**Мета:** вивчення точності сприймання часу в умовах різної діяльності.

**Необхідні матеріали:** секундомір, папір, олівець, задачі з арифметики, вірші, бланки із реченнями, які не узгоджуються.

**Форми практичної роботи на занятті.** Групи по 2 студентів: дослідник, досліджуваний. Група працює таким чином, щоб кожен зі студентів апробував обидві ролі.

Експериментатор дає 4 завдання (серія А) досліджуваному. При цьому заміряє час виконання завдань та відмічає час, який назвав досліджуваний (відрізок часу, який сприймається).

Після цього досліджуваний та експериментатор міняються ролями.

**Інструкція для досліджуваного:** «Спробуйте розв'язати запропоновані завдання та визначте час за який, як Ви думаєте, Ви впорались з кожним завданням»

Завдання 1. Малювання (час вимірюємо від початку малювання)

Серія А. Досліджуваному пропонується на листку у клітинку намалювати квадрат 8 на 8 і розмалювати його у шаховому порядку.

Серія Б. Досліджуваному пропонується на листку у клітинку намалювати квадрат 10 на 10 та пронумерувати всі клітинки квадрата від 1 до 100.

Завдання 2. Заучування віршів (час вимірюємо від моменту пред'явлення надрукованого вірша).

Серія А.

Листопад

Як листопад в Житомир увійде,  
Романтик-вітер розцілує кожен метр,  
Ти знов, за звичкою вдягаєш теплий светр,  
Питаєш в тиші: як вона і де?

Ти вдумаєшся в образ, милий стан,  
І хочеш встигнути за мрією у вічність,

Готовий завжди дарувати ніжність,  
Шукати долю їдеш по містах  
Катерина Марчук

Серія Б.

Баста!

Здала в хімчистку свій вчорашній день,  
Змела в куток зім'яті горе-плани,  
Зібрала забаганок десять жмень –  
Жбурнула їх в коробку з-під обману.

Журитись БАСТА, в мене є квиток,  
Чекає потяг yesterday – майбутнє,  
Ппульсує і лоскоче в пальцях струм –  
Та головне – щоб вітер був попутнім.  
Катерина Марчук

Завдання 3. Скласти речення із наборів слів та записати їх у зошит.

Серія А. активне, світу, сприймання –, довколишнього, в його, відтворення, і стійких, істотних, рисах

Серія Б. відображення, і функціонує, сприймання –, дійсності, психічне, предметів, в процесі життя, і явищ довколишньої що, виникає

Завдання 4. Задачі з арифметики.

Серія А. Обчисліть:  $43 \times 23 - 379$ ;  $753 - 87 \times 3$ .

Серія Б. Обчисліть:  $8 \times 109 - 618$ ;  $(442 - 294) \times 4$ .

#### Протокол дослідження

Завдання	T1 (реальний час)	T2 (час, що сприймається)	Помилка (T2-T1)
1.Малювання			
2.Заучування			
3.Речення			
4.Задачі			

#### Обробка результатів:

1. Визначте тип завдань, у яких Ви переоцінюєте та недооцінюють часові інтервали. З чим це пов'язано

---

---

---

---

---

---

---

2. Побудуйте гістограми, де на осі X розташуйте групи завдань, а на осі Y – частоту переоцінки чи недооцінки.

3. Визначити: а) яка діяльність оцінюється найменш та найбільш точно; б) для яких видів діяльності характерна переоцінка, а для яких – недооцінка часу.

---

---

---

---

---

---

### **Висновок**

---

---

---

---

---

---

### **Література:**

1. Практикум по общей, экспериментальной и прикладной психологии: учеб. пособие/В. Д. Балин, В. К. Гайда, В. К. Гербачевский и др.; Под общей ред. А. А. Крылова, С. А. Маничева. — СПб.: Питер, 2002. — 560 с.

### *Контрольні питання і завдання:*

1. Опишіть основи дослідження сприймання у психології.
2. Дайте характеристику особливостям сприймання: сприймання як дія; спостереження і спостережливість.
3. Виконайте всі завдання із обов'язкової програми роботи над ПОЗами.

## ЗАВДАННЯ ДО ПІДСУМКОВОЇ МОДУЛЬНОЇ РОБОТИ 7

Умовою допуску до ПМР є зарахування звітів за результатами лабораторних занять.

**I. Тестове завдання** (4 завдання, за правильне виконання завдання – 5 балів). Максимальна кількість балів – 20.

*Системна якість, що набувається індивідом у предметній діяльності та спілкуванні, і характеризує його з боку включеності у суспільні стосунки:*

а) індивід; б) особистість; в) самосвідомість; г) індивідуальність.

**II. Теоретичне питання** (оцінюються від 0 до 30 балів).

Максимальна кількість балів – 30.

1. Загальна характеристика уваги.
2. Методи дослідження стійкості та концентрації уваги.
3. Методи дослідження обсягу, розподілу та переключення уваги.
- 4.
5. Структура (властивості) уваги.
6. Вимоги до дослідження стійкості та концентрації уваги.
7. Принципи організації дослідження переключення та розподілу уваги.
8. Властивості уваги і успішність діяльності.
9. Увага в навчальній діяльності.
10. Розвиток та виховання уваги.
11. Підходи до дослідження перцептивної діяльності.
12. Вимоги до дослідження відчуттів та сприймання.
13. Класифікація методів дослідження пам'яті.
14. Вимоги до дослідження безпосереднього та опосередкованого запам'ятання.
15. Загальні властивості і закономірності відчуттів: якість, інтенсивність, тривалість відчуттів; пороги відчуттів; явище адаптації, явище синестезії і сенсibiliзації; компенсаторні можливості відчуттів.
16. Класифікація та види сприймання. Індивідуальні особливості сприймань.

## Модуль 7. ВИВЧЕННЯ ПАМ'ЯТІ. ВИДИ ПАМ'ЯТІ. БЕЗПОСЕРЕДНЕ ТА ОПОСЕРЕДКОВАНЕ ЗАПАМ'ЯТОВУВАННЯ.

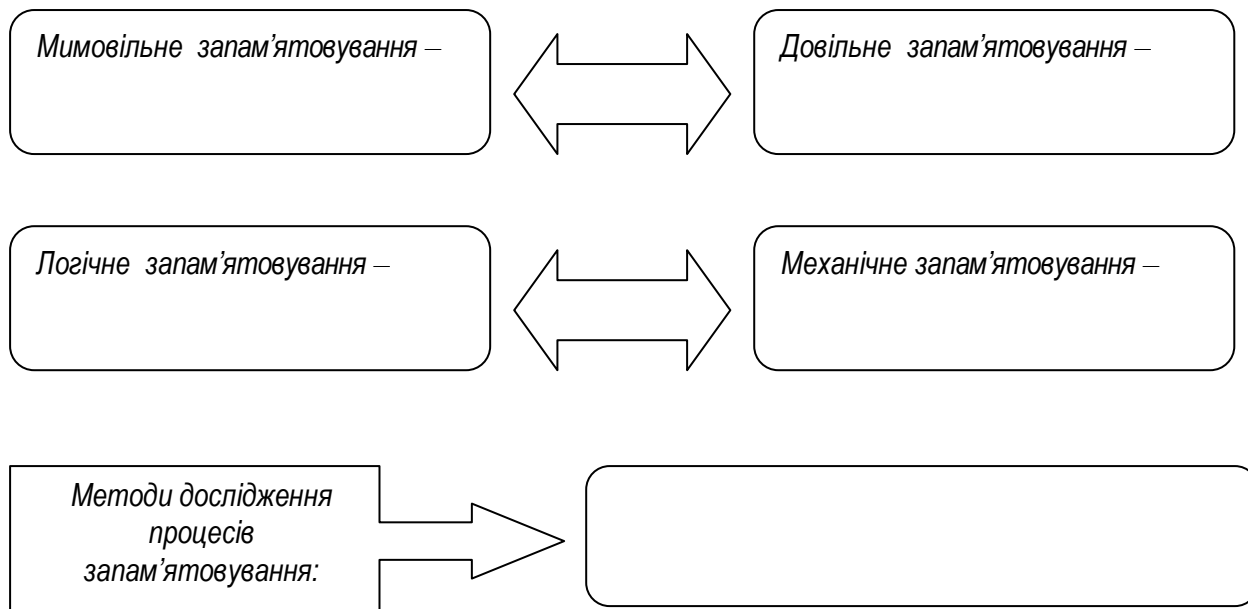
### ЛАБОРАТОРНІ ЗАНЯТТЯ

ЛАБОРАТОРНЕ ЗАНЯТТЯ № 39-40

#### Тема 18. ВИВЧЕННЯ ПРОЦЕСІВ ЗАПАМ'ЯТОВУВАННЯ

План:

1. Види запам'ятовування.



### ПРАКТИЧНА ЧАСТИНА:

**Клієнтський запит** (л.з.№1)

**Обов'язкова програма при виконанні завдання**

1. Зробіть категоріально-термінологічне довшачення проблеми, з якою звернулися до психолога (додаток 1, пункт 1.1).
2. Сформулюйте реалістичні очікування у людини, яка звернулася за допомогою та визначення напрямків практичної роботи психолога (додаток 1, пункт 1.2.).
3. Проаналізуйте власний досвід виконання подібних завдань при вивченні навчальних дисциплін та проходженні практик
4. Здійсніть збір емпіричних даних та проінтерпретуйте результати дослідження (додаток 1, пункт 3.1, 3.2).
5. Здійніть самоаналіз виконання Вами ПОЗ (додаток п.5)

#### Методика №1. ВИВЧЕННЯ МЕХАНІЧНОГО ТА СМИСЛОВОГО ЗАПАМ'ЯТАННЯ

**Мета:** дослідження механічної та логічної пам'яті методом запам'ятовування двох рядів слів.

**Необхідний матеріал:** два ряди слів. В першому ряді між словами існують логічні зв'язки, в другому - ні.

**Інструкція досліднику:** Спочатку зачитуються 15 пар слів першого ряду (інтервал між парою - 5 секунд). Після 10-ти секундної перерви читаються ліві слова ряду (інтервал - 10 секунд), а досліджуваний записує слова правої половини ряду, які запам'ятав. Аналогічна робота проводиться зі словами другого ряду.

**Інструкція досліджуваному:** «Спробуйте запам'ятати пари слів, які я буду зачитувати.»  
«Тепер я називатиму одне слово з пари, а Ви постарайтесь пригадати та записати інше.»

**Протокол дослідження**

Перший ряд	Другий ряд


Обробка результатів.

**Заповніть таблицю:**

	<b>смислове запам'ятання</b>	<b>механічне запам'ятання</b>
К-ть слів ряду (а)	15	15
К-ть слів, що запам'яталися (в)		
Коефіцієнт запам'ятання ( $c = v/a \times 100\%$ )		

**Висновок:**

Яке запам'ятовування більш ефективне, смислове чи механічне? Чому?

---



---



---



---



---

Стимульний матеріал до методики №1

<b>Перший ряд</b>		<b>Другий ряд</b>	
Лист - зелений	Вікно - двері	Яблуко - небо	Лист - стега
Ніж - різати	Сокира - рубати	Гребінь - земля	Залізо - перо
Курка - яйце	Камін - тепло	Компас - вилка	Фарба - корінь
Сонце - місяць	Пошта - лист	Дзвіночок - стріла	Пилка - жук
Теорія - практика	Дим - пожежа	Буква - туман	Поле - віра
Блискавка - грім	Каса - гроші	Лійка - трамвай	Ластівка - кисіль
Товстий - тонкий	Риба - вода	Тертка - шляпа	Аудиторія - цукор
Книга - читати		Папір - кістка	

## Методика №2. ДОСЛІДЖЕННЯ ОСЯГУ ТА ТОЧНОСТІ ЗАПАМ'ЯТАННЯ

**Мета дослідження:** дослідження обсягу та точності пам'яті.

**Необхідний матеріал:** основний набір карток-малюнків (12 шт) та додатковий набір (24-30 карток).

**Інструкція досліджуваному:** «Вам будуть продемонстровані малюнки. Спробуйте їх запам'ятати.... Знайдіть запам'ятовані картки серед усіх малюнків і

**До уваги дослідника:** картки основного набору демонструються по чергово з інтервалом 2-3 с. Потім ці картки змішуються з рештою карток

*складіть у тій послідовності, в якій Вам їх демонстрували»*

### **Форми практичної роботи на занятті.**

Групи по 2 студентів: дослідник, респондент. У кожного свій набір карток

#### **Обробка результатів**

1. Визначаємо **обсяг пам'яті**:

$Q_n = \frac{n - m}{N}$ , де  $n$  - кількість правильно знайдених карток,  $m$  - кількість невірно знайдених карток,

$N$  - кількість карток, які необхідно знайти.

$$Q_n = \frac{n - m}{N} =$$

2. Визначаємо **точність пам'яті**

$K_n = \frac{n - m}{N}$ , де  $n$  - кількість правильно розташованих карток,  $m$  - кількість невірно розташованих карток,

$N$  - кількість карток.

$$K_n = \frac{n - m}{N} =$$

#### **Висновок:**

Зазначте рівень обсягу пам'яті, а також рівень точності пам'яті:

---



---



---



---

### **Методика №3. ДОСЛІДЖЕННЯ МИМОВІЛЬНОГО ЗАПАМ'ЯТОВУВАННЯ ТА УМОВ ЙОГО ПРОДУКТИВНОСТІ (за методом П.І.Зінченка)**

**Мета:** вивчення ролі діяльності при мимовільному запам'ятовуванні по методу П.І.Зінченка.

**Необхідний матеріал:** листівки з малюнками.

Досліджувані діляться на дві групи.

**Інструкція I групи:** «Розкладіть малюнки за спільною ознакою (меблі, квіти тощо)».

**Інструкція II групи:** «Розкладіть малюнки за номерами в порядку зростання».

Після виконання картки збираються, перевіряється правильність виконання.

**Інструкція I групи:** «Запишіть, які малюнки бачили.... Запишіть, які цифри бачили».

**Інструкція II групи:** «Запишіть, які цифри бачили.... Запишіть, які малюнки бачили».

#### **Обробка результатів**

Предмети:	Числа:

1. Визначити особливості власного мимовільного і довільного запам'ятання.

---



---



---





**Інструкція досліджуваному:** "Я назву Вам кілька цифр. Слухайте уважно і намагайтеся запам'ятати їх як-найбільше. Після закінчення диктування за моєю командою "Пишіть!" запишіть те, що запам'ятали, з тією послідовністю, з якою вони пред'являлися. Увага! Починаємо!"

**Форма практичної роботи на занятті** – групова (6-8 досліджуваних)

Елементи рядів пред'являються з інтервалом 1 с. Після прочитування кожного ряду через 2 - 3 сек. за командою "Пишіть!" досліджувані на аркуші паперу відтворюють елементи ряду з тією послідовністю, з якою вони пред'являлись експериментатором. У кожній серії, незалежно від результату, зачитуються всі сім рядів. Інструкція для всіх серій експерименту однакова. Інтервал між серіями становить 6 - 7 хв.

#### Протокол дослідження

Перша серія	Друга серія
Третя серія	Четверта серія

#### Обробка результатів

У процесі обробки результатів дослідження треба встановити:

- ряди, відтворені повністю і з тією послідовністю, з якою вони показувалися дослідником. Для зручності їх позначають знаком (+). Кількість правильно відтворених рядів \_\_\_\_\_
- найбільшу довжину ряду, який досліджуваний в усіх серіях відтворив правильно \_\_\_\_\_
- кількість правильно відтворених рядів, більших за той, який відтворено досліджуваним в усіх серіях \_\_\_\_\_
- коефіцієнт обсягу пам'яті

$P_k = A + \frac{c}{n}$ . де  $P_k$  - обсяг короткочасної пам'яті,  $A$  - найбільша довжина ряду, правильно відтвореного досліджуваним в усіх серіях,  $c$  - кількість правильно відтворених рядів, більших за  $A$ .  
 $n$  - число серій досліджу (в даному дослідженні 4).

$$P_k = A + \frac{c}{n}$$

#### Аналіз результатів дослідження

Аналізуючи результати дослідження, потрібно звернути увагу на крайні варіанти отриманих рівнів запам'ятовування. Запам'ятовування, яке дорівнює 10, як правило, є наслідком використання досліджуваним логічних засобів або спеціальних прийомів мнемотехніки. В окремих випадках таке запам'ятовування є феноменальним.

Якщо отримано дуже низький рівень запам'ятовування, то дослідження потрібно повторити через кілька днів. У здорової людини показник пам'яті 3 - 4 зумовлюється неприйняттям інструкції.

Низький і середній рівні короткочасного запам'ятовування може бути піднято завдяки систематичним тренуванням пам'яті за спеціальними програмами мнемотехніки.

Коефіцієнт обсягу	Рівень короткочасного запам'ятовування
10	дуже високий
8 - 9	високий
7	середній
6 - 5	низький
3 - 4	дуже низький

## Висновок:

### Стимульний матеріал

<b>Перший набір</b> 5 2 4 1 9 6 0 2 3 2 5 4 0 6 1 7 8 4 2 3 8 9 3 4 6 8 2 5 3 8 5 9 8 3 7 4 6 2 3 6 7 2 3 8 4 5 2 0 7	<b>Другий набір</b> 7 5 4 3 2 3 5 8 6 6 7 5 1 3 0 9 5 6 2 7 5 1 6 9 3 0 7 1 7 2 5 7 8 6 1 1 7 3 0 6 8 6 1 8 2 1 4 8 8
<b>Третій набір</b> 1 3 7 2 6 4 8 0 5 7 2 5 3 1 8 0 7 5 9 4 3 8 5 2 1 8 6 3 5 5 1 3 2 6 9 7 8 4 3 3 8 4 4 5 2 8 7 1 6	<b>Четвертий набір</b> 7 1 0 6 8 9 9 3 4 8 5 6 0 8 6 5 2 0 1 5 7 0 8 2 7 4 4 5 2 5 7 1 5 8 4 3 4 1 3 1 5 2 4 8 3 6 8 9 7

### Література

1. Практикум по общей и прикладной психологии: Учеб. пособие/ Под.ред. А.А. Крылова, С.А. Маничева. – СПб.: Питер, 2002. – 560 с.

#### Контрольні питання і завдання:

1. Опишіть основи дослідження процесів запам'ятовування.
2. Проаналізуйте дослідження ролі діяльності при мимовільному запам'ятовуванні за І.П. Зінченком.
3. Виконайте всі завдання із обов'язкової програми роботи над ПОЗаами.

### ЛАБОРАТОРНЕ ЗАНЯТТЯ № 41-43

#### Тема 18. ВИВЧЕННЯ ПРОЦЕСІВ ЗАПАМ'ЯТОВУВАННЯ.

#### Вивчення безпосереднього на опосередкованого запам'ятання

##### План:

В И Д И  П А М' Я Т І	За роллю аналізатора:
	За матеріалом діяльності:
	За тривалістю:
	За формою психічної активності:



Дані дослідження заносять в таблицю.

I серія			II серія		
к-сть слів для запам'ятовування	к-сть відтворених слів	коефіцієнт обсягу пам'яті	к-сть слів для запам'ятовування	к-сть відтворених слів	коефіцієнт обсягу пам'яті
N <sub>1</sub>	n <sub>1</sub>	Q <sub>1</sub>	N <sub>2</sub>	n <sub>2</sub>	Q <sub>2</sub>

### Обробка результатів

Визначаємо обсяг пам'яті

$Q = \frac{n}{N}$ , де Q - коефіцієнт обсягу пам'яті, n - кількість відтворених слів, N - кількість слів для запам'ятання.

$$Q_1 = \frac{n}{N} =$$

$$Q_2 = \frac{n}{N} =$$

**Інтерпретація результатів:**

**I критерій. Адекватність.**

Наскільки піктограма відповідає запропонованому поняттю. Іноді достатньо тільки малюнка, але в деяких випадках експерт потребує пояснень досліджуваного. Якщо зв'язок між словом і зображенням обґрунтований, то дослідник ставить «+». Норма характеризується високим показником адекватності (70% і більше).

---



---



---

**II критерій.** Відновлення поняття через певний період часу (експерт перевіряє можливість досліджуваного відновити у пам'яті поняття через 15-20 хв.)

За цим критерієм можна визначити роль пам'яті у процесі мислення. У нормі показник досить високий – 80% і більше.

---



---



---

**III критерій. Конкретність – абстрактність.**

Якщо піктограма зображує конкретний предмет, людину, дію, то ми оцінюємо малюнок у 1 бал. Якщо зображення носить абстрактний характер (знак оклику, символи, і т.п.) – оцінка становить 3 бали. Якщо ж зображення носить змішаний характер і його важко віднести до крайніх показників, то нараховуємо 2 бали. Далі бали сумуються і визначається середній бал. У нормі він становить 2 бали.

---



---



---

**IV критерій. Стандартність – оригінальність.**

Повторення малюнків у кількох досліджуваних говорить про їх стандартність (1 бал). Унікальні піктограми отримують 3 бали, а проміжні варіанти відповідно 2 бали. Бали за критерієм сумуються і визначається середній бал. У нормі він становить 2 бали.

## Висновок:

Зіставте результати обох серій за кількісними показниками, а також за словесним звітом досліджуваних.

Встановіть відмінності при безпосередньому і опосередкованому запам'ятовуванні.

Простежте характер зв'язку змісту малюнків із запам'ятовуванням матеріалом. Досліджувані з абстрактним мисленням малювали символи: лінії, крапки, математичні знаки. Тим, хто малював конкретні речі (квіти, дерева тощо), характерне образне мислення.

## Методика №2. ДОСЛІДЖЕННЯ ОПОСЕРЕДКОВАНОГО ЗАПАМ'ЯТУВАННЯ (за О.М. Леонтьєвим)

**Мета:** дослідити продуктивність опосередкованого запам'ятовування.

**Необхідний матеріал:** набір карток та слів. Перед досліджуванням розкладаються всі 30 карток серії у будь-якому порядку, але так, щоб він їх всі добре бачив та дають інструкцію.

**Інструкція досліджуваному:** «Вам потрібно буде запам'ятати ряд слів. Для того щоб краще їх запам'ятати, потрібно кожного разу, коли я називатиму слово, вибрати одну із карток, яка б допомогла це зробити.

Ось, наприклад, перше слово, яке потрібно запам'ятати – дощ. На жодній картці дощ не намальований, проте можна вибрати картку, яка б допомогла запам'ятати це слово.»

Коли досліджуваний вибрав картку, її відкладають на бік і запитують: «Як ця картка нагадує Вам про дощ?». Якщо досліджуваний приступає до роботи без бажання, то можна це запитання задати починаючи із 3-4 слова. Всі відібрані картки відкладають на бік. По закінченню експерименту, досліджуваному показують картки у будь-якому порядку, а досліджуваний має відтворити слова та як (за якою ознакою) він поєднав цю картку та слово.

### ПРОТОКОЛ ДОСЛІДЖЕННЯ (І СЕРІЯ)

Слова	Обрана картка	Пояснення зв'язку для запам'ятовування	Результати відтворення	Пояснення зв'язку

**Слова для запам'ятовування в I серії:** світло, обід, молоток, одяг, поле, гра, птах, кінь, урок, ніч, миша, молоко, стілець, дорога.

**Слова для запам'ятовування в II серії:** дощ, збори, пожежа, день, бійка, загін, театр, помилка, сила, зустріч, відповідь, горе, свято, сусід, праця.

[illegible]

Кількість помилкових відтворень:

182

зв'язок був. Наскільки швидко та легко це вдається досліджуваному, та як це допомагає при відтворенні і має враховувати експериментатор.

Порівняйте пояснення зв'язку для запам'ятовування, які використовував досліджуваний під час експерименту та відтворення

### **Висновок** (особливості опосередкованого запам'ятання та домінуючий тип зв'язків)

### **Методика № 3. ВИВЧЕННЯ ДОМІНУЮЧОГО ВИДУ ПАМ'ЯТІ**

**Мета:** виявлення переважаючого виду пам'яті.

**Необхідні матеріали:** чотири набори слів, які виражають конкретні поняття, один з наборів, виконаний на окремих картках, чотири невеликих аркуші паперу для записів, ручка, секундомір.

**Хід виконання роботи:**

<b>Серія №1 (слухове сприймання)</b>	
<b>Інструкція досліджуваному:</b> "Я буду читати Вам слова. Слухайте їх уважно і запам'ятовуйте. Після паузи, коли я скажу: "Пишіть!", на аркуші паперу запишете ті слова, які ви запам'ятали. Якщо все зрозуміло, приготуйтеся слухати і запам'ятовувати." Після паузи на десять секунд подається команда: "Пишіть!" Експериментатор виразно з інтервалом 3 секунди читає слова для запам'ятовування.	Слова для запам'ятовування в першій серії:  машина, яблуко, олівець, весна, лампа, ліс, дощ, квітка, каструля, горобець.
<b>Серія №2 (зорове сприймання)</b>	
Через 5 хвилин після закінчення першої. <b>Інструкція досліджуваному:</b> "Я буду показувати Вам картки з написаними на них словами. Уважно читайте і запам'ятовуйте їх. За сигналом "Пишіть!" на аркуші паперу запишете те, що запам'ятали. Якщо все зрозуміло, приготуйтеся читати і запам'ятовувати." Після прочитування слів і паузи на десять секунд подається команда: "Пишіть!" У цій серії експериментатор послідовно показує слова, написані на окремих картках. Показування кожного слова має відповідати тривалості читання слова в першій серії, інтервал між словами такий самий, тобто 3 секунди.	Слова для запам'ятовування в другій серії (всі слова на окремих картках):  літак, груша, ручка, зима, свічка, поле, горіх, сковорідка, качка, блискавка
<b>Серія №3 (моторно-слухове сприймання)</b>	
Проводиться після 5-хвилинної перерви. <b>Інструкція досліджуваному:</b> "Я буду читати Вам слова. Слухайте їх уважно і "записуйте" в повітрі ручкою. За сигналом "Пишіть!" на аркуші паперу запишіть те, що запам'ятали. Якщо все зрозуміло, приготуйтеся слухати, "писати" слова і запам'ятовувати." Пауза перед сигналом "Пишіть!" у третій серії триває 10 сек.	Слова для запам'ятовування в третій серії:  корабель, слива, лінійка, літо, ліхтар, річка, грім, ягода, тарілка, гусак.
<b>Серія №4 (комбінований тип сприймання: зорове, слухове, моторне)</b>	
Після 10-хвилинної перерви. <b>Інструкція досліджуваному:</b> "Я буду читати Вам слова, а Ви їх записуйте на аркуші й запам'ятовуйте. Після того, як я прочитаю останнє слово, аркуші переверніть і за сигналом Пишіть!" запишіть	Слова для запам'ятовування в четвертій серії:

1. Показником обсягу пам'яті в цих серіях є кількість правильно відтворених слів.

Кількість правильно відтворених слів	ТИП ПАМ'ЯТІ			
	Слуховий	Зоровий	Моторно-слуховий	Комбінований

Нормальним обсягом безпосередньої пам'яті слід вважати запам'ятовування 5 - 9 слів. Якщо в якій-небудь серії той, кого досліджували, запам'ятав 10 слів, він використав якусь систему засобів, про яку бажано дізнатися із самозвіту та зі спостережень.

### Висновок:

[illegible]

1. Практикум по общей и прикладной психологии: Учеб. пособие/ Под.ред. А.А. Крылова, С.А. Маничева. – СПб.: Питер, 2002. – 560 с.
2. Рубинштейн С.Я. Экспериментальные методики патопсихологии и опыт применения их в клинике. (Практическое руководство). – М.: Апрель-Пресс, Психотерапия, 2007. – С.157-161.

1. Опишіть методики дослідження смислової та механічної пам'яті.
2. Проаналізуйте методики вивчення безпосереднього та опосередкованого запам'ятовування.
3. Виконайте всі завдання із обов'язкової програми роботи над ПОЗами.



## Тема на самостійне опрацювання № 8

### Тема. Вивчення властивостей пам'яті: точності пам'яті, швидкості утворення та характеру асоціацій

1. Властивості пам'яті: запам'ятовування, збереження, відтворення і забування.

---

---

---

---

---

---

---

---

2. Прийоми запам'ятання.

---

---

---

---

---

---

---

---

## ПРАКТИЧНА ЧАСТИНА

### Методика №1 ДОСЛІДЖЕННЯ ЯКІСНИХ ЗМІН МАТЕРІАЛУ В ПРОЦЕСІ ЙОГО ЗБЕРЕЖЕННЯ В ПАМ'ЯТІ (за В.П.Зинченко)

**Мета дослідження:** виявити зміни, реконструкції матеріалу в процесі збереження, точність його відтворення

**Необхідний матеріал:** картина

#### Хід виконання роботи

Дослідження носить груповий характер (група ділиться на дві підгрупи приблизно по 10 студентів у кожній). Всі досліджувані, крім одного виходять з аудиторії. Досліджуваному, що залишився пропонують роздивитись картину. Продовжуючи роздивлятися картину, він описує її у всіх деталях другому досліджуваному, який для цього запрошується в аудиторію, але не бачить зображення.

До аудиторії запрошується третій досліджуваний, і другий, все ще не бачачи зображення, пропонує йому свій варіант опису. Таким чином, послідовний опис передається від одного досліджуваного до іншого. Перший раз безпосередньо під час спостереження, інші – без нього.

**Інструкція досліджуваному:** «Перед Вами картина, зміст якої Ви маєте передати наступному досліджуваному»

**Інструкція наступним досліджуваним:** «Вам розкажуть зміст картини, але бачити її Ви не будете. Ваше завдання – запам'ятати і розповісти її зміст наступному досліджуваному»

#### Обробка результатів:

Аналізується процес відтворення, забування, реконструкції опису за схемою:

Відтворення центральних, домінуючих фігур

---

---

---

---

Відтворення несуттєвих деталей, їх кількість

Відтворення розмірів, кольорів предметів

Відтворення положення предметів відносно один одного

Пропуск другорядних деталей

Пропуск основних деталей

**Висновок:**

У висновку вказати особливості запам'ятання, точність відтворення, характер забування

## Методика №2

**Мета:** дослідження швидкості утворення та характеру асоціацій.

Професійна спрямованість: актуалізація здатності студентів рефлексувати власні уміння та навички в ситуації експериментальної взаємодії з досліджуванним

**Необхідний матеріал:** секундомір, картки з записаними словами – подразниками.

### Хід виконання роботи.

Досліджувані групуються по троє: експериментатор, протоколіст, досліджуваний.

Дослідження включає два етапи.

**I етап.** Експериментатор зачитує слова, підготовлені заздалегідь. Досліджуваний відповідає будь-яким словом. Протоколіст фіксує час реакції і слово-відповідь.

**II етап.** Експериментатор зачитує слово, а досліджуваний відповідає словом, яке перебуває у певному відношенні зі словом-подразником. Наприклад, словом протилежного змісту, або таким, що становить причину або наслідок того явища, яке означає слово-подразник. Протоколіст фіксує час реакції.

Результати заносяться в таблицю.

### I етап

№ п/п	Слово-подразник	Асоціація (слово-відповідь)	Час реакції	Вид асоціацій
1.				
2.				

3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				
9.				
10.				

## II етап

№ п/п	Слово-подразник	Асоціація (слово-відповідь)	Час реакції	Вид асоціацій
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				
9.				
10.				

### Висновок:

1. Вкажіть особливості швидкості та характеру асоціацій.

---

---

---

---

2. Проаналізуйте власні провідні прийоми запам'ятання матеріалу до практичних занять, термінів, іноземних слів, особисто важливої інформації.

---

---

---

---

3. Проаналізуйте можливості застосування асоціювання у власній діяльності.

---

---

---

---

### Література

1. Т.П. Зинченко Пам'ять в експериментальной и когнитивной психологии. – СПб: Питер, 2002
2. Лабораторні заняття із загальної психології. Інструктивно-методичні матеріали для студентів I курсу. Укладачі: О.О.Музика, Г.П. Гніда, Н.Ф. Портницька, В.В. Горбунова. – Ж., 2003.
3. Пашукова Т.І., Допіра А.І., Дьяконов Г.В. Практикум із загальної психології/ За ред. Т.І.Пашукової. – К.: Тов-во „Знання”, КОО, 2000. – 204 с.
4. Смирнов А.Г. Практикум по общей психологии. – М., 2001.
5. Психологический практикум «Память»: Учеб.-метод. пособие / Сост. Л.И. Дементий, Н.В. Лейффрид; Под общ. ред. Л.И. Дементий. – Омск: Омск. гос. ун-т, 2003. – 124 с

## ЗАВДАННЯ ДО ПІДСУМКОВОЇ МОДУЛЬНОЇ РОБОТИ № 8

Умовою допуску до ПМР є зарахування звітів за результатами лабораторних занять.

**I. Тестове завдання** (4 завдання, за правильне виконання завдання – 5 балів). Максимальна кількість балів – 20.

**II. Теоретичне питання** (оцінюються від 0 до 30 балів).

Максимальна кількість балів – 30.

1. Методи дослідження безпосередньої пам'яті.
2. Опосередковане запам'ятовування та методика його дослідження.
3. Методики дослідження процесів згадування та впізнавання.
4. Фізіологічна основа відчуттів. Дослідження відчуттів психофізичними методами.
5. Властивості і закономірності відчуттів.
6. Розвиток сенсорики в людини.
7. Психологія сприймання людини.
8. Властивості сприймання: предметність, цілісність, структурність, константність, осмисленість.
9. Сприймання як результат спільної роботи аналізаторів.
10. Види пам'яті. Особливості дослідження процесів запам'ятовування.
11. Методики вивчення безпосереднього та опосередкованого запам'ятовування.
12. Психологічні передумови дослідження опосередкованого запам'ятовування (О.М. Леонтьєв).
13. Діагностичні можливості та критерії оцінки результатів методики «Піктограми» (О.Р. Лурія)
14. Види запам'ятовування.
15. Класифікація методів дослідження процесів запам'ятовування.
16. Дослідження ролі діяльності при мимовільному запам'ятовуванні за І.П. Зінченком.
17. Властивості пам'яті: запам'ятовування, збереження, відтворення і забування.
18. Прийоми запам'ятовування.

**III. Професійно-орієнтоване завдання.**

Максимальна кількість балів – 50.

Зараховується на основі звітів за лабораторні заняття.

## Модуль 8. ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ МИСЛЕННЯ, УЯВИ, МОВЛЕННЯ

### ЛАБОРАТОРНЕ ЗАНЯТТЯ № 44-45

#### Тема 20. ОСНОВНІ МЕТОДИ ДОСЛІДЖЕННЯ МИСЛЕННЯ Й УЯВИ У ПСИХОЛОГІЇ

##### Вивчення процесуальних аспектів мислення

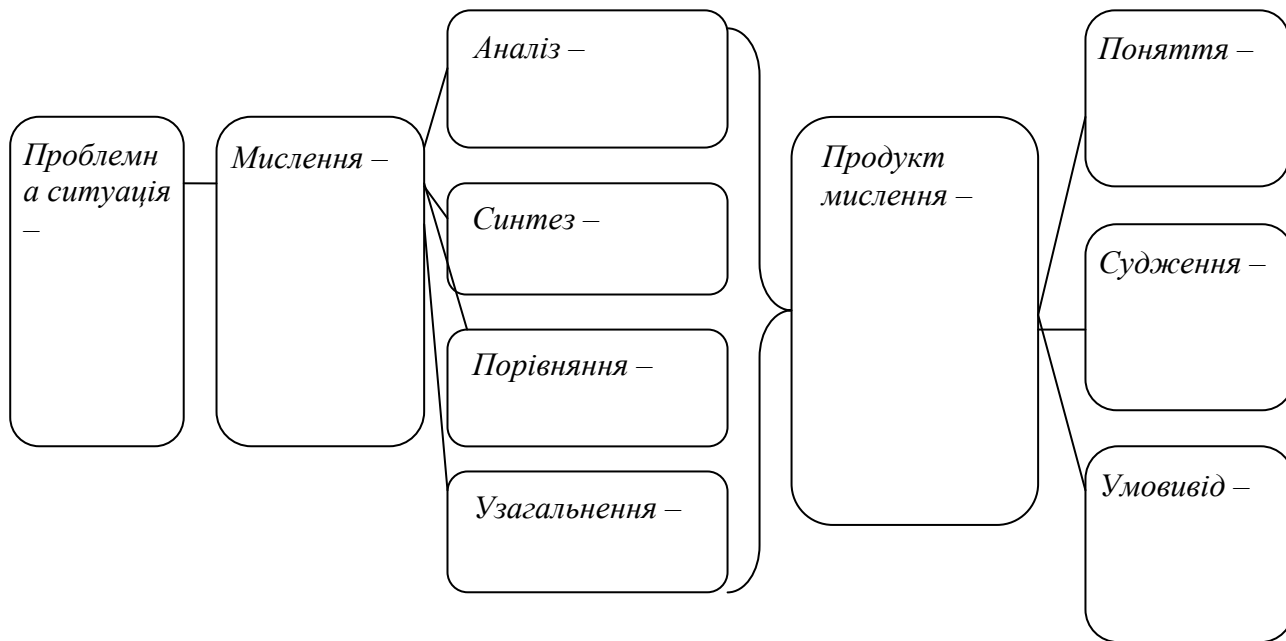
План:

Діагностичні можливості методики  
«Класифікація»

Діагностичні можливості методики  
«Виключення зайвого»

Основні поняття:

Гарним тоном вважається вказувати джерело, з якого Ви берете визначення



Умови  
виникнення

Процес

Операції

Результат

Форма реалізації

#### Взаємозв'язок мислення і мовлення (за матеріалами

Выготский Л.С. Мышление и речь // Хрестоматия по общей психологии. Психология мышления. Под ред. Ю.Б. Гиппенрейтер, В.В. Петухова. – М.: Изд-во Моск. Ун-та, 1981. – С.153-176.)

**Важливо!** Записуйте думки автора, що стосуються поставленого питання

## ПРАКТИЧНА ЧАСТИНА:

**Розв'язання професійно-орієнтованого завдання.**

**Клієнтський запит** (л.з. №1):

**Обов'язкова програма виконання завдання.**

1. Зробіть підбір і проаналізуйте літературу та сформулюйте припущення про причини виникнення проблеми (див. додаток 1, пункт 2.2).
2. Розробіть консультацію з фахівцями з проблеми (див. додаток 1, пункт 2.3).
3. Складіть розгорнутий план виконання завдання, зробіть підбір методів та аналіз ресурсів (див. додаток 1, пункт 2.4).
4. Підготуйте матеріали, необхідні для виконання завдання (див. додаток 1, пункт 2.6).
5. Здійсніть збір емпіричних даних (див. додаток 1, пункт 3.1, 3.2). Проведіть дослідження за методикою, проінтерпретуйте результати дослідження та оформіть результати у вигляді самозвіту.

## ПРАКТИЧНА ЧАСТИНА

### Методика №1. ПОРІВНЯННЯ ПОНЯТЬ

**Мета:** дослідити особливості понятійного мислення.

**Необхідні матеріали:** бланк, що містить 22 пари понять.

**Інструкція досліджуваному:** «Перед вами бланк, що містить пари понять. Вкажіть загальні суттєві ознаки для порівнювальних пар понять».

**До уваги дослідника:** в інструкції не вимагається обов'язково знайти спільні ознаки. Можна фіксувати час виконання експерименту, щоб визначити індивідуальні і групові часові особливості.

### Протокол дослідження

Пари слів	Ознака	Бали
1.Ранок – вечір		
2.Корова – кінь		
3.Пілот – танкіст		
4.Річка – птах		
5.Дощ – сніг		
6. Маленька дівчинка – велика лялька		
7.Обман – помилка		
8.Вовк – місяць		
9.Чобіт – олівець		
10.Золото – срібло		
11.Молоко – вода		
12.Сани - підвода		
13.Окуляри - гроші		
14.Озеро - річка		
15.Поїзд - літак		
16.Стакан - півень		
17.Вісь - оса		

18.Яблуко - вишня		
19.Лижі - ковзани		
20.Червоний - зелений		
21.Ворона – горобець		
22.Вітер – сіль		
	<b>T=</b>	<b>П=</b>

### Обробка результатів:

15 пар відносяться до одного семантичного поля ознак, а 7 – до різних.

За правильні відповіді нараховується по 1 балу за пару. Результати підсумовуються. Норма 10-15 балів. Нижчі результати свідчать про недостатнє вміння виділяти і узагальнювати ознаки понять.

Список правильно виділених ознак:

1.Частина доби. 2.Свійські тварини. 3.Військова професія (управління військовою технікою). 5.Атмосферні опади. 6.Зовнішня схожість, аналогія, гра. 7.Причинно-наслідкове викривлення дійсності. 10.Дорогоцінні метали. 11.Рідина для пиття.	12.Сільський транспорт. 14.Природні водойми. 15.Транспорт. 18.Плоди фруктових дерев. 19.Спортивний зимовий інвентар. 20.Колір. 21.Птахи.
--	--

**Аналіз групових показників утворення понять** (із зазначенням середнього значення групових показників та часових особливостей виконання завдання):

Аналіз групових показників дослідження понятійного мислення	
Групові особливості понятійного мислення (визначається як середнє арифметичне індивідуальних показників)	<b>П<sub>сер</sub>=</b>
Часові особливості виконання завдання (визначається як середнє арифметичне індивідуальних показників)	<b>Т<sub>сер</sub>=</b>
Кількість досліджуваних	

### Висновок:

Рівень понятійного мислення; порівняльний аналіз отриманих даних із груповим показником:

---

---

---

---

---

Швидкість виконання завдання (у співвідношенні із середньо груповими показниками):

---

---

---

---

---

### Аналіз допущених помилок (індивідуальних та групових):

---

---

---

---

---

## Методика №2. ВИКЛЮЧЕННЯ ЗАЙВОГО

**Мета:** дослідити особливості мислительної діяльності при вирішенні завдань на узагальнення.

**Необхідні матеріали:** 17 завдань невербального варіанту «4-й зайвий».

**Інструкція досліджуваному:** «На кожній карточці зображені 4 предмета. Три між собою є схожими, їх можна назвати одним словом, а четвертий до них не підходить. Ви повинні назвати предмет, який не підходить, який потрібно виключити. І сказати, яке узагальнююче слово ви підібрали до інших трьох».

**До уваги дослідника!** Якщо відповідь досліджуваного є неправильною, то експериментатор задає навідне запитання, тоді і запитання і відповідь записуються у протокол

### Протокол дослідження

Назва картки, а також запитання експериментатора	Виключений предмет	Пояснення досліджуваного

### Аналіз отриманих результатів:

Кількість правильно виключених предметів \_\_\_\_\_

Кількість помилок \_\_\_\_\_

Типові помилки

---

Реакції досліджуваного на помилки \_\_\_\_\_

---

Типи правильно встановлених співвідношень \_\_\_\_\_

---



---





Експериментатор записує в протокол дії досліджуваного і час від часу запитує його, чому він поклав ті чи інші картки разом, як можна назвати цю групу. Якщо класифікація правильна – достатньо кількох питань. Якщо є помилки, спочатку запитайте про групи, які складені правильно (1-2 групи), а потім там, де була допущена помилка, чи незрозумілий мотивований розклад.

Якщо досліджуваний запитує, чи потрібно класифікувати докладно чи можна відразу встановлювати великі групи, експериментатор має ухилитися від відповіді: «Як Вам здається краще, як Ви самі бажаєте».

Другий етап закінчується тоді, коли з чи без допомоги експериментатора встановлені основні групи: меблі, посуд, одяг, інструменти, транспорт, люди, фрукти, овочі, тварини, вимірювальні прилади, комахи, навчальні посібники.

#### ПРОТОКОЛ ДОСЛІДЖЕННЯ

Інструкції, етапи, питання та вказівки	Дії досліджуваного	Репліки та пояснення досліджуваного

III етап дослідження. **Інструкція досліджуваному:** «Першу частину роботи Ви виконали добре. Тепер потрібно виконати другу половину роботи. Раніше Ви поєднували в групи картки з карточкою, а тепер потрібно поєднувати групу з групою так, щоб груп стало якнайменше, але щоб ним можна було дати назву... Повинно вийти всього три групи».

#### Протокол дослідження

Інструкції, етапи, питання та вказівки	Дії досліджуваного	Репліки та пояснення досліджуваного


### Обробка результатів:

1. Підрахуйте кількість способів класифікації; відмітьте типи класифікацій, які зустрічаються найчастіше (конкретна, абстрактна, узагальнююча і т.д.).

---

---

---

---

---

---

Правильність виконання завдання на кожному етапі \_\_\_\_\_

---

---

---

2. Якісний аналіз. При аналізі потрібно враховувати етап завдання. Помилка на I етапі роботи не дає ще права для негативної оцінки мислення досліджуваного: він міг і неправильно зрозуміти завдання дослідження. Помилка на II етапі, тлумачиться по-іншому, тому що інструкція дана повно, і людина без відхилень легко справиться із завданням. На III етапі ми встановлюємо, чи доступно досліджуваному розуміння складних узагальнень. Люди без освіти інколи мають труднощі на цьому етапі, але при допомозі експериментатора отримують правильне рішення.

---

---

---

---

Кількість помилок \_\_\_\_\_

---

---

---

### Висновок:

*Рівень на узагальнення та абстрагування?*

---

---

---

---

*Типові способи узагальнення та абстрагування (конкретні, абстрактні, предметні ....)*

---

---

---

---

*Проаналізуйте послідовність умовиводів, критичність та обдуманість дій досліджуваного, швидкість переходу від конкретних відповідей до абстрактних.*

---

---

---

## Література

1. Мельникова Н.Н., Елагина О.Б. Практикум по общей психологии. Мышление и речь. – Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 2001. – 78 с.
2. Пашукова Т.І., Допіра А.І., Дьяконов Г.В. Практикум із загальної психології/ За ред. Т.І.Пашукової. – К.: Тов-во „Знання”, КОО, 2000. – 204 с.
3. Рубинштейн С.Я. Экспериментальные методики патопсихологии и опыт применения их в клинике. (Практическое руководство). – М.: Апрель-Пресс, Психотерапия, 2007. – С.77-102.

### Контрольні питання і завдання:

1. Порівняйте результати методики у групі. Які завдання було важко виконати? Чому?
2. Проаналізуйте основні тенденції мислительної діяльності при вирішенні завдань на узагальнення.
3. Виконайте всі завдання із обов'язкової програми роботи над ПОЗаами. **ЛАБОРАТОРНЕ ЗАНЯТТЯ № 50**

## ЛАБОРАТОРНЕ ЗАНЯТТЯ 46

### Тема 20. ОСНОВНІ МЕТОДИ ДОСЛІДЖЕННЯ МИСЛЕННЯ Й УЯВИ У ПСИХОЛОГІЇ

#### Дослідження індуктивного та дедуктивного мислення

**Мета:** оволодіння знаннями про пізнавальну сферу особистості, а саме психологію мислення.

*План:*

Поняття про:

Індуктивне мислення

Дедуктивне мислення


Особливості вивчення:

Індуктивного мислення

Дедуктивного мислення


## ПРАКТИЧНА ЧАСТИНА:

**Розв'язання професійно-орієнтованого завдання.**

**Клієнтський запит** (л.з.№1):

### Обов'язкова програма виконання завдання.

1. Зробіть підбір і проаналізуйте літературу та сформулюйте припущення про причини виникнення проблеми (див. додаток 1, п. 2.2).
2. Складіть розгорнутий план виконання завдання, зробіть підбір методів та аналіз ресурсів (див. додаток 1, п. 2.4).
3. Підготуйте матеріали, необхідні для виконання завдання (див. додаток 1, п. 2.6).
4. Здійсніть збір емпіричних даних (див. додаток 1, пункт 3.1, 3.2). Проведіть дослідження за методикою, проінтерпретуйте результати дослідження та оформіть результати у вигляді самозвіту.

### Методика №1. ДОСЛІДЖЕННЯ АНАЛІТИЧНОСТІ МИСЛЕННЯ

**Мета дослідження:** визначення рівня розвитку аналітичності індуктивного мислення в умовах обмеженого часу.

**Теоретичне підґрунтя.** Аналітичність є важливою характеристикою мислення. Вона являє собою

готовий компонент здатності теоретизувати, відшукувати причинно-наслідкові зв'язки між явищами, становить основи загальних здібностей і необхідна для успішного оволодіння різноманітними видами діяльності. Аналітичність активно розвивається в юнацькому віці, її формуванню сприяють науки, які вивчаються у вузі: логіка, вища математика та інші. Тому можна зіставити результати тестування з успішністю з відповідних дисциплін. Інтерпретуючи результати, бажано враховувати особливості темпераменту досліджуваного, а також навички роботи з числами.

**Необхідні матеріали:** бланк з 15 рядами чисел, складеними за певною закономірністю (варіант VI субтесту шкали Р. Амтхауера), ручка і секундомір.

**Форма проведення:** індивідуальна або групова. До початку дослідження бланки потрібно розкласти перед учасниками тестування на добре освітленому столі текстом донизу, щоб до зачитування інструкції вони їх не розглядали і не ознайомлювались з ними.

**Інструкція досліджуваному:** "На бланках, які лежать перед вами, надруковано ряди чисел. Спробуйте встановити, за якою закономірністю складено кожен із 15 запропонованих числових рядів. Згідно з цією закономірністю продовжіть кожен ряд, дописавши в ньому ще два числа. На виконання завдання відводиться 7 хв. Не затримуйтеся довго на одному ряді. Якщо не можете правильно встановити закономірність, переходьте до наступного ряду, а якщо залишиться час – знову поверніться до важкого для вас числового ряду. Чи все Вам зрозуміло? Якщо немає запитань, переверніть тестові бланки. Починаємо!"

Через 7 хв. подається команда: «Стоп! Дописування закінчено!»

Бланк із надрукованою таблицею рядів чисел:

№	Числові ряди								Продовження ряду
1	2	4	6	8	10	12	14	.....	
2	6	9	12	15	18	21	24	.....	
3	3	6	12	24	48	96	192	.....	
4	4	5	8	9	12	13	16	.....	
5	22	19	17	14	12	9	7	.....	
6	39	38	36	33	29	24	18	.....	
7	16	8	4	2	1	1/2	1/4	.....	
8	1	4	9	16	25	36	49	.....	
9	21	18	16	15	12	10	9	.....	
10	3	6	8	16	18	36	38	.....	
11	12	7	10	5	8	3	6	.....	
12	2	6	9	27	30	90	93	.....	
13	8	16	9	18	11	22	15	.....	
14	7	21	18	6	18	15	5	.....	
15	10	6	9	18	14	17	34	.....	
Кількість правильно дописаних рядів:									

### Обробка результатів.

Кількісний аналіз. За кожний правильно дописаний ряд (якщо правильно казан обидва числа) – 1 бал. Ключ для обробки результатів завдання "Числові ряди"

№ ряду	Продовження ряду	Бали	№ ряду	Продовження ряду	Бали	№ ряду	Продовження ряду	Бали
1	16; 18		6	11; 3		11	1; 4	
2	27; 30		7	1/8; 1/16		12	279; 282	
3	384; 768		8	64; 81		13	30; 23	
4	17; 20		9	6; 4		14	15; 12	
5	4; 2		10	76; 78		15	30; 33	

Визначаємо рівень розвитку аналітичності мислення визначається за кількістю правильно дописаних рядів чисел (підкреслити).

Кількість балів	Рівень аналітичності
14—15 рядів	аналітичність мислення дуже висока або відмінна
11—13	аналітичність висока або добра
8—10	аналітичність середня або задовільна
6—7	аналітичність низька або погана
5 і нижче	аналітичність дуже низька або дуже погана

#### Висновок:

Рівень та особливості аналітичності мислення.

---

---

---

---

---

---

---

---

#### Література

1. Мельникова Н.Н., Елагина О.Б. Практикум по общей психологии. Мышление и речь. – Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 2001. – 78 с.
2. Пашукова Т.І., Допіра А.І., Дьяконов Г.В. Практикум із загальної психології/ За ред. Т.І.Пашукової. – К.: Тов-во „Знання”, КОО, 2000. – 204 с.

#### Контрольні питання

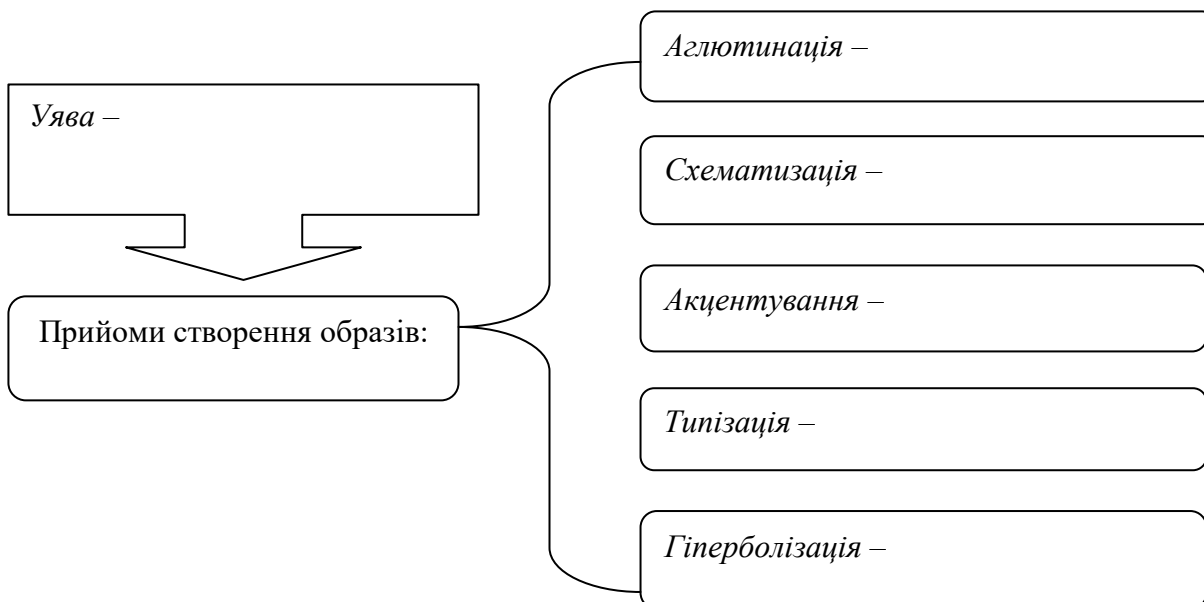
1. Визначте особливості індуктивного мислення.
2. Визначте особливості дедуктивного мислення
3. Проаналізуйте методи дослідження аналітичності мислення

#### ЛАБОРАТОРНЕ ЗАНЯТТЯ № 47

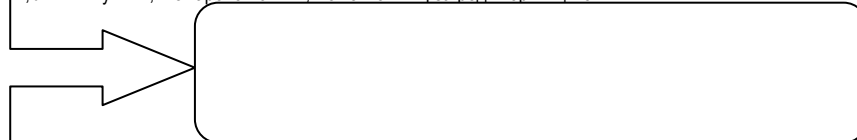
#### Тема 20. ОСНОВНІ МЕТОДИ ДОСЛІДЖЕННЯ МИСЛЕННЯ Й УЯВИ У ПСИХОЛОГІЇ Дослідження уяви

План:

1. Процес створення образів уяви: аглютинація, гіперболізація, акцентування, схематизація.



Методи дослідження уяви:



## ПРАКТИЧНА ЧАСТИНА:

**Розв'язання професійно-орієнтованого завдання.**

**Клієнтський запит** (л.з. №37):

**Обов'язкова програма виконання завдання.**

1. Зробіть підбір і проаналізуйте літературу та сформулюйте припущення про причини виникнення проблеми (див. додаток 1, пункт 2.2).
2. Підготуйте матеріали, необхідні для виконання завдання (див. додаток 1, пункт 2.6 етап самозвіту).
3. Здійсніть збір емпіричних даних (див. додаток 1, пункт 3.1, 3.2). Проведіть дослідження за методикою, проінтерпретуйте результати дослідження та оформіть результати у вигляді самозвіту.

### Методика №1. ОПИТУВАЛЬНИК Д.МАРКСА

**Мета:** дослідження особливостей яскравості-чіткості уявлень за методом саморанжування.

**Теоретичне підґрунтя.** При дослідженні вторинних образів широко застосовуються методи, основані на принципах самоспостереження. Використання їх наряду з об'єктивними методиками дозволяє одержати повнішу картину досліджуваного явища. Одним з таких методичних прийомів є метод саморанжування, який дозволяє класифікувати уявлення за ступенем суб'єктивної наочності. Основою цього методу є принцип, який полягає у присвоєнні досліджуваній ознаці об'єкта або явища відповідного числа. Для дослідження яскравості-чіткості уявлень найчастіше використовуються шкали порядку. У цьому випадку досліджувана ознака характеризується полярними оцінками, між якими є неперервна послідовність, яку однак легко розчленити, тобто перетворити у дискретну. Процедура оцінювання полягає у співвіднесенні ступеня вираженості ознаки досліджуваного явища з розробленою для цього шкалою.

**Інструкція досліджуваному:** «Метою завдання є визначення яскравості-чіткості уявлень, які у вас виникають. Завдання опитувальника викличуть у вас певні образи. Ви маєте оцінити їх за ступенем яскравості-чіткості на основі запропонованої шкали оцінок. Намагайтеся оцінити кожне завдання незалежно від оцінки інших завдань. Пам'ятайте, що уявлення про об'єкт не можна плутати зі знанням про нього. Ви маєте бачити об'єкт "мисленим поглядом", і ваше завдання – оцінити яскравість-чіткість картини, яка у вас виникла»

#### Шкала для саморанжування

- 5 Уявлення абсолютно яскраві, чіткі, чисті, як образ сприймання.
- 4 Уявлення яскраве, чітке, чисте.
- 3 Уявлення середньої яскравості – чіткості.
- 2 Уявлення неясне, туманне і смутне.
- 1 Уявлення немає: ви лише знаєте, що ви думаєте про предмет.

#### Протокол дослідження

Номер завдання	Бал (від 1 до 5)
<i>Подумайте про будь-кого з ваших рідних або знайомих, кого ви часто бачите. Зосередьтесь на образі, який з'явився перед вашим мисленим поглядом. Оцініть за шкалою "яскравість-чіткість" уявлення, які будуть виникати у вас при виконанні наступних завдань. Уявіть точні контури обличчя, голови, плеч, тіла цієї людини</i>	
1. Уявіть характерні положення голови та пози її тіла	
2. Уявіть її поставу, манеру триматися, ходу, довжину кроку при ходьбі; уявіть усе це у єдиному образі	
3. Уявіть колір її одягу, який ви добре знаєте	

<i>Уявіть і оцініть за шкалою сцени сходу сонця.</i>		
4. Сонце сходить в імлистому (покритим легкою димкою) небі		
5. Сонце сходить у синє небо		
6. Сонце сходить, але на небі хмари; у стороні починається гроза, видно спалахи блискавки		
7. Сходить сонце, на небі райдуга		
<i>Уявіть та оцініть за шкалою сцени, пов'язані з магазином, у який ви часто ходите.</i>		
8. Уявіть повну картину магазину з протилежного боку вулиці		
9. Уявіть вітрину цього магазину з товаром		
10. Уявіть, що ви підходите до дверей; уявіть колір, розмір, деталі дверей		
11. Уявіть, що ви заходите до магазину, йдете до прилавку; уявіть продавця, його руки він відпускає товар, дає здачу		
<i>Уявіть сільську місцевість з деревами, горами, озером.</i>		
12. Уявіть даний ландшафт у цілому		
13. Уявіть дерева, їх колір та розмір		
14. Уявіть колір та розмір озера		
15. Уявіть, що подув вітер, дерева зашуміли, на озері з'явилась хвиля		
	<b>Загальний бал</b>	

### **Обробка результатів**

Бали по всьому опитувальнику сумуються. Загальна сума оцінок є показником здатності суб'єкта до уявлення про об'єкт за ознакою яскравості-чіткості вторинного образу (чим більше сума балів – тим яскравіше уявлення).

### **Протокол фіксації групових результатів**

№	Досліджуваний	Загальна сума балів
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		
6.		
7.		
8.		
9.		
10.		
11.		
12.		
13.		
14.		
15.		

Визначаються середнє арифметичне (M) і дисперсія (D) індивідуальних оцінок у групі досліджуваних.

**M=**

**D=**



Аналіз індивідуальних відмінностей досліджуваних:

Змістова характеристика бразів, що викликають найбільш яскраві уявлення

Змістова характеристика бразів, що викликають найбільш яскраві уявлення

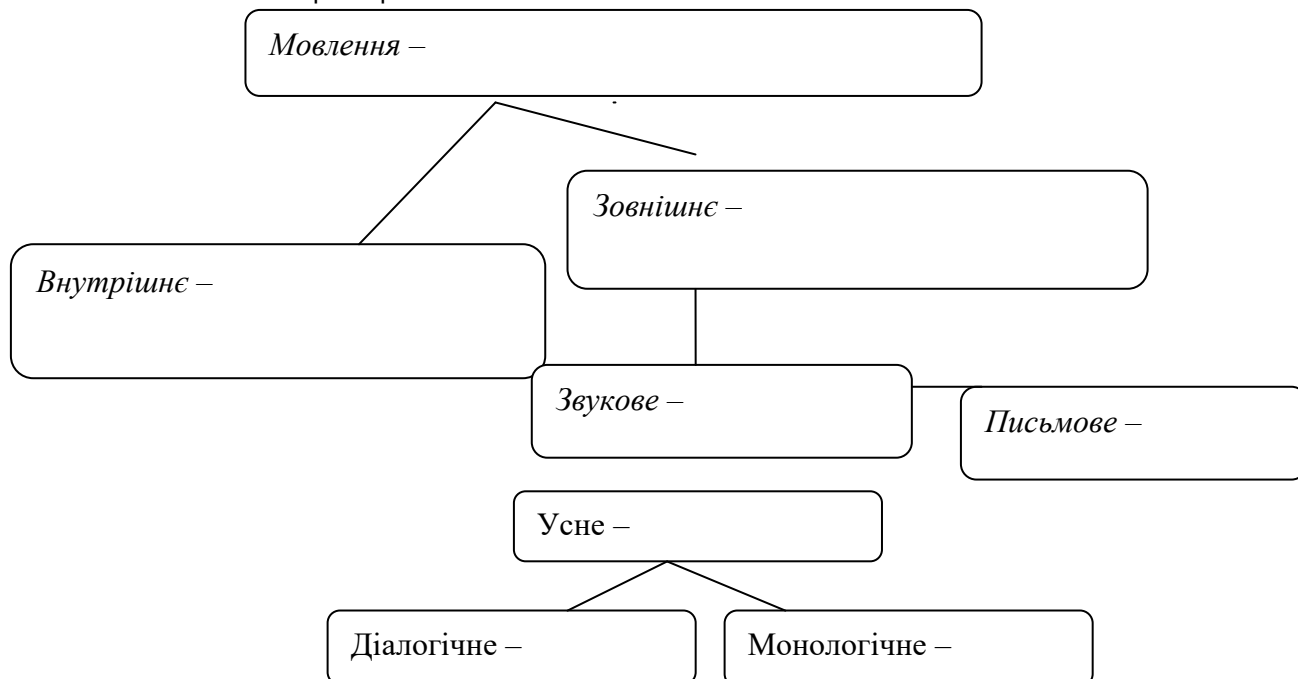
**Висновок:**

Співвідношення індивідуальних і групових показників чіткості та яскравості уявлень:

ЛАБОРАТОРНЕ ЗАНЯТТЯ № 48  
Тема 21. ДОСЛІДЖЕННЯ ХАРАКТЕРИСТИК МОВЛЕННЯ ЛЮДИНИ  
Дослідження усного мовлення

План:

1. Мовлення та його характеристики



## ПРАКТИЧНА ЧАСТИНА

### Розв'язання професійно-орієнтованого завдання.

**Клієнтський запит** (п.з. 37):

#### Обов'язкова програма виконання завдання

1. Зробіть підбір і проаналізуйте літературу та сформулюйте припущення про причини виникнення проблеми (див. додаток 1, п. 2.2).
2. Розробіть консультацію з фахівцями з проблеми (див. додаток 1, п. 2.3).
3. Складіть розгорнутий план виконання завдання, зробіть підбір методів та аналіз ресурсів (див. додаток 1, п. 2.4).
4. Підготуйте матеріали, необхідні для виконання завдання (див. додаток 1, п. 2.6).
5. Здійсніть збір емпіричних даних (див. додаток 1, п. 3.1, 3.2). Проведіть дослідження за методикою проінтерпретуйте результати дослідження.

### Методика №1. ДОСЛІДЖЕННЯ УСНОГО МОВЛЕННЯ

**Мета дослідження:** визначити темп усного мовлення за тестом для читання.

**Необхідні матеріали:** бланк тексту, секундомір.

**Інструкція досліджуваному:** «За моїм сигналом «Почали!», якомога швидше прочитайте у голос усе, що написано на цьому бланку. Намагайтеся читати без помилок. Якщо Вам все зрозуміло – можемо починати. Почали!»

**Бланк тексту:**

А і 28 Я 478 ТСМ 214 Ї! ію? = 734819 носон ромор воров іушчцфх 000756 котон портрр 11+3=12 15:5  
= 24 : 7 = 23 М + А = ма ма = ма ! мама = папа каша + ша = ка

**Протокол дослідження:**

Час, витрачений на читання	Кількість допущених помилок		
	букви	цифри	знаки

**Обробка результатів:**

Результати тестування інтерпретуються за допомогою шкали оцінки тесту усної мовленнєвої діяльності:

Час читання	Темп читання	Примітка
40 с і менше	високий	За допущені при читанні помилки ранг темпу читання зменшується шляхом зниження на один рядок униз
від 41 до 45 с	хороший	
від 46 до 55 с	середній	
від 56 до 60 с	низький	

В ході інтерпретації результатів важливо враховувати вид діяльності тип темпераменту досліджуваного. У філологів темп мовної діяльності буває зазвичай високим. Крім того, на швидкість читання тесту впливає самопочуття і налаштованість на тестування. Важливу роль відіграє установка, викликана інструкцією. У більшості людей високий темп корелює з холеричним або сангвінічним типами темпераменту, а середній або низький – з флегматичним і меланхолійним.

Темп читання можна прискорити частим читанням уголос і розвитком уваги.

**Висновок:**

*Рівень та особливості усної мовленнєвої діяльності:*

---

---

---

---

---

---

---

---

## Методика №2. ДОСЛІДЖЕННЯ ЕГОТИЗМУ МОВЛЕННЯ

**Мета дослідження:** визначити величину та рівень еготизму діалогічного мовлення.

**Теоретичне підґрунтя.** Еготизм виступає як мовленнєвий прояв егоцентризму особистості. Високий рівень еготизму свідчить про стурбованість людини власною персоною, рефлексії власних якостей, зверненні уваги на власне Его. Оскільки еготизм послаблює увагу до співрозмовника, то він заважає спілкуванню, робить його неефективним.

**Інструкція досліджуваному:** «Зараз у Вас є можливість поспілкуватися з колегою на будь-яку тему»

### Форми практичної роботи на занятті.

Групи по 3 студентів: досліджуваний, партнер по спілкуванню, спостерігач.

Група працює таким чином, щоб кожен зі студентів апробував всі три ролі.

Експериментатор заповнює протокол, від фіксуючи всі речення, які говорить досліджуваний (будь-якими позначками) та окремо відмічаючи речення, у яких досліджуваний говорить про себе, своїх близьких, своїх тварин тощо.

Процедура дослідження завершується, коли загальна кількість речень буде перевищувати сто.

### Протокол дослідження:

Загальна кількість речень	Кількість речень, в яких досліджуваний висловлюється про себе
Со:	Се:

### Обробка результатів.

1. Коефіцієнт еготизму

$Ke = Ce/Co$ , де Се – кількість речень еготичного характеру; Со – загальна кількість речень.

Ke=

2. Визначаємо рівень еготизму мовлення (підкресліть):

**До уваги дослідника:** низький рівень еготизму не завжди вказує на зацікавленість співрозмовником; він може зумовлюватися слабкою зацікавленістю змістом бесіди

Коефіцієнт еготизму	Рівень еготизму
0,41 - 1	Високий
0,11 - 0,40	Середній
0 - 0,10	Низький

3. Врахування тематики бесіди та взаємостосунків досліджуваного і партнера у побудові діалогу.

### Висновок:

Рівень еготизму діалогічного мовлення:

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

### Література

1. Практикум по общей, экспериментальной и прикладной психологии: Учеб. Пособие / Под ред. А. А. Крылова, С. А. Маньчева. – СПб.: Питер, 2001. – 560 с.

#### Контрольні питання і завдання:

1. Охарактеризуйте поняття «лабільність мовлення».
2. Охарактеризуйте поняття «ригідність мовлення».
3. Виконайте всі завдання із обов'язкової програми роботи над ПОЗаами

### ЛАБОРАТОРНЕ ЗАНЯТТЯ №49-50

#### Тема. ДОСЛІДЖЕННЯ ПИСЬМОВОГО МОВЛЕННЯ

Методи дослідження  
письмового мовлення в  
психології:



### ПРАКТИЧНА ЧАСТИНА

#### Розв'язання професійно-орієнтованого завдання.

##### Клієнтський запит (п.з. 37):

##### Обов'язкова програма виконання завдання

1. Зробіть підбір і проаналізуйте літературу та сформулюйте припущення про причини виникнення проблеми (див. додаток 1, п. 2.2).
2. Розробіть консультацію з фахівцями з проблеми (див. додаток 1, п. 2.3).
3. Складіть розгорнутий план виконання завдання, зробіть підбір методів та аналіз ресурсів (див. додаток 1, п. 2.4).
4. Підготуйте матеріали, необхідні для виконання завдання (див. додаток 1, п. 2.6).
5. Здійсніть збір емпіричних даних (див. додаток 1, пункт 3.1, 3.2). Проведіть дослідження за методикою проінтерпретуйте результати дослідження та оформіть результати у вигляді самозвіту.

#### Методика №1. ДОСЛІДЖЕННЯ РИГІДНОСТІ МОВЛЕННЯ

**Мета дослідження:** визначити міру ригідності мови.

**Матеріал і устаткування:** кольорові однотипні картинки із зображенням пейзажів, розмір кожній не менше 20х25 см, аркуші паперу і ручка.

**Інструкція досліджуваному:** "Перед Вами картинка із змальованим на ній пейзажем. Напишіть твір по цій картинці".

Час написання не обмежується, а робота закінчується, коли твір налічує не менше 300 слів.

#### Бланк дослідження

Твір по картинці:

KP(1) =  
KP(2) =  
KP(3) =

### **Форми практичної роботи на занятті.**

Групи по 3 студентів: дослідник, респондент. Група працює таким чином, щоб кожен зі студентів апробував всі три ролі. Якщо досліджується одночасно декілька чоловік, то краще, щоб кожен отримав картинку.

### **Обробка результатів.**

- Обчислюємо величину ригідності писемного мовлення для кожної сотні слів твору:
  - спочатку у творі вертикальною рисою відокремлюють кожну сотню слів;
  - в кожній сотні слів викреслюємо або підкреслюємо слова, що повторюються, однакові за звучанням і написанням, у тому числі, слова, що мають спільний корінь. Наприклад, однокореневими словами будуть: зелень, зелений, зеленуватий. Для кожної сотні слів окремо підраховують кількість слів-повторів. Сполучник "і" також є словом, і всі його повторення рахуються
  - Показник ригідності письмової мови може бути представлений як в абсолютній величині, тобто в кількості повторів, так і у відносній – у вигляді коефіцієнта "KP".  

$$KP = \frac{П}{100}$$
, де П – кількість слів у сотні, які повторюються

KP<sub>1</sub>=

KP<sub>2</sub>=

KP<sub>3</sub>=

- Встановлюємо рівень ригідності мовлення (підкресліть результати за кожну хвилину)

Таблиця визначення мір ригідності писемного мовлення

№/ сотні слів у творі	Ступінь ригідності \ Кількість повторів			
	великий	середній	малий	лабільність
Перша сотня	10 і більше	8-9	4-7	0-3
Друга сотня	12 і більше	10-11	7-9	0-6
Третя сотня	14 і більше	12-13	9-11	0-8

- Встановлюємо причини ригідності:
  - малий мовний запас \_\_\_\_\_
  - погане самопочуття досліджуваного \_\_\_\_\_
  - невисокий інтелект і ін. \_\_\_\_\_

**Корисно знати!** Люди з лабільною мовою часто мають виражені лінгвістичні і загальні гуманітарні здібності. Зазвичай вони захоплюються літературою і філологією. Тим, хто бажає удосконалювати себе важливо піклуватися про профілактику ригідності мови. Для цих цілей можна працювати із словником синонімів, замінюючи ними в своїх текстах виступів або творів слова-повтори. Аналогічним чином можна розвивати усне мовлення. Варто користуватися диктофонним записом виступів і бесід із подальшим аналізом

### Висновок

#### Особливості ригідності мовлення

---

---

---

---

#### Рекомендації щодо зменшення ригідності мовлення

---

---

---

---

---

---

### Методика №2. ДОСЛІДЖЕННЯ ПИСЬМОВОГО МОВЛЕННЯ

**Мета:** оцінка емоційного стану, вербального інтелекту та окремих особливостей особистості за допомогою аналізу письмового мовлення.

**Інструкція досліджуваному:** «Напишіть особистий лист людині, з якою ви тісно спілкуєтесь. Об'єм листа не менше 100 слів».

Лист:

#### Обробка та інтерпретація результатів:

1. Дані заносяться у протокол по кожному показнику (див. нижче)

## Протокол дослідження

Показник:	Кількість слів	Кількість речень	Середній розмір речення у словах	Коефіцієнт словарного	Коефіцієнт логічного зв'язку	Кількість ембол	Коефіцієнт дієслів	Кількість особових	Показник абстрактності	Показник художності	Кількість категоричних	Контент-аналіз змісту	Критерій точності використаних
Оцінка за кожним показником													

## ПОКАЗНИКИ ПИСЬМОВОГО МОВЛЕННЯ ДЛЯ АНАЛІЗУ

Показник	Обчислення	Інтерпретація
1. Кількість слів	Підраховується загальна кількість слів без службових	Об'єм мовленнєвої продукції може свідчити про екстравертованість - інтравертованість
2. Кількість речень	Підраховується загальна кількість речень	А) стан автора: чим більше речень, тим більше збудження; мало речень – пригніченість Б) вербальний інтелект: через відносну кількість різних типів речень (?, !, заперечувальних і т.п.)
3. Середній розмір речення у словах	Загальна кількість слів ділиться на кількість речень	А) Стан автора: чим речення коротші, тим більша тривога і напруга Б) Вербальний інтелект: більш розширені речення говорять про високий ступінь розвитку вербального інтелекту
4. Коефіцієнт словарного різноманіття	$K = n / \sqrt{2N}$ n – кількість різних слів (без повторів) N – кількість усіх слів	Вербальний інтелект
5. Коефіцієнт логічного зв'язку	$K = \Sigma \text{сл} / 3 \text{ Нреч}$ $\Sigma \text{сл}$ – сума усіх сполучників і прийменників (з повторами) Нреч – кількість речень	Стиль викладу. Норма: 1.5-2 Якщо K близько до 0 – немає логічного зв'язку викладеного матеріалу. Якщо значно перевищує норму – характерна повторюваність, занудство.
6. Кількість ембол (безглузвих слів, які засмічують мовлення)	Підраховується загальна кількість ембол, які не несуть смислу у реченнях (напр., «ну»)	А) Стан автора: чим більше безглузвих слів, тим більше напруга і збудження Б) Вербальний інтелект: чим більше безглузвих слів, тим нижче вербальний інтелект
7. Коефіцієнт	$K = \Sigma \text{дієсл.} / \Sigma \text{ім., прик.}$	Стан автора: а саме, - готовність діяти.

дієслів	$\Sigma$ дієсл. – загальна кількість дієслів та дієслівних форм (дієприкметників та дієприслівників) $\Sigma$ ім., прик. – загальна кількість іменників та прикметників	Норма: 0,6. Якщо коефіцієнт вищий – це можна розглядати як підвищена активність, надмірне збудження, іноді – агресивність.
8. Кількість особових займенників	Підраховуються окремо: 1. «Я» 2. «Ми» 3. «Ти», «Ви» 4. «Він», «Вона», «Вони»	Переважання певного типу особових займенників говорить про відповідну спрямованість. А велика кількість займенника «Я» вказує на егоцентричну тенденцію.
9. Показник абстрактності мовлення	Абстрактним поняттям приписується 3 бали, конкретним – 1 бал, проміжним – 2 бали. Усі бали сумуються.	Вербальний інтелект
10. Показник художності мовлення	$K = \frac{\Sigma \text{прик.}, \text{прис.}}{N} \times 100\%$ $\Sigma$ прик., прис. – кількість прикметників та прислівників N – кількість усіх слів	Естетична спрямованість
11. Кількість категоричних конструкцій	Підраховується кількість конструкцій типу: «Я ніколи...», «Я все прощаю...» і т.д	Стан автора. Велика кількість категоричних суджень може свідчити про готовність до рішучих дій екстремального характеру (високі показники мають місце в записках самогубць).
12. Контент-аналіз змісту	Підраховується кількість понять, які відносяться до однієї теми.	В залежності від змісту і характеру листа може використовуватись для виявлення мотивації, інтересів та зони актуальних проблем, спрямованості особистості тощо.
13. Критерій точності використаних слів	Підраховується кількість помилково вжитих слів	Вербальний інтелект

2. Результати узагальнюються за трьома блоками: емоційний стан, вербальний інтелект, особливості особистості.

#### Інтегральні показники дослідження письмового мовлення

Блок	Емоційний стан	Вербальний інтелект	Особливості особистості
Номер показника письмового мовлення	2; 3; 6; 7; 11; 12	2; 3; 4; 5; 6; 9; 13	1; 5; 8; 10; 11; 12

#### Якісний аналіз структури письмового мовлення:

Емоційні \_\_\_\_\_

Вербальний інтелект \_\_\_\_\_

Особистісні особливості \_\_\_\_\_



---

---

## **Висновок (особливості письмового мовлення)**

---

---

---

---

---

---

---

---

### *Література*

1. Лурия А.Р. Язык и сознание. Ростов- на – Дону 1998
1. Практикум по общей, экспериментальной и прикладной психологии: Учеб. Пособие / Под ред. А. А. Крылова, С. А. Маньчева. – СПб.: Питер, 2001. – 560 с.
2. Пашукова Т.І., Допіра А.І., Дьяконов Г.В. Практикум із загальної психології/ За ред. Т.І.Пашукової. – К.: Тов-во „Знання”, КОО, 2000. – 204 с.

### *Контрольні питання*

1. Проаналізуйте види мовлення та дайте їм психологічну характеристику.
2. Проаналізуйте методи дослідження письмового мовлення в психології.
3. Виконайте всі завдання із обов'язкової програми роботи над ПОЗами.

*План:*

2. Вплив установки на процес розв'язування мислительних задач.

1. Вивчення шаблонності мислення
2. Аналіз розвитку власного професійного усного і письмового мовлення:
  - рівень сформованості термінологічного мовлення;
  - точність мовлення
  - фразове і діалогічне мовлення

1	1	2	0	2	4	3	5	7	9	5	1	1
7	9	5	2	1	8	6	1	4	1	1	2	7
5	3	?	6	2	?	3	1	8	1	1	?	?

Колос (сода) клад	Лоток (клад) лодка
Плов (....) склад	Олімп (....) катер

### **Обробка результатів:**

Після вирішення завдань необхідно проаналізувати кожне розв'язання та відповісти на питання:

1) які основні етапи розв'язання задачі;

---

---

2) як впливали на вирішення задач індивідуальні особливості особистості досліджуваного;

---

---

3) якими способами розв'язувалась кожна задача;

---

---

4) як впливав зміст задач на процес їх вирішення;

---

---

5) за допомогою яких операцій та форм мислення виконувалось дане завдання?

---

---

**Висновок** (особливості гнучкості та нестандартності мислення).

---

---

---

---

---

---

---

---

## **Завдання №2. АНАЛІЗ РОЗВИТКУ ВЛАСНОГО ПРОФЕСІЙНОГО УСНОГО І ПИСЬМОВОГО МОВЛЕННЯ**

**Мета:** рівень сформованості термінологічного мовлення; точність мовлення.

**Інструкція доліждуваному:** «Перед Вами клієнтський запит. Переформулюйте його із використанням психологічних понять та катеогрій та представте у вигляді проблеми (письмово)».

**Клієнтський запит 1.** До психолога звернулася класний керівник 10-Б класу загальноосвітньої школи: «Я втратила зв'язок зі своїм класом. Вони стали абсолютно некеровані, не слухають, що я їм говорю. Не хочуть виконувати мої завдання. Я не можу більше на них впливати. Що мені робити? Допоможіть мені».

**Клієнтський запит 2.** До психолога звернулася мама 17-річного хлопця: «Я не знаю, що мені робити. Не можу відтягти сина від комп'ютера. Від перестав виконувати хатню роботу, взагалі перестав допомагати по дому. Не ходить на навчання, не робить домашнє завдання – постійно сидить за

комп'ютером. Цілодобово грає в комп'ютерні ігри та сидить в соціальних мережах. Мене не чує взагалі. Що мені робити?».

#### Категоріально-термінологічне формулювання проблеми

---

---

---

---

---

---

---

---

---

#### Обробка результатів

##### 1. Аналіз термінологічного мовлення

Кількість психологічних понять та термінів	
Кількість нейтральних слів	
Кількість побутових виразів	
Наявність слів-паразитів	

##### 2. Аналіз точності мовлення

Відповідність сформульованої проблеми запиту \_\_\_\_\_

Наявність висловлених припущень про причини виникнення проблеми \_\_\_\_\_

---

---

---

---

#### **Висновок** (особливості професійного мовлення)

---

---

---

---

---

---

---

---

#### Література:

1. Практикум по общей, экспериментальной и прикладной психологии: Учеб. Пособие / Под ред. А. А. Крылова, С. А. Маньчева. – СПб.: Питер, 2001. – 560 с.
2. Мельникова Н.Н., Елагина О.Б. Практикум по общей психологии. Мышление и речь. – Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 2001. – 78 с.

## ЗАВДАННЯ ДО ПІДСУМКОВОЇ МОДУЛЬНОЇ РОБОТИ № 9

Умовою допуску до ПМР є зарахування звітів за результатами лабораторних занять.

**I. Тестове завдання** (4 завдання, за правильне виконання завдання – 5 балів). Максимальна кількість балів – 20.

**II. Теоретичне питання** (оцінюються від 0 до 30 балів).

Максимальна кількість балів – 30.

1. Мислення і мовлення.
2. Підходи до дослідження мислення у психології.
3. Методи дослідження мовлення.
4. Процесуальні характеристики мислення.
5. Мислення як діяльність. Мислительні дії та операції.
6. Принципи дослідження мислення.
7. Діагностичні можливості та вимоги до застосування методики «Класифікація».
8. Діагностичні можливості та вимоги до застосування методики «Виключення зайвого».
9. Мислительні дії та операції (можливості у навчальній та професійній діяльності).
10. Психологія розв'язування мислительних задач.
11. Поняття шаблонності мислення в психології.
12. Вплив установки на процес розв'язування мислительних задач.
13. Дослідження темпу усної мовленнєвої діяльності.
14. Мовлення та його характеристики.
15. Дослідження ригідності мовлення.
16. Види мовлення та їх психологічна характеристика.
17. Дослідження письмового мовлення в психології.
18. Методи дослідження еготизму мовлення.
19. Розвиток професійного мовлення:

**III. Професійно-орієнтоване завдання.**

Максимальна кількість балів – 50.

Зараховується на основі звітів за лабораторні заняття.

## Модуль 9. ВИВЧЕННЯ ЕМОЦІЙНОЇ СФЕРИ

### ЛАБОРАТОРНІ ЗАНЯТТЯ

#### ЛАБОРАТОРНЕ ЗАНЯТТЯ №51-53

#### ТЕМА Особливості вивчення емоцій особистості. Диференційна діагностика емоцій

План:

1. Фундаментальні емоції, за К. Ізардом.

---

---

---

---

---

---

---

---

2. Визначення типу емоційної спрямованості, за Б. Додоновим.

---

---

---

*Альтруїстичні емоції –*

---

---

---

*Комунікативні емоції –*

---

---

---

*Глоричні емоції –*

---

---

---

*Праксичні емоції –*

---

---

---

*Пугнічні емоції –*

---

---

---

*Романтичні емоції –*

---

---

---

*Гностичні емоції –*

---

---

---

*Естетичні емоції –*

---

---

---

Гедоністичні емоції –

Акзитивні емоції –

## ПРАКТИЧНА ЧАСТИНА.

### Клієнтський запит (п.з.37).

#### Обов'язкова програма виконання завдання

1. Здійснює категоріально-термінологічне довізначення проблеми (Додаток 1, п.1.1) та формування реалістичних очікувань: визначте напрямки роботи (Додаток 1, п.1.2)
2. Здійснює аналіз літератури з проблеми (Додаток 1, п.2.2)
3. Складіть план дослідження та перелік матеріалів (Додаток 1, п.2.4; п.2.6)
4. Здійснює збір емпіричних даних та проінтерпретуйте результати дослідження (Додаток 1, пункт 3.1, 3.2)

#### Методика №1. ШКАЛА ДИФЕРЕНЦІАЛЬНИХ ЕМОЦІЙ (К. Ізард)

**Мета:** вивчення актуальних і домінуючих емоцій особистості.

**Інструкція досліджуваному:** «Нижче наводиться список індивідуальних емоційних переживань. Визначте за 5-бальною шкалою (5-абсолютно збігається, 1-зовсім не збігається), наскільки кожне переживання відповідає вашому стану на цей момент».

Список переживань:	Ваша відповідь
1. уважний	
2. концентрований	
3. зібраний	
4. отримує насолоду	
5. щасливий	
6. радісний	
7. здивований	
8. спантеличений	
9. вражений	
10. сумовитий	
11. сумний	
12. зломлений	
13. оскаженілий	
14. гнівний	
15. божевільний	

Список переживань:	Ваша відповідь
16. відчуває неприязнь	
17. відчуває відразу	
18. відчуває огиду	
19. презирливий	
20. необачливий	
21. гордовитий.	
22. лякаючий	
23. страшний.	
24. той, хто сіє паніку	
25. сором'язливий	
26. боязкий	
27. сором'язливий	
28. відчуває провину	
29. винуватий	
30. відчуває каяття	

### Обробка результатів

1. Підрахуйте суму балів, набраних вами за наступними 10 показниками:

Показник	Питання	Сума балів
1 - інтерес	1, 2, 3	
2- радість	4, 5, 6	
3 - подив	7, 8, 9	
4 - горе	10, 11, 12	
5 - гнів	13, 14, 15	

6 - огида	16, 17, 18	
7 - презирство	19, 20, 21	
8 - страх	22, 23, 24	
9 - сором	25, 26, 27	
10 - провина	28, 29, 30	

2. Визначте 3 показники, за якими набрано найбільшу кількість балів

-  
-  
-

3. Опишіть свій актуальний емоційний стан через домінуючі фундаментальні емоції.

---

---

---

---

---

---

---

---

4. Проілюструйте отримані результати прикладами

---

---

---

---

---

---

---

---

## Методика №2. ЕМОЦІЙНА СПРЯМОВАНІСТЬ (Б.І. Додонов)

**Мета:** вивчення оцінки значимості емоцій

**Інструкція для досліджуваного:** «Уважно прочитайте перелік переживань. Виберіть з них ті, які Вам найбільше подобається переживати. Запишіть його номер на 1-му місці "шкали". На 2-му місці - найбільш приємні переживання із тих, що залишилися. Решту переживань розташуйте у порядку спадання приємності для Вас так, щоб на 10-му місці опинилося переживання, найменш бажане для Вас. Відокремте ризиком ту частину шкали, де розташовані найбільш приємні для Вас емоції».

### Перелік емоцій для оцінювання:

1. Почуття незвичайного, таємничого, що з'являється у незнайомій місцевості, обстановці.
2. Радісне хвилювання, нетерпіння при придбанні нових речей, предметів колекціонування, задоволення від думки, що скоро їх стане ще більше.
3. Радісне збудження, коли бачиш, що досягаєш успішних результатів.
4. Задоволення, гордість, піднесення, коли можеш довести свою цінність як особистості або перевагу над суперниками, коли тобою щиро захоплюються.
5. Веселощі, безтурботність, гарне фізичне самопочуття, насолода від смачної їжі, відпочинку, невимушеної обстановки, безпеки та безтурботності життя.
6. Почуття радості і задоволення, коли вдається зробити щось приємне для близьких людей.
7. Гарячий інтерес, насолода при пізнанні нового, при знайомстві з вражаючими науковими фактами, радість і глибоке задоволення при досягненні суті явища, підтвердженні Ваших здогадів і пропозицій.
8. Бойове збудження, почуття ризику, захоплення їм, азарт, гострі відчуття в хвилини боротьби, небезпеки.
9. Радість, гарний настрій, симпатія, вдячність, коли бачиш дружбу і взаєморозуміння, коли сам отримуєш допомогу і схвалення з боку інших людей.



10. Своєрідне солодке почуття, що виникає при сприйнятті природи і музики, віршів, інших творів мистецтва.

### Протокол фіксації результатів

Номер емоції										
Місце	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

### Обробка результатів

1. Визначаємо значимість окремих потреб для особистості. Перевага будь-яких переживань означає домінування певних потреб:

Групи потреб	Номери емоцій
Біологічні	2, 5, 8
Соціальні	3, 4, 6, 9
Пізнавальні	1, 7, 10

2. Емоції, які опинилися на місцях 1 \_\_\_\_\_; 2 \_\_\_\_\_; 3 \_\_\_\_\_, визначають групу домінуючих потреб особистості, Емоції, які опинилися на місцях 8 \_\_\_\_\_; 9 \_\_\_\_\_; 10 \_\_\_\_\_ – відображають найменш значимі потреби.
3. Визначення ступеня відповідності структури значимих емоцій досліджуваного лідерським якостям:

Місце	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	X
Номер емоції (n)										
Еталонний ряд* (e)	6	9	4	10	8	1	3	7	2	5
Різниця (d)										

**Інтерпретація результатів.** Б.І.Додонов виділяє 10 видів таких емоцій:

- Альтруїстичні емоції виникають на основі потреби в сприянні, допомозі, заступництві іншим людям.
- Комунікативні емоції виникають на основі потреби в спілкуванні.
- Глоричні емоції пов'язані з потребою в самоствердженні, у славі.
- Праксичні емоції викликаються діяльністю, її успішністю чи неуспішністю
- Пугнічні емоції походять від потреби в подоланні небезпеки, на основі якої пізніше виникає інтерес до боротьби.
- Романтичні емоції виникають на основі прагнення до всього незвичайного, таємничого.
- Акзівні емоції виникають у зв'язку з інтересом до накопичення, «колекціонування» речей, який виходить за межі практичної потреби в них.
- Гедоністичні емоції пов'язані з задоволенням потреби в тілесному і душевному комфорті.
- Гностичні емоції описуються часто під рубрикою інтелектуальних почуттів. Їх пов'язують з потребою в отриманні будь-якої нової інформації і з потребою в «когнітивній гармонії».
- Естетичні емоції є відображенням потреби людини бути в гармонії з навколишнім.

Відхилення структури бажаних емоцій досліджуваного від еталонного ряду обчислюється як сума різниць за формулою:

$$d = \sum |n - e| \quad d =$$

**До уваги дослідника:** чим більше значення d, тим менше структура потреб досліджуваного узгоджується з оптимальною структурою потреб лідера.

### Висновок:

Змістове наповнення бажаних емоцій досліджуваного.

---



---



---



---

### Структуру домінуючих потреб.

---

---

---

---

---

### Ступінь відповідності структури потреб досліджуваного лідерським якостям

---

---

---

---

---

### Методика №3. ВИВЧЕННЯ ЕМОЦІЙНОЇ ПАМ'ЯТІ

**Мета:** Дослідити продуктивність запам'ятання різних за емоційним змістом слів.

**Інструкція досліджуваному:** «Уважно слухайте і запам'ятовуйте слова, які я буду читати»

**Форма роботи:** групова

Перелік слів для запам'ятання

Папір, Лампа, Стипендія, Сум, Квітка, Танці, Любов, Число, Мрія, Крейда, Поезія, Гадюка,  
Злодій, Літера, Театр, Бруд, Зошит, Зрада

Запишіть всі запам'ятовані слова в будь-якому порядку.

---

---

---

---

### Обробка отриманих результатів:

Підрахуйте, скільки слів позитивного змісту \_\_\_\_\_, негативного \_\_\_\_\_ чи нейтрального \_\_\_\_\_. Ви запам'ятали – кількість (або процент).

### Висновок:

Емоції, що характеризують актуальний емоційний стан.

---

---

---

---

Їх зв'язок (відповідність) емоційній спрямованості.

---

---

---

---

Відповідність структури емоційної спрямованості якостям, необхідним у діяльності лідера.

---

---

---

---

Вплив емоційного змісту матеріалу на його запам'ятання

---

---

---

---

---

### Література

1. Глуханюк Н.С., Дьяченко Е.В., Семенова С.Л. Практикум по общей психологии. – М.: Изд-во Моск. психолого-соц. ин-та, 2003. –142 с.

2. Практикум по общей, экспериментальной и прикладной психологии Под общ. ред. А.А.Крылова, С.А.Маничева. – СПб.: Питер, 2002. – 560 с.
3. Тест-анкета «Эмоциональная направленность» (Б.И.Додонов) / Диагностика эмоционально-нравственного развития. Ред. и сост. И.Б.Дерманова. – СПб., 2002. С.132-134.

*Контрольні питання та завдання:*

1. Чи завжди характер емоційної реакції людини адекватний характеру самого впливу?
2. Реєстрація проявів емоцій у японських і американських студентів при перегляді гостросюжетного фільму показали, що вони практично однаково реагують на емоціогенні ситуації. Проте під час бесіди про цей фільм американці демонстрували ті самі емоції, тоді як японці маскували негативне ставлення до певних героїв увічливими посмішками. Про що свідчать виявлені відмінності? Як вони характеризують природу емоцій?
3. Встановлено, що школярі досить легко співпереживають негативним емоціям (смуток, гнів тощо) своїх однолітків і значно важче – позитивним (радість), тобто вони емоційно відгукуються на неприємності, які трапляються з їхніми товаришами, але не розділяють їхній успіх. Які можливі причини цього явища? Чи можна змінити його?

#### ЛАБОРАТОРНЕ ЗАНЯТТЯ №54

### Тема. ОСОБЛИВОСТІ ВИВЧЕННЯ ЕМОЦІЙ ОСОБИСТОСТІ. ВИВЧЕННЯ ЕМОЦІЙНИХ СТАНІВ ОСОБИСТОСТІ

*План:*

1. Феномен «емоційного вигоряння»: методи дослідження.

---

---

---

---

---

---

---

2. Емоційні стани особистості.

*Емоційний стан –*

---

---

---

---

*Настрій –*

---

---

---

---

*Афект –*

---

---

---

---

*Пристрасть –*

---

---

---

---

*Байдужість –*

---

---

---

---

Роздратування –

Перенасичення –

### Практична частина.

Клієнтський запит (п.з. 37).

**Обов'язкова програма виконання завдання**

1. План дослідження та перелік матеріалів (Додаток 1, п.2.4; п.2.6)
2. Здійснити збір емпіричних даних та проінтерпретуйте результати дослідження (Додаток 1, пункт 3.1, 3.2).

#### **Методика №1. Градусник емоційного стану (Н. П. Фетіскін)**

**Мета:** визначення емоційного стану особистості та колективу.

**Теоретичне підґрунтя.** Методика розроблена і призначена для виявлення емоційних станів «тут і зараз». Вона може використовуватися в процесі навчальних занять і трудової діяльності. Перевагою методики є швидка фіксація станів в їх динаміці.

**Інструкція досліджуваному:** «На бланках, які Ви отримали, зображені аналоги медичного градусника. До їх особливостей можна віднести те, що ці градусники призначені не для визначення температурних показників організму, а для непрямого вимірювання емоційного стану людини (ЕС). Тому поділки, що нанесені на шкалу, та умовний ступінь температурної вираженості відображають наявний рівень того чи іншого стану. Включення декількох станів в один градусник пов'язано з їх великою різноманітністю, відсутністю можливості їх суміщення та мінливістю станів у психічній діяльності людини. Подібно температурі тіла ЕС коливається протягом доби, залежить від стану організму, самопочуття в колективі, особливостей діяльності (успіхів-неуспіхів, одноманітності...). При визначенні свого настрою спочатку почитайте назви станів, що розташовані у правій частині градусника та виберіть той з них, який у більшій мірі переважає у Вас. Після цього оцініть ступінь його вираженості від „низької“ до „дуже високої“, розташованих вздовж градусника, по наростанню від ртутної до „верхньої“ частини. Після цього поставте точку у відповідній зоні градусника навпроти Вашого стану у момент вимірювання.

Після цього аналогічно оцініть приблизний стан Вашого колективу, позначивши його на градуснику (+).

Відмітивши стан прочитайте внизу перелік можливих причин станів та виберіть ті з них, які у більшій мірі впливають на Ваш настрій і окремо на стан колективу.

Номери відповідних причин (не більше 3-х) підпишіть поряд з точкою та хрестиком. При визначенні свого стану та настрою колективу не намагайтесь справити найкраще або несприятливе враження. Вільно та швидко відмічайте ті стани, які, на Ваш погляд, в більшій мірі властиві Вам та вашому колективу. Пам'ятайте: поганих та хороших суджень не може бути.

У випадку відсутності необхідної причини стану напишіть на бланку свою та проставте її номер.

### Реєстраційний бланк

Стать		Прізвище	Група	Вік	Дата	Час	День тижня
Ч	Ж						

### Градусник ЕС особистості та колективу

низька	невисока	висока	дуже висока	Емоційні стани
36	37	38	39	
				стан піднесення
				стан радості
				стан емоц. комфорту
				стан спокою
				стан байдужості
				стан нудьги
				стан дрімоти
				незадоволення
				роздратування
				перенасичення

**Перелік причин можливих станів** (підібраний для студентів у процесі лекційного конспектування):

1. Відсутність інтересу до предмету.
2. Конспектую завжди із задоволенням.
3. Відчуття непотрібності предмета.
4. Захоплений підготовкою до предмета.
5. Нерозуміння предмета.
6. Добре засвоєння предмета.
7. Негативне ставлення до лектора.
8. Цікавий педагог.
9. Конспектую для видимості, думаю зовсім про інше.
10. Відкриття цікавих фактів.
11. Складні, незрозумілі пояснення.
12. Пробіли у знаннях.

#### Обробка результатів:

Аналіз отриманих даних може проводитися диференційовано: для окремої особистості, усереднених особистостей, колективних показників ЕС.

При спрощеному аналізі ЕС або при вивченні психологічного клімату колективу можна використовувати числові вираження станів у балах. Для цього кожному ЕС приписується певний знак із наступним числовим позначенням:

Вид ЕС	Емоційні стани	Значення ЕС
Позитивні ЕС	Стан піднесення	+3
	Радісний стан	+2
	Стан емоційного комфорту	+1
Нейтральні ЕС	Спокійний, врівноважений стан	0
Пасивно-негативні ЕС	Байдужий	-1
	Нудьгуючий	-2
	Дрімотний	-3
Активно-негативні ЕС	Незадоволення	-4
	Роздратування	-5
	Перенасичення	-6

1. Аналіз *індивідуальних* результатів дослідження ЕС у певній діяльності.

За допомогою звичайної лінійки визначаємо кількісний ступінь вираження того чи іншого ЕС (вид) (в мм або у %).

ЕС( )=

Вид ЕС \_\_\_\_\_ Ступінь активності \_\_\_\_\_

Аналіз причин діагностованого ЕС.



## Література

1. Общая, возрастная и педагогическая психология практикум. Под. ред. Д.Ф. Николенко. – 206 с. Киев «Вища школа». – 1980. – С. 102-112.
2. Семиченко В.А. Психология эмоций. НПФ «Осирис», 1996. – С. 10-14.
3. Глуханюк Н.С., Дьяченко Е.В., Семенова С.Л. Практикум по общей психологии. – М.: Изд-во Моск. психолого-соц. ин-та, 2003. – 142 с. – С. 157-166.
4. Пашукова Т.І., Допіра А.І., Дьяков Г.В. Практикум із загальної психології / За ред. Т.І. Пашукової. – К.: Знання, 2006. – 100 с. – С. 84-88

### Контрольні питання і завдання:

1. Що таке емоції?
  2. Роль емоційної пам'яті у життя людини?
  3. Що таке феномен «емоційного вигоряння»?
  4. Яка методика застосовується для визначення емоційного стану особистості та колективу?
  5. Визначте, до якої категорії емоційних явищ (настрій, афект, емоції, почуття, пристрасть, стрес, фрустрація, депресія і т.д.) належить описуване в кожному прикладі переживання. За якими ознаками можна це встановити?
- Одержавши в свої ворота гол, гравці стали невпізнанні – куди поділися їхній запал і натхнення.
  - Під час складання вступного екзамену з математики сильний учень, відмінник не може розв'язати простеньку задачу. Говорить, що в нього якийсь дивний стан: все забув.

## ЛАБОРАТОРНЕ ЗАНЯТТЯ №55-56

### Тема. ОСОБЛИВОСТІ ВИВЧЕННЯ ЕМОЦІЙ ОСОБИСТОСТІ. ВИВЧЕННЯ ЕМОЦІЙНИХ СТАНІВ ОСОБИСТОСТІ

План:

1. Методи вивчення тривожності особистості

---

---

---

---

---

---

---

---

## ПРАКТИЧНА ЧАСТИНА.

Клієнтський запит (п.з. №1).

### Програма для обов'язкового виконання:

1. Розробіть консультацію з фахівцями з даної проблеми (додаток 1; п.2.3)
2. Складіть розгорнутий план виконання завдання, зробіть підбір методів (додаток 1; п.2.4)
3. Здійсніть збір емпіричних даних та проінтерпретуйте результати дослідження (Додаток 1, пункт 3.1, 3.2).
4. Змоделюйте бесіду повідомлення результатів дослідження емоційної сфери особистості (Додаток 1, п. 4.1.)

# **Методика №1. ДОСЛІДЖЕННЯ СИТУАТИВНОЇ ТА ОСОБИСТІСНОЇ ТРИВОЖНОСТІ (Ч.Д. Спілбергер, адаптація Ю.Л. Ханін)**

**Мета:** вивчення тривожності як особистісної властивості і як ситуативного стану.

Дослідження може проводитися як індивідуально, так і в групі.

**Інструкція досліджуваному:** «Прочитайте уважно кожне з запропонованих тверджень і поставте позначку у колонці праворуч відповідно до того, як Ви себе почуваєте в цей момент. Над питаннями довго не задумуйтеся, оскільки правильних чи неправильних відповідей немає».

**Бланк №1**

Опис емоційного стану		Відповідь			
		Ні, не згоден	Можливо згоден	Згоден	Повністю згоден
		1	2	3	4
1.	Я спокійний				
2.	Мені ніщо не загрожує				
3.	Я напружений				
4.	Я внутрішньо скутий				
5.	Я почуваю себе вільно				
6.	Я засмучений				
7.	Мене хвилюють можливі невдачі				
8.	Я відчуваю душевний спокій				
9.	Я стривожений				
10.	Я відчуваю почуття внутрішнього задоволення				
11.	Я впевнений у собі				
12.	Я нервую				
13.	Я не нахожу собі місця				
14.	Я роздратований				
15.	Я не відчуваю скутості				
16.	Я задоволений				
17.	Я заклопотаний				
18.	Я занадто збуджений, і мені не по собі				
19.	Мені радісно				
20.	Мені приємно				

**Інструкція досліджуваному:** «Прочитайте уважно кожне з запропонованих тверджень і поставте позначку у колонці праворуч відповідно до того, як Ви себе почуваєте зазвичай. Над питаннями довго не задумуйтеся, оскільки правильних чи неправильних відповідей немає».

**Бланк №2**

Опис емоційного стану		Відповідь			
		Ні, не згоден	Можливо згоден	Згоден	Повністю згоден
		1	2	3	4
1.	Я відчуваю задоволення				
2.	Я дуже легко стомлююсь				
3.	Я легко можу заплакати				



4.	Я хотів би бути таким же щасливим, як і інші				
5.	Нерідко я програю через те, що недостатньо швидко приймаю рішення				
6.	Зазвичай я почуваю себе бадьорим				
7.	Я спокійний, холоднокровний і зібраний				
8.	Очікувані труднощі зазвичай дуже тривожать мене				
9.	Я занадто переживаю через дрібниці				
10.	Я цілком щасливий				
11.	Я приймаю все близько до серця				
12.	Мені не вистачає впевненості в собі				
13.	Зазвичай я почуваю себе в безпеці				
14.	Я намагаюся уникати критичних ситуацій				
15.	У мене буває хандра				
16.	Я задоволений				
17.	Усякі дрібниці відволікають і хвилюють мене				
18.	Я так сильно переживаю свої розчарування, що потім довго не можу забути про них				
19.	Я врівноважена людина				
20.	Мене охоплює сильне занепокоєння, коли я думаю про свої справи і турботи				

### Обробка отриманих результатів

- Визначення сумарних показників ситуативної (СТ – бланк №1) і особистісної (ОТ – бланк №2) тривожності за допомогою формул.

**СТ = Z – G + 35**, де Z — сума балів за пунктами 3, 4, 6, 7, 9, 12, 13, 14, 17, 18;  
G — сума балів за пунктами 1, 2, 5, 8, 10, 11, 15, 16, 19, 20 (бланк №1)

СТ =

**ОТ = Z – G + 35**, де Z — сума балів за пунктами 22, 23, 24, 25, 28, 29, 31, 32, 34, 35, 37, 38, 40;  
G — сума балів за пунктами 21, 26, 27, 30, 33, 36, 39 (бланк №2)

ОТ =

Загальний підсумковий показник по кожній з підшкал може знаходитися в діапазоні від 20 до 80 балів. При цьому, чим вище підсумковий показник, тим вищий рівень тривожності (ситуативної або особистісної).

Рівні вираженості ситуативної та особистісної тривожності	
до 30	Низький
31-44	Середній
45 і більше	Високий

### Інтерпретація результатів

Під **особистістю тривожністю** (ОТ) розуміють стійку індивідуальну характеристику, що свідчить про схильність суб'єкта до тривоги й передбачає наявність у нього тенденції сприймати досить широкий спектр ситуацій як загрозливі, відповідати на кожну з них певною реакцією. Як схильність особистісна тривожність активізується під час сприйняття стимулів, які людина розцінює як небезпечні, пов'язані зі специфічними ситуаціями загрози її престижу, самооцінці, самоповазі.

Ситуативна, чи **реактивна, тривожність** (РТ) як стан характеризується суб'єктивно пережитими емоціями: напруженням, занепокоєнням, заклопотаністю, нервозністю. Цей стан виникає як емоційна реакція на стресову ситуацію, може бути різним за інтенсивністю й динамічним у часі.

Особистості, яка належить до категорії **високоотривожних**, схильні сприймати загрозу своїй самооцінці й життєдіяльності у великому діапазоні ситуацій і реагувати дуже напружено, вираженим станом тривожності. Якщо психологічний тест виявляє у випробуваного високий показник особистісної тривожності, то це дає підстави припускати, що в різноманітних ситуаціях (особливо, якщо вони стосуються оцінки його компетенції та престижу) в людини може простежуватися стан тривожності.

Значні відхилення від рівня **середньої тривожності** потребують особливого вивчення. Так, за високої тривожності є схильність до тривожного стану індивіда в ситуаціях оцінки його компетентності. У такому разі треба знизити суб'єктивну значущість ситуації та завдань і перенести акцент на осмислення діяльності й формування почуття впевненості в успіху.

**Низька тривожність**, навпаки, потребує підвищеної уваги до мотивів діяльності, підвищення почуття відповідальності. Але інколи дуже низька тривожність у показниках тесту є результатом активного витіснення особистістю високої тривоги з метою показати себе з кращого боку.

### Висновок:

Рівень СТ та перелік основних ситуацій, у яких він підвищується.

---

---

---

---

---

---

---

---

Рівень ОТ та перелік її можливих причин.

---

---

---

---

---

---

---

---

Співвідношення СТ та ОТ.

---

---

---

---

---

---

---

---

Аналіз власних способів подолання надмірної тривожності у різних життєвих ситуаціях (3 приклади).

---

---

---

---

---

---

---

---

### Література:

1. Глуханюк Н.С., Дьяченко Е.В., Семенова С.Л. Практикум по общей психологии. – М.: Изд-во Моск. психолого-соц. ин-та, 2003. –142 с. – С. 157-166.

2. Пашукова Т.І., Допіра А.І., Дьяков Г.В. Практикум із загальної психології / За ред. Т.І. Пашукової. – К.: Знання, 2006. – 100 с. – С. 84-88

*Контрольні питання і завдання:*

1. Порівняйте поняття «тривоги» і «тривожності».
2. Що таке ситуативна та особистісна тривожність?
3. Розкрийте характеристику високотривожних людей
4. Особистісна стратегія поведінки людини при періодичному переживанні почуття тривоги.
5. Яке явище в сфері почуттів проявилось в такому прикладі? Як воно називається? «Я не знаю, - пише юнак дівчині, - люблю я тебе чи ненавиджу. Мені здається, що ці почуття в мені дивним чином перемішані. Ставлю запитання: чому я можу любити тебе? Не знаходжу відповіді. Та немає, здається, підстав і для ненависті. Може, ти допоможеш мені зрозуміти самого себе, і чим спричинено мій такий незрозумілий стан щодо тебе?».
6. Якщо порівняти людину і тварину, дитину і дорослого, мало виховану і виховану людину, то можна помітити, що разом із розвитком психіки емоції все більше відступають на задній план. Складається враження, що вони взагалі небажане явище в житті людини. Батьки, наприклад, усіляко засуджують безпосередні, емоційні реакції дитини і, навпаки, заохочують емоційну витримку. В деяких культурах у цьому плані досягли успіхів. Чи не втрапить людина майбутнього тих реакцій, що мали сенс у давнину? Чи є у емоцій майбутнє?

## ПРАКТИЧНІ ЗАНЯТТЯ

### ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ № 6-7

#### Тема 22. ОСОБЛИВОСТІ ВИВЧЕННЯ ЕМОЦІЙ ОСОБИСТОСТІ

Рейковський Я. **Вираження емоцій – міміка, пантоміміка, вокалізація** // Общая психология : Тексты: в 3-х т. Т.2: Субъект деятельности. Книга 1. / отв. Ред. В.В. Петухов. – М.: МК «Психология»; Генезис, 2002. – С. 441-446.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## ПРАКТИЧНА ЧАСТИНА

### Методика №1. ВИВЧЕННЯ ЗОВНІШНЬОГО ВИРАЖЕННЯ ЕМОЦІЙ

**Мета:** вивчення особливостей зовнішнього прояву емоційних станів за допомогою спостереження.

#### Завдання №1

**Інструкція для досліджуваних:**

1. Визначте емоційний стан людей, зображених на малюнках (матеріал: набір малюнків №1 з 12 мімічними виразами обличчя).
2. Назвіть емоційний стан у наступних зображеннях (матеріал: набір малюнків №2 – схематичні зображення тих же мімічних виразів, які передають тільки положення брів, очей і рота).
3. Встановіть відповідність між наборами зображень №1 та №2.

Набір малюнків №1	Набір малюнків №2
1.	1.
2.	2.
3.	3.
4.	4.
5.	5.
6.	6.
7.	7.
8.	8.
9.	9.
10.	10.
11.	11.
12.	12.

**Обробка результатів.** Фіксується час і правильність виконання завдання.

Еталонний список емоційних станів: 1 - байдужість, 2 – ворожість, 3 – веселощі, 4 – сильна злість, 5 – смуток, 6 – сором'язлива радість, 7 – погане самопочуття, 8 – здивування, 9 – бурхлива радість, 10 – глибока печаль, 11 – скепсис, 12 - скорбота).

**До уваги дослідника:** Якщо ця частина завдання складає труднощі (важко підібрати назву відповідних емоцій), можна запропонувати список цих емоцій, які перелічені в довільному порядку, і запропонувати підібрати під малюнок відповідну назву емоцій.

#### Висновок:

- Визначити точність впізнавання (кількість правильно названих) емоційних станів при пред'явленні точного та схематичного зображення.
- Визначити основні інформативні точки, які допомагали правильно визначити емоційний стан в обох серіях.
- На основі групового обговорення інформативних точок визначити загальні та індивідуальні особливості сприймання емоційних станів людини за її зовнішнім виразом.

#### Завдання №2

**Інструкція для досліджуваних:** «Вам пропонується працювати у парах. У кожного з Вас є однакові набори малюнків з зображеннями різних мімічних виразів обличчя. Зі зворотного боку кожного малюнка проставлені порядкові номери.

1. Сядьте один навпроти одного. Один із Вас вибирає будь-який малюнок, пише на окремому листку його номер і називає емоцію, яку на його думку, передає малюнок. Потім Ви робите такий же вираз обличчя, який передавав би відповідну емоцію. Другий студент має відгадати ту емоцію яку Ви йому показуєте вибираючи із своїх малюнків той, який, на його думку, відповідає даній емоції. Запишіть номер малюнку і назвіть емоцію.
2. Сядьте спиною один до одного. Перший досліджуваний називає будь-який мімічний образ і показує його на своєму малюнку так, щоб бачив спостерігач і не бачив інший досліджуваний. Другий досліджуваний

повинен вибрати із набору мімічне зображення із малюнків, які він має і показує викладачу».

Спостерігач протоколює всі відповіді в таблиці.

Після виконання 4 проб партнери міняються ролями

### Обробка результатів:

#### 1. Результати виборів заносяться до протоколу

№ вибору	Номери малюнків, які назвав перший партнер	Номери малюнків, які назвав другий партнер	Спонтанні коментарі
Серія 1.			
1	1	7	
2	2	2	
...			
Серія 2.			
1			
2			
...			

### Висновок:

- Кількість та зміст емоційних станів, які досліджуваний точно назвав та відтворив.

- Інформаційні точки, які допомогли правильно вказати емоційний стан.

- Труднощі, які виникли при називанні та демонстрації емоційних станів

### Література:

1. Глуханюк Н.С., Дьяченко Е.В., Семенова С.Л. Практикум по общей психологии. – М.: Изд-во Моск. психолого-соц. ин-та, 2003. –142 с.
2. Практикум по общей, экспериментальной и прикладной психологии Под общ. ред. А.А.Крылова, С.А.Маничева. – СПб.: Питер, 2002. – 560 с. – С. 206-212.

### Контрольні питання та завдання:

1. Які найбільш інформативні ознаки емоцій?
2. Охарактеризуйте загальні та індивідуальні особливості сприймання емоційних станів людини за її зовнішнім виразом.
3. Чим можна пояснити такий факт: якщо дати людині можливість «виговоритися», «поплакатися», то їй стає легше перенести горе?
4. Докажіть, що праця є основою виникнення і розвитку вольових дій.
5. Добре відомо, що в той час, коли людина вчиться їздити на велосипеді, їй досить тільки подумати, що вона зараз впаде, як вона дійсно падає. Які механізми волі проявляються в даному випадку?

**Тема для самостійного опрацювання**

**Тема. ЕМОЦІЙНА САМОРЕГУЛЯЦІЯ ОСОБИСТОСТІ**

План:

1. Поняття емоційної саморегуляції.

2. Прийоми емоційної регуляції

**ПРАКТИЧНА ЧАСТИНА**

1. Самодослідження ознак емоційної збудливості.
2. Рефлексія прийомів емоційної саморегуляції у ситуаціях переживання гніву.

**Методика №1. НЕКЕРОВАНА ЕМОЦІЙНА ЗБУДЛИВІСТЬ (В.В. Бойко, 1996)**

**Мета:** вивчення та усвідомлення схильності до емоційної збудливості чи врівноваженості.

**Інструкція досліджуваному:** «Вам пропонується низка питань, на які Вам потрібно дати відповідь «так» (+) або «ні» (-). Довго не думайте. Намагайтеся фіксувати першу думку».

**Текст опитувальника**

Зазвичай Ви висловлюєте свою думку відверто, не особливо задумуючись над вибором слів та виразів?	
Чи швидко Ви починаєте злитися та впадати у гнів?	
Чи можете Ви вдарити співрозмовника, що образив Вас?	
Після вживання невеликої кількості алкоголю чи стаєте Ви нестриманим?	
Ви можете стати різким та нагрубіяти?	
В дитинстві Ви втікали з дому, ображаючись на батьків?	
Чи ображаєтеся Ви з дрібниць?	
Перед важливою зустріччю Ви дуже хвилюєтеся?	
Під впливом емоцій Ви можете сказати те, про що потім будете шкодувати?	
У збудженому стані Ви погано контролюєте свої дії (можете бити посуд, кидати речі, ламати предмети)?	
Чи доводилося Вам відповідати за свою запальність (вас карали, оголошували догану, Вас кидали друзі)?	
Чи часто трапляється так, що Ви купуєте річ, що сподобалася, не встигнувши роздивитися і оцінити її як слід, а потім виявляється, що купили не те, що потрібно?	
<b>Сума балів</b>	

**Обробка результатів** За всі відповіді «так» нараховується по 1 балу. Визначаємо рівень імпульсивності (підкреслити)

10-12 балів	Значна емоційна імпульсивність
5-9 балів	Схильність до помірної імпульсивності
4 бали і менше	Схильність до імпульсивності відсутня

### Висновку

Рівень власної імпульсивності та її ознаки у навчальній та позанавчальній діяльності \_\_\_\_\_

---

---

---

---

---

---

---

---

## Методика №2. ВИВЧЕННЯ СПОСОБІВ ВИРАЖЕННЯ ГНІВУ

**Мета:** дослідження способів вираження та втримання власного гніву в звичайних буденних ситуаціях.

**Інструкція для досліджуваного:** Ви два місяці старанно працювала над контрольною роботою із психології. Випадковість зашкодила Вам здати роботу вчасно. Й тепер викладач відмовляється поставити Вам оцінку, мотивуючи це тим, що робота була здана із запізненням на одну годину. Ви відчуває, як Ваше обличчя червоніє від гніву, а серце починає все сильніше та сильніше битися.

- **Опишіть, яким чином Ви могли би прямо чи опосередковано виразити свій гнів або стримати його:**

А) Пряме вираження гніву: \_\_\_\_\_

Б) Опосередковане вираження гніву: \_\_\_\_\_

В) Втримання гніву:

- **Опишіть також три методи, які б допомогли Вам стримати власний гнів:**

А) \_\_\_\_\_

Б) \_\_\_\_\_

В) \_\_\_\_\_

1. Проаналізуйте ефективність кожного із способів реагування на проблему та методів стримання гніву.

---

---

---

---

---

---

---

---

2. Спираючись на попередній досвід проаналізуйте 3 способи вираження гніву, якими послуговуєтесь найчастіше у міжособистісному спілкуванні з друзями, з рідними, у ситуаціях навчальної діяльності за такими критеріями:

— Вплив на Ваш емоційний стан;

---

---

---

---

---

---

---

---

---

— Вплив на емоційний стан співрозмовника;

---

---

---

---

---

---

— Ефективність вирішення проблеми.

---

---

---

---

---

### **Висновок:**

Аналіз рівня імпульсивності та її впливу на діяльність

---

---

---

---

Аналіз власних прийомів саморегуляції у ситуаціях переживання гніву

---

---

---

---

---

---

---

---

Спираючись на результати досліджень власної емоційно-вольової сфери (модуль №6) складіть програму розвитку саморегуляції емоцій у конфліктних ситуаціях (3 пункти).

---

---

---

---

---

---

---

### **Література**

1. Ильин Е. П. Эмоции и чувства. - СПб: Питер, 2001. - 752 с.
2. Изард К.Э. Психология эмоций. – Пер. с англ. СПб., 1999. – 464 с.
3. Бойко В. В. Энергия эмоций в общении: взгляд на себя и на других – М: Информационно-издательский дом "Филин", 1996. – 472 с.

*Контрольні питання і завдання:*

1. Дайте визначення поняттю емоційна саморегуляція.
2. Проаналізуйте методи дослідження емоційної саморегуляції особистості.



## ЗАВДАННЯ ДО ПІДСУМОВОЇ МОДУЛЬНОЇ РОБОТИ №9

Умовою допуску до ПМР є зарахування звітів за результатами лабораторних занять.

**I. Тестове завдання** (4 завдання, за правильне виконання завдання – 5 балів). Максимальна кількість балів – 20.

**II. Теоретичне питання** (оцінюються від 0 до 30 балів).

Максимальна кількість балів – 30.

1. Поняття «емоційно-вольової сфери» особистості
2. Напрямки вивчення емоцій
3. Емоційні стани особистості: тривожність, фрустрація
4. Поняття волі та вольових якостей особистості
5. Дайте визначення поняття «емоції» та визначте їх роль у життєдіяльності людини.
6. Охарактеризуйте фундаментальні емоції, за К. Ізардом.
7. Розкрийте зміст основних емоцій, за Б. Додоновим.
8. Поняття емоційної пам'яті
9. Дайте коротку характеристику впливу на ефективність діяльності таких емоційних станів: стрес, нудьга, відроза, феномен «емоційного вигоряння»
10. Поняття емоційного стану особистості.
11. Дайте коротку характеристику впливу на ефективність діяльності таких емоційних станів: стрес, нудьга, відроза, феномен «емоційного вигоряння»
12. Поняття тривоги і тривожності у психології.
13. Дайте коротку характеристику впливу тривожності на ефективність діяльності.
14. Ситуативна та особистісна тривожність

**III. Професійно-орієнтоване завдання.**

Максимальна кількість балів – 50.

Зараховується на основі звітів за лабораторні заняття.

**Клієнтський запит:** Ви, студент першого курсу, звертаєтеся до психолога за консультацією: «Я отримую освіту психолога і чув, що психолог, перш за все, повинен мати повну інформацію про власну особистість. Як я можу дослідити себе».

**Обов'язкова програма при виконанні завдання:**

Виконання завдання здійснюється за алгоритмом (п. 1-4) із використанням методик, представлених у л.з. № 8-13.

## МОДУЛЬ 10. ДОСЛІДЖЕННЯ ВОЛЬОВОЇ СФЕРИ

### ЛАБОРАТОРНЕ ЗАНЯТТЯ №57-60

#### Тема ОСОБЛИВОСТІ ВИВЧЕННЯ ВОЛЬОВОЇ СФЕРИ ОСОБИСТОСТІ

План:

1. Поняття про локус контроль.

2. Методи дослідження локусу контролю

### ПРАКТИЧНА ЧАСТИНА

**Клієнтський запит:** (л.з. 1)

Програма для обов'язкового виконання:

1. План дослідження та перелік матеріалів (Додаток 1, п.2.4; п.2.6)
2. Здійснити збір емпіричних даних та проінтерпретуйте результати дослідження (див. додаток 1, пункт 3.1, 3.2).

**Методика №1. ВИЗНАЧЕННЯ ЛОКУСУ КОНТРОЛЮ** (Дж. Роттер, адаптація Є.Ф. Баженіна)

**Мета:** визначення локусу суб'єктивного контролю.

**Теоретичне підґрунтя.** Локус контролю - це характеристика вольової сфери людини, яка відображає її схильність приписувати відповідальність за результати своєї діяльності зовнішнім силам або власним здібностям і зусиллям.

Приписування відповідальності за результати своєї діяльності зовнішнім силам називається екстернальним, або зовнішнім, локусом контролю, а приписування відповідальності власним здібностям і зусиллям - інтернальним, або внутрішнім, локусом контролю.

Таким чином, можливі два полярних типи особистостей залежно від локалізації контролю: екстернальний та інтернальний. Будь-якій людині властива певна позиція на континіумі від екстернального до інтернального типу.

**Інструкція досліджуваному:** «Прочитайте твердження опитувальника і дайте відповідь в реєстраційному бланку (+), якщо ви згодні з твердженням і (-), якщо - ні». Пам'ятайте, що в тесті немає «правильних» чи «неправильних» відповідей. Свою думку висловлюйте відверто. Надавайте перевагу відповіді, яка перша спала Вам на думку»

#### Опитувальник

1. Просування по службових сходах більше залежить від успішного збігу обставин, ніж від здібностей людини.
2. Більшість розлучень виникає тому, що люди не захотіли пристосовуватись один до одного.
3. Хвороба - справа випадку: якщо маєш захворіти, то вже нічим не зарадиш.
4. Люди стають самотніми тому, що самі не виявляють інтересу і дружнього ставлення до оточуючих.
5. Здійснення моїх бажань часто залежить від удачі.
6. Даремно докладати зусиль для того, щоб завойовувати симпатії інших людей.
7. Зовнішні обставини (батьки, добробут) впливають на сімейне щастя не менше, ніж стосунки подружжя.
8. Я часто відчуваю, що мало впливаю на те, що відбувається зі мною.
9. Як правило, керівництво виявляється більш ефективним, коли повністю контролюються дії

підлеглих, а не покладаються на їхню самостійність.

10. Мої оцінки в школі часто залежали від випадкових обставин (наприклад, від настрою вчителя), а не від моїх власних зусиль.
11. Коли я планую, то, здебільшого, вірю, що зможу здійснити свої плани.
12. Те, що багатьом людям здається успіхом чи удачею, насправді є результатом тривалих цілеспрямованих зусиль.
13. Думаю, що правильний спосіб життя може більше допомогти здоров'ю, ніж лікарі та ліки.
14. Якщо люди не підходять один одному, то, як би вони не намагалися налагодити сімейне життя, вони все одно не зможуть цього зробити.
15. Те добре, що я роблю, звичайно буває гідно оцінено іншими.
16. Діти виростають такими, якими їх виховують батьки.
17. Думаю, що випадок чи доля не відіграють великої ролі в моєму житті.
18. Я намагаюся не планувати наперед, тому що багато залежить від того, як складуться обставини.
19. Мої оцінки в школі залежали переважно від моїх зусиль і від ступеня підготовки.
20. У сімейних конфліктах я частіше відчуваю вину за собою, ніж за протилежною стороною.
21. Життя більшості людей залежить від збігу обставин.
22. Я надаю перевагу такому керівництву, при якому можна самостійно визначати, що і як робити.
23. Думаю, що мій спосіб життя ні в якій мірі не є причиною моїх хвороб.
24. Як правило, саме невдалий збіг обставин заважає людям добитися успіху в своїх справах.
25. Врешті-решт, за погане керівництво установою відповідають самі люди, які в ній працюють.
26. Я часто відчуваю, що нічого не можу змінити в стосунках, що склалися в сім'ї.
27. Якщо я дуже захочу, то зможу повернути до себе будь-кого.
28. На підростаюче покоління впливає так багато всіляких обставин, що зусилля батьків у вихованні часто виявляються не результативними.
29. Те, що зі мною трапляється, - це справа моїх власних рук.
30. Важко буває зрозуміти, чому керівники діють так, а не інакше.
31. Людина, яка не змогла досягти успіху у своїй роботі, швидше всього, не доклала достатньо зусиль для цього.
32. Найчастіше я можу домогтися від членів моєї сім'ї того, що я захочу.
33. У неприємностях і невдачах, які траплялися в моєму житті, більше були винні інші люди, ніж я.
34. Дитину завжди можна вберегти від простуди, якщо за нею доглядати і правильно її одягати.
35. У складних обставинах я вважаю за краще зачекати, поки проблема розв'яжеться сама по собі.
36. Успіх - це результат наполегливої праці, і він мало залежить від випадку чи від удачі.
37. Я відчуваю, що від мене більше, ніж від інших, залежить щастя моєї сім'ї.
38. Мені завжди було важко зрозуміти, чому я подобаюсь одним людям і не подобаюсь іншим.
39. Я завжди надаю перевагу прийняттю рішень і самостійним діям, а не сподіваюся на допомогу інших людей чи на долю.
40. На жаль, заслуги людини часто залишаються невизнаними, незважаючи на всі її намагання.
41. У сімейному житті бувають такі ситуації, які неможливо змінити навіть з найбільшим бажанням.
42. Здібні люди, які не зуміли реалізувати свої можливості, мають звинувачувати в цьому тільки самих себе.
43. Багато моїх успіхів були можливі тільки завдяки допомозі інших людей.
44. Більшість невдач у моєму житті були від невміння, від незнання або від лінощів і мало залежали від удачі чи від невдачі.

#### Ресстраційний бланк

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

## Обробка результатів

- Зіставляємо отримані відповіді з ключем і підраховуємо кількість співпадінь, яка і є показником локалізації суб'єктивного контролю ( $I_{\text{лк}}$ ):

Відповідь	Номери запитань
+ (згоден)	2,4,11,12,13,15, 16,17,19, 20, 22, 25, 27, 29, 31, 32, 34,36, 37, 39, 42, 44
- (не згоден)	1, 3, 5,6,7,8,9, 10,14,18, 21, 23, 24, 26, 28, 30,33, 35, 38,40,41,43

## Визначаємо локус контролю

Показник ( $I_{\text{лк}}$ )	Рівень інтернальності	Рівень екстернальності
0 - 11	Низький рівень	Високий рівень
12 - 32	Середній рівень	Середній рівень
33 - 44	Високий рівень	Низький рівень

Чим більша величина інтернальності, тим менша екстернальність.

Локус контролю, характерний для людини, є універсальним стосовно будь-яких типів подій і ситуацій, з якими їй доводиться стикатися. Один і той же тип контролю проявляється як у разі невдач, так і в разі досягнень, причому це спостерігається в різноманітних сферах життєдіяльності суб'єкта.

Для певного рівня локусу контролю користуються такими межами шкали інтернальності:

При **низькому рівні інтернальності** люди майже не бачать зв'язку між своїми діями і важливими для них подіями життя. Вони не вважають себе здатними контролювати розвиток таких подій і вважають, що більшість із них є результатом випадку чи вчинків інших людей. Тому "екстернали" емоційно нестійкі, схильні до неформального спілкування і поведінки, слабокомунікабельні, у них поганий самоконтроль і висока напруженість.

**Високий рівень інтернальності** відповідає високому рівню суб'єктивного контролю над будь-якими значущими випадками. Люди, які мають такий локус контролю, вважають, що більшість важливих подій в їхньому житті — результат їхніх власних дій, що вони можуть ними керувати і відчувають відповідальність і за ці події, і за те, як складається їхнє життя в цілому. "Інтернали" з високими показниками суб'єктивного контролю мають емоційну стабільність, вони впевнені, рішучі, відрізняються комунікабельністю, значним самоконтролем і стриманістю.

**Середній рівень інтернальності** властивий для більшості людей. Особливості їхнього суб'єктивного контролю можуть дещо змінюватися залежно від того, чи здається людині ситуація складною або простою, приємною або неприємною тощо. Хоча їхня поведінка і психологічне почуття відповідальності за неї залежать від конкретних соціальних ситуацій, усе ж можна і в них встановити перевагу того чи іншого локусу контролю.

Таким чином, суб'єктивний локус контролю пов'язаний з відчуттям людиною своєї сили, відповідальності за те, що відбувається, із самоповагою, із соціальною зрілістю і самостійністю особистості.

Складаючи рекомендації для самовдосконалення, врахуйте, що:

- конформна, поступлива поведінка в більшій мірі притаманна людям з екстернальним локусом контролю; інтернали менш схильні підкорятися тискові (думкам, емоціям та ін.) інших людей;
- людина з інтернальним локусом контролю краще працює на самоті;
- інтернали більш активно шукають інформацію, як правило, більше ознайомлені із ситуацією, ніж екстернали;
- в інтервалів більш активна, ніж в екстерналів, позиція щодо свого здоров'я.

Інтернали більш популярні, займають сприятливу позицію в системі міжособистісних стосунків. Вони більш бажані для суспільства, впевнені в собі й терпиміші.

Особи з інтернальним локусом контролю надають перевагу недирижуваним методам виховання і психокорекції. А в роботі з екстерналами важливо звертати увагу на тривожність та депресію.

**Висновок:**

*Вкажіть рівень локалізації суб'єктивного контролю досліджуваного.*

*Проілюструйте отримані результати прикладами із побуту, навчальної діяльності або спілкування з іншими людьми.*

*Опишіть шляхи вдосконалення тих рис, які потребують корекції.*

ЛАБОРАТОРНЕ ЗАНЯТТЯ №61-62

**Тема ДОСЛІДЖЕННЯ ВОЛЬОВИХ ЯКОСТЕЙ ОСОБИСТОСТІ**

План:

Системні вольові якості: принциповість, самостійність, ініціативність, рішучість.

**ПРАКТИЧНА ЧАСТИНА**

**Клієнтський запит (п.3.37).**

**Програма для обов'язкового виконання:**

1. Здійснить аналіз літератури з проблеми та передбачення проблемних моментів (додаток 1; п.2.2,2.5)
2. Складіть план дослідження та перелік матеріалів (п.2.4; п.2.6)
3. Здійснить збір емпіричних даних та проінтерпретуйте результати дослідження (п. 3.1, 3.2).

**Методика №1. МЕТОДИКА ДОСЛІДЖЕННЯ ВОЛЬОВИХ ЯКОСТЕЙ ОСОБИСТОСТІ**

**Мета:** оцінити рівень розвитку власних вольових якостей: цілеспрямованості, наполегливості і завзятості, сміливості і рішучості, ініціативності та самостійності, самовладання і витримки.

**Теоретичне підґрунтя.** Кожен опитувальник (із 5 представлених) дозволяє діагностувати два параметри вищеперелічених вольових якостей: вираженість та генералізованість.

- вираженість вольової якості – наявність і стійкість прояву основних його ознак.

- генералізованість - універсальність якості тобто широта її прояву в різних життєвих ситуаціях і діяльності.

**Інструкція досліджуваному:** «Прочитайте уважно кожне судження і подумайте, наскільки воно Вас характеризує. Виходячи з цього виберіть відповідь з п'яти запропонованих варіантів і її номер поставте у зведеному протоколі дослідження напроти номера відповідного судження.

Варіанти відповідей:

1. «Так не буває».
2. «Мабуть, невірно»
3. «Може бути».
4. «Мабуть, так».
5. «Впевнений, що так».

Відповівши на запитання 1-го опитувальника «Цілеспрямованість», переходьте до наступного і так до кінця, поки не заповните весь зведений протокол».

### Тексти опитувальників

#### Цілеспрямованість

№	Твердження	Бали
1.	Починаючи будь-яку справу, завжди чітко усвідомлюю, чого я хочу досягти	
2.	Невдача на іспиті спонукає мене займатися з подвійною енергією	
3.	Мої інтереси нестійкі, не можу визначитися, до чого мені прагнути в житті.	
4.	Я чітко уявляю собі, чого хочу навчитися у ВНЗ	
5.	Під час занять мені швидко набридає працювати чітко у відповідності з планом	
6.	Якщо я вже ставлю перед собою певну мету, то неухильно прагну до її досягнення, як би не було важко	
7.	На більшості занять я ставлю перед собою чіткі завдання	
8.	При невдачах у мене завжди виникають сумніви, чи варто продовжувати розпочату справу	
9.	Чітке планування роботи не характерне для мене	
10.	Я рідко замислююся над тим, як можна застосувати знання, отримані у ВНЗ, у майбутній практичній роботі	
11.	Ніколи сам не виявляю ініціативи в постановці нових цілей, краще буду слідувати вказівкам інших людей	
12.	Зазвичай під впливом різного роду перешкод моє прагнення до мети значно слабшає	
13.	У мене є головна мета в житті	
14.	Після невдачі на іспиті довго не можу змусити себе займатися в повну силу	
15.	До громадської роботи я ставлюся з меншою відповідальністю, ніж до навчальної	
16.	Як правило, я заздалегідь намічаю конкретні завдання, планую свою роботу	
17.	Я постійно відчуваю потребу ставити перед собою нові цілі і досягати їх	
18.	Починаючи нову справу, не завжди чітко уявляю собі, до чого слід прагнути; зазвичай сподіваюся, що це з'ясується в ході роботи	
19.	Завжди намагаюся до кінця виконати будь-яке, у тому числі громадське, доручення	
20.	Навіть при невдачах мене не полишає впевненість, що я досягну поставленої мети	

#### Смівливість, рішучість

№	Твердження	Бали
1.	Приймаючи якесь рішення, я завжди реально оцінюю свої можливості	
2.	Я не боюся втрутитися в ситуацію на вулиці, якщо потрібно запобігти нещасному випадку	
3.	Мені важко виконувати свої обіцянки	
4.	Висловлюю свою думку, незважаючи на можливість конфлікту	
5.	Усвідомлення того, що суперник сильніший, є для мене серйозною перешкодою	
6.	Я легко звільняюся від тривоги, побоювання, страху	
7.	Встановивши для себе розпорядок дня, я чітко його дотримуюсь	

8.	Мене часто мучать сумніви	
9.	Мені більше до душі, якщо відповідальність за спільну справу несуть інші, а не я	
10.	Навряд чи я зможу ризикнути запобігти нещасному випадку	
11.	Коли я аналізую свої вчинки, часто роблю висновок, що недостатньо добре продумав і спланував свої дії	
12.	Як правило, я уникаю ризикованих ситуацій	
13.	Я не відчуваю страху перед сильним суперником	
14.	Багато разів вирішував з завтрашнього дня почати «нове життя», але з ранку все йшло по-старому	
15.	Можливість конфлікту змушує мене тримати свої думки при собі	
16.	Зазвичай мені легко вдається впоратися зі своїми сумнівами	
17.	Постійно відчуваю відповідальність за свої справи і вчинки	
18.	Мені важко долати страх	
19.	Для мене винятковий випадок, якщо я не зміг стримати слово	
20.	Можливість ризикнути приносить мені радість	

### *Наполегливість, завзятість*

<b>№</b>	<b>Твердження</b>	<b>Бали</b>
1.	Починаючи будь справу, я впевнений, що зроблю все можливе для її виконання	
2.	Я завжди до кінця відстоюю свою думку, якщо впевнений, що правий	
3.	Я не в змозі примусити себе займатися на тлі втоми	
4.	На екзаменах я «борюся» щосили до останнього моменту	
5.	Мені важко доводити до кінця громадські справи	
6.	Для мене характерні планованість, систематичність у роботі	
7.	На занятті я змушую себе повністю виконати завдання, навіть якщо дуже втомився	
8.	Часто я кидаю на півдорозі розпочаті справи, втративши інтерес до них	
9.	Мені більше подобаються легкі, нехай навіть менш результативні шляхи до мети	
10.	Не можу змусити себе плановірно займатися протягом усього семестру, особливо з тих навчальних предметів, які даються важко	
11.	Зазвичай я не знаю, чи вистачить у мене бажання і сил завершити розпочату справу	
12.	У мене ніколи не з'являється бажання поставити перед собою важкодосяжну мету	
13.	У основному я систематично готуюся до навчальних занять у ВНЗ	
14.	Невдачі в період сесії різко знижують мою активність і бажання продовжувати навчання	
15.	У суперечці я часто поступаюся іншим	
16.	Я до кінця виконую навіть нудну і одноманітну роботу, якщо це необхідно	
17.	Я відчуваю особливе задоволення, якщо успіх дістався з великими труднощами	
18.	Я не можу змусити себе працювати систематично	
19.	Виконуючи громадські доручення, я завжди досягаю того, що необхідно	
20.	Досить часто я відчуваю потребу перевірити себе у важких справах	

### *Самостійність, ініціативність*

<b>№</b>	<b>Твердження</b>	<b>Бали</b>
1.	Як правило, всі важливі рішення приймаю без сторонньої допомоги	
2.	Мені легко вдається побороти збентеження і першим зав'язати розмову з незнайомою людиною	
3.	Я ніколи з власної ініціативи не беруся за виконання громадських доручень	
4.	При підготовці до навчальних занять я досить часто читаю додаткову літературу, не обмежуючись лекцією або підручником	
5.	Відсутність поради, підтримки з боку викладача значно знижує мої результати на іспиті	
6.	Найбільше мені подобається пробувати свої сили в творчій діяльності	
7.	До практичних занять я намагаюся підійти творчо	

8.	Я відчуваю себе спокійно і впевнено, якщо хтось керує мною	
9.	Перш ніж щось зробити, я завжди раджуся з кимось зі знайомих	
10.	У розмові або при знайомстві я прагну надати ініціативу іншому	
11.	Для мене найзручніше виконувати роботу за відомим зразком	
12.	Зазвичай я відмовляюся від своїх планів, намірів, якщо інші думають, що вони невдалі	
13.	До громадської роботи я ставлюся неформально, намагаюся зробити її не тільки корисною, але й цікавою	
14.	При вивченні будь-якого навчального предмета я не стараюся знати більше, ніж потрібно для здачі заліку або іспиту	
15.	Зазвичай я не замислююся над змістом навчального матеріалу, точно виконую те, що пропонує викладач	
16.	Я прагну бути організатором нових справ в колективі	
17.	Якщо я впевнений, що правий, завжди роблю по-своєму	
18.	Процес творчості не приваблює мене	
19.	Результати моїх виступів на олімпіадах і конференціях практично не залежать від того, чи присутній на них мій викладач (керівник)	
20.	В будь яку роботу я прагну внести щось нове, що підвищує мій інтерес до неї	

#### Самовладання, витримка

№	Твердження	Бали
1.	Я легко можу змусити себе довго чекати, якщо це необхідно	
2.	В суперечці мені зазвичай вдається зберегти спокій і об'єктивність	
3.	Я не можу нормально займатися, якщо мене щось тривожить	
4.	Протягом всього іспиту я чітко контролюю свої думки, почуття, дії, поведінку	
5.	Я абсолютно не переносю болю	
6.	Мені вдається зберігати ясність думки навіть у найскладніших життєвих ситуаціях	
7.	Неприємності у вузі і вдома не знижують якість моїх занять	
8.	Довге очікування дуже болісно для мене	
9.	Коли я стривожений або хвилююсь, абсолютно втрачаю контроль над собою	
10.	Під час іспиту я іноді не можу відповісти навіть те, що знаю	
11.	Я вважаю, що вміння володіти собою не таке вже важливе для людини	
12.	Якщо у мене поганий настрій, ніколи не можу цього приховати	
13.	На іспиті завжди мобілізуюся і нерідко отримую оцінку не нижче тієї, на яку розраховую	
14.	Не можу стримати себе, щоб на брутальність не відповісти тим же	
15.	На іспиті я ледве володію собою	
16.	Мені легко змусити себе стримати сміх, якщо відчуваю, що він не доречний	
17.	Сильне хвилювання, як правило, не позначається на доцільності моїх дій і поведінки	
18.	У складній ситуації я зазвичай гублюся, не можу швидко прийняти потрібне рішення	
19.	Я можу змусити себе діяти, перемагаючи біль, якщо це вкрай необхідно	
20.	Я спеціально вчуся володіти собою	

**Обробка та інтерпретація результатів** здійснюється за допомогою ключа, однакового для всіх п'яти опитувальників:

#### Ключ для нарахування балів

Номер відповіді	1	2	3	4	5
Кількість балів	-2	-1	0	+1	+2

- У бланку навпроти номера судження вказуємо кількість балів (-2, -1, 0, +1, +2), яке присуджується за кожен варіант відповіді.
- Підраховуємо алгебраїчну суму балів окремо по судженням параметра вираженості і параметра генералізованості для кожної вольової якості. Для переводу на позитивну шкалу оцінок до сумарної оцінки додається 20 балів і остаточні результати заносяться в нижню частину протоколу.



### 3. Визначення вираженості та генералізованості вольових якостей особистості.

Показники аналізу	№ пунктів опитувальників
вираженість вольових якостей	1, 6, 8, 9, 11, 12, 16, 17, 18, 20
генералізованість вольових якостей	2, 3, 4, 5, 7, 10, 13, 14, 15, 19

**Зведений протокол дослідження**

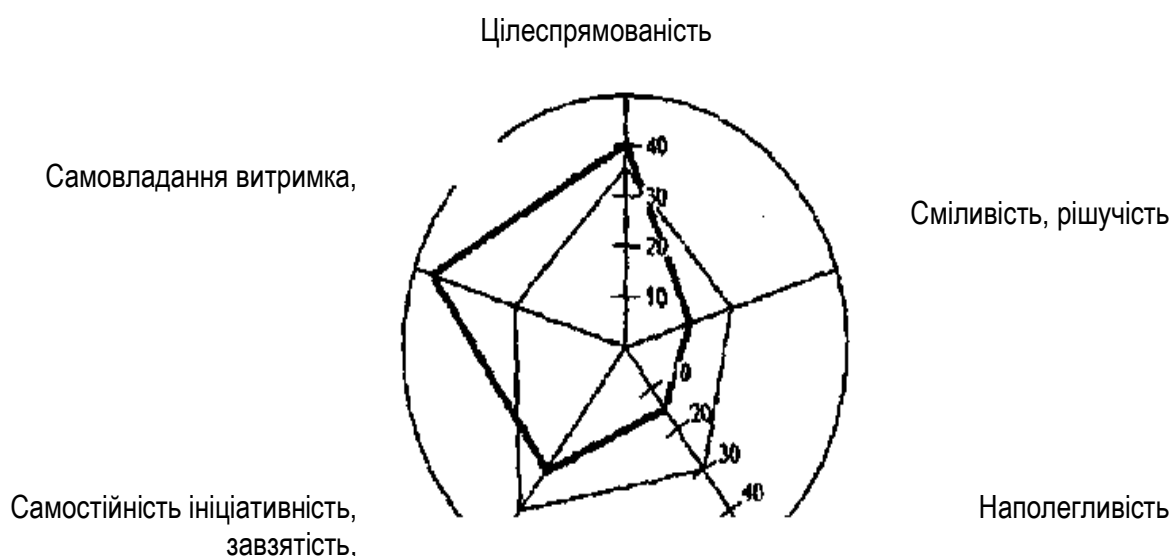
Цілеспрямованість	Сміливість рішучість	Наполегливість завзятість	Ініціативність самостійність	Самовладання витримка
В =	В =	В =	В =	В =
В=в+20=	В=в+20=	В=в+20=	В=в+20=	В=в+20=
Г=	Г=	Г=	Г=	Г=
Г=г+20=	Г=г+20=	Г=г+20=	Г=г+20=	Г=г+20=

### 4. Визначення рівня розвитку вольових якостей

Рівні вираженості вольових якостей	
0-19	Низький
20-30	Середній
31-40	Високий

### 5. Графічне представлення результатів дослідження.

У зошиті креслиться коло діаметром 8 см. З її центру (нульова точка) проводяться 5 радіусів, на яких наносяться поділки від 0 до 40. Кожен радіус - показник рівня вираженості однієї з вольових якостей. Потім дані зі зведеного протоколу переносяться на відповідні радіуси з поділками. На кожен радіус наносяться по дві точки: число балів за параметром вираженості і за параметром генералізованості. Точки, що позначають показники вираженості всіх вольових якостей, з'єднуються суцільною тонкою лінією, а точки, що позначають показники генералізованості, - суцільною товстою лінією. Виходять два п'ятикутника, розташованих у середині кола. На підставі графічно представлених результатів робиться висновок про рівень вираженості кожної вольової якості за параметрами вираженості та генералізованості.



**Рис. 1. Графічне представлення результатів дослідження вольових якостей особистості**

#### Висновок:

Рівень вираженості та генералізованості вольових якостей

Прийоми розвитку власних вольових якостей.

## Методика №2. ВИВЧЕННЯ РІВНЯ НАПОЛЕГЛИВОСТІ

**Мета:** виявлення рівня наполегливості.

**Інструкція досліджуваному:** «Використовуючи всі слова набору, надруковані на бланку, складіть змістовне речення. Час Вашої роботи фіксується».

**Форма роботи на занятті:** студенти працюють у парах: досліджуваний і дослідник. Задання дослідника – фіксувати час виконання кожного завдання.

**До уваги дослідника:** в складанні речень у першому й другому наборах практично однакові, а з третього набору скласти речення практично неможливо

### Набори слів

Набір № 1	Набір № 2	Набір № 3
Викликати	Країна	Країна
Влада	Холодна	Оцінка
Напад	Умова	Зростати
Обстановка	Передусім	Представники
Заходи	В	В
Невдоволення	Найбільші	Тобто
Мета	Координація	Мирні
В	Загострення	Дії
Кола	Значення	Розглянути
Польські	Обстановка	Повідомлення
Нормалізація	Війна	Арабські
В	Дії	Із
З	Викликаний	Налагодити
Опозиційні	Держав	Експерти
Вжиті	Усіх	Напруга
Польща	Великий	Допомагати
	Політика	Персонал
	Набувала	
	Міжнародний	

### Змістове речення (набір №1)

## Змістове речення (набір №2)

---



---

## Змістове речення (набір №3)

---



---

### Обробка результатів:

1. Перевірка правильності виконання досліджуваним завдань за критерієм наявності смислу складених речень.

#### Зразок правильно складених речень із набору слів

- Заходи, вжиті польською владою з метою нормалізації обстановки в Польщі, викликали напад невдоволення в опозиційних колах.
- В умовах загострення міжнародної обстановки, викликаній політикою холодної війни, передусім найбільших держав, великого значення набувала координація дій усіх країн.
- Немає вирішення.

2. Якщо перших два речення складено правильно, то вираховується показник наполегливості  $R_n$ .

Показником наполегливості є відношення часу, витраченого на виконання третього завдання, до середнього часу, витраченого на вирішення перших двох завдань:

$$R_n = \frac{T_3}{(T_1 + T_2) : 2} = \text{-----}$$

де,  $T_1$  – час, затрачений на складання першого речення;  $T_2$  – час, затрачений на складання другого речення;  $T_3$  – час, затрачений на спроби скласти третє речення.

3. Рівень наполегливості визначають за величиною показника  $R_n$  з допомогою шкали.

Величина $R_n$	Рівень наполегливості
Від 0 до 1,9	Низький
Від 2,0 до 2,9	Середній
Від 3,0 і більше	Високий

Чим більше часу, тим наполегливіша людина.

Під наполегливістю звичайно розуміють особистісні риси, пов'язані з умінням і бажанням досягати поставленої мети, долаючи зовнішні і внутрішні (психологічні) перешкоди. Наполегливість пов'язана з особливостями розвитку довільності психічних процесів.

### Висновок:

*Вкажіть власний рівень наполегливості*

---



---

*Зіставте результати з успіхами в навчальній діяльності*

---



---



---



---



---

*Враховуючи результати досліджень вольових якостей опишіть структуру власної вольової сфери. Проаналізуйте власні сильні і слабкі сторони.*

*Розробіть систему рекомендацій за результатами дослідження, для досягнення оптимального рівня рівня розвитку власних вольових якостей.*

ЛАБОРАТОРНЕ ЗАНЯТТЯ №63-64  
**Тема. САМОПОСТЕРЕЖЕННЯ У РОЗВИТКУ ВОЛЬОВИХ ЯКОСТЕЙ ОСОБИСТОСТІ**

План:

1. Прийоми розвитку окремих вольових якостей.

2. Прийоми вольової регуляції поведінки

**ПРАКТИЧНА ЧАСТИНА.**

**Клієнтський запит (п.з. 37).**

**Програма для обов'язкового виконання (за алгоритмом виконання ПОЗ):**

1. Здійсніть збір емпіричних даних та проінтерпретуйте результати дослідження ( додаток 1, п. 3.1, 3.2).

2. Зробіть самоаналіз та підсумкову рефлексію позитивних моментів своєї роботи над професійно-орієнтованим завданням, а також розробіть програму саморозвитку (Додаток 1, етап 5)

### Методика №1. ВИКОРИСТАННЯ МЕТОДУ СПОСТЕРЕЖЕННЯ ДЛЯ ОЦІНКИ ВОЛЬОВИХ ЯКОСТЕЙ (А.І. Висоцький)

**Мета:** виявлення вольової активності людини спостерігаючи за її наполегливістю, ініціативністю, рішучістю, самостійністю, витримкою, організованістю і дисциплінованістю

**Інструкція досліджуваному:** «Оцініть силу вольових якостей кожної з ознак за п'ятибальною системою (5 - вольова якість дуже сильно розвинена, 4 - сильно розвинена, 3 - слабо розвинена, 2 - дуже слабо розвинена, 1 - вольова якість не притаманна суб'єкту)»

Наводимо ознаки цих вольових якостей школярів.

Ознаки дисциплінованості:	X=
- Свідоме виконання встановленого в даній діяльності порядку (дотримання вимог вчителів, своєчасне виконання трудових доручень, виконання всіх правил в спорті і т. д.);	
- Добровільне виконання правил, встановлених колективом (класу, групою товаришів по праці, спорту і т. д.);	
- Недопущення проступків (вихід без дозволу з занять, неявка на недільник і т. п.);	
- Дотримання дисциплінованої поведінки при зміні обстановки.	
Ознаки самостійності:	X=
- Виконання суб'єктом посиленої діяльності без допомоги та постійного контролю з боку (без нагадувань і підказок виконати навчальне, трудове завдання і т. п.);	
- Вміння самому знайти собі заняття і організувати свою діяльність (приступити до підготовки уроків, знайти спосіб відпочити і т. д.);	
- Вміння відстояти свою думку, не виявляючи при цьому впертості, якщо неправий;	
- Уміння дотримувати вироблені звички самостійної поведінки в нових умовах діяльності.	
Ознаки наполегливості:	X=
- Прагнення постійно доводити почату справу до кінця; вміння тривало переслідувати мету, не знижуючи енергії в боротьбі з труднощами;	
- Вміння продовжувати діяльність при небажанні нею займатися або при виникненні іншої, більш цікавої діяльності;	
- Вміння проявити завзятість при зміні обстановці (зміні колективу, умов праці тощо).	
Ознаки витримки:	X=
- Прояв терпіння в діяльності, виконуваної в ускладнених умовах (великі перешкоди, невдачі);	
- Уміння тримати себе в конфліктних ситуаціях (при суперечках, незаслуженому обвинуваченні);	
- Вміння гальмувати прояв почуттів при сильному емоційному порушенні (великої радості, обуренні і т. д.); вміння контролювати свою поведінку в незвичайній обстановці.	
Ознаки організованості:	X=
- Дотримання певного порядку, що сприяє успіху в діяльності (тримати в	

порядку книги, робоче місце, предмети праці та розваг тощо);	
- Планування своїх дій і розумне їх чергування; раціональне витрачання часу з урахуванням обстановки; вміння вносити в свою діяльність певну організацію при зміні обстановки.	
<b>Ознаки рішучості:</b>	<b>X=</b>
- Швидке і обдумане прийняття рішень при виконанні тієї чи іншої дії або вчинку;	
- Виконання прийнятого рішення без коливань, впевнено; відсутність розгубленості при прийнятті рішень в ускладнених умовах і під час емоційних збуджень;	
- Прояв рішучих дій у незвичній обстановці.	
<b>Ознаки ініціативності:</b>	<b>X=</b>
- Прояв суб'єктом творчості, вигадки, раціоналізації;	
- Участь у здійсненні розумного нововведення, гарного починання, вихідного від інших;	
- Активна підтримка колективу в реалізації намічених планів;	
- Прагнення проявити ініціативу в незвичній обстановці.	

### Обробка результатів:

- Визначаємо загальну оцінку кожної вольової якості за формулою:

$$\bar{x} = \frac{x_1 + x_2 + x_3 + \dots}{n} \quad \text{де, } x - \text{оцінки даної якості, } n - \text{кількість якостей, які оцінюємо}$$

Так визначається сила кожного з досліджуваних вольових якостей.

Ознаки	Вольова якість	
	Слабка	Сильна
дисциплінованості	Середньоарифметичне дорівнює 3 і менше	Середньоарифметичне дорівнює 4 і більше
самостійності		
наполегливості		
витримки		
організованості		
рішучості		
ініціативності		

### Висновок:

Визначте характер вольової якості (Якщо вольова якість певної сили і стійкості проявляється тільки в одному виді діяльності (навчання, праця, спорт, громадська робота), можна вважати, що це вплив мотиву, інтересу до даної діяльності, якщо у двох і більше видах діяльності - що це швидше всього якість особистості)

---



---



---



---



---



---



---

Оцінка стійкості тієї чи іншої вольової якості проводиться по частоті прояву ознак даної якості. (Вольова якість вважається більш або менш стійкою, якщо одна з її ознак виявляється у спостережуваного суб'єкта в даній діяльності в середньому три і більше разів на тиждень або якщо дві і більше ознаки

*проявляються в середньому не менше двох разів на тиждень за час спостереження за суб'єктом. При більш рідкісному прояві ознак вольова якість вважається нестійкою)*

### **Література**

1. Практикум по общей, экспериментальной и прикладной психологии Под общ. ред. А.А.Крылова, С.А.Маничева. – СПб.: Питер, 2002. – 560 с. – С. 206-212.

## **ПРАКТИЧНІ ЗАНЯТТЯ**

### **ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ № 8-10**

#### **Тема 24. ОСОБЛИВОСТІ ВИВЧЕННЯ ВОЛЬОВОЇ СФЕРИ ОСОБИСТОСТІ**

*План:*

1. Структура вольових процесів та станів.

---

---

---

---

---

---

---

---

2. Методи дослідження вольової сфери особистості.

---

---

---

---

---

---

---

---

### **ПРАКТИЧНА ЧАСТИНА:**

1. Вивчення особливостей зовнішнього прояву вольових якостей за допомогою методу самоспостереження.

<b>Критерії самоспостереження</b>	<b>Особливості прояву</b>

--	--

### Особливості зовнішнього прояву вольових якостей

---

---

---

---

---

### Література:

2. Практикум по общей, экспериментальной и прикладной психологии Под общ. ред. А.А.Крылова, С.А.Маничева. – СПб.: Питер, 2002. – 560 с. – С. 206-212.

### Контрольні питання та завдання:

1. Проаналізуйте особливості прояву вольових станів та процесів.
2. Розкрийте особливості прояву вольових якостей особистості.



## ЗАВДАННЯ ДО ПІДСУМКОВОЇ МОДУЛЬНОЇ РОБОТИ №6

Умовою допуску до ПМР є зарахування звітів за результатами лабораторних занять.

**I. Тестове завдання** (4 завдання, за правильне виконання завдання – 5 балів). Максимальна кількість балів – 20.

**II. Теоретичне питання** (оцінюються від 0 до 30 балів).

Максимальна кількість балів – 30.

15. Критерії волі. Умови вольового регулювання поведінки.
16. Поняття про локус контролю.
17. Поняття волі та вольових якостей особистості
18. Системні вольові якості: принциповість, самостійність, ініціативність, рішучість.
19. Базальні вольові якості: енергійність, терплячість, витримка, сміливість
20. Системні вольові якості: цілеспрямованість, наполегливість.
21. Поняття сили волі
22. Розвиток та виховання вольової активності людини.
23. Прийоми розвитку окремих вольових якостей.
24. Прийоми вольової регуляції поведінки
25. Психологічний зміст емоційної спрямованості особистості.
26. Стенічні та астенічні емоції.

**III. Професійно-орієнтоване завдання.**

Максимальна кількість балів – 50.

Зараховується на основі звітів за лабораторні заняття.

**Клієнтський запит:** Ви, студент першого курсу, звертаєтесь до психолога за консультацією: «Я отримую освіту психолога і чув, що психолог, перш за все, повинен мати повну інформацію про власну особистість. Як я можу дослідити себе».

**Обов'язкова програма при виконанні завдання:**

Виконання завдання здійснюється за алгоритмом (п. 1-4) із використанням методик, представлених у л.з. № 8-13.

## ВИМОГИ ДО ЗАЛІКУ

Володіння теоретичним матеріалом з тем курсу.

- Зараховано усі звіти за лабораторні заняття, передбачені робочою програмою та інструктивно-методичними матеріалами.
- Пройдено перевірку рівня засвоєння знань з тем, які виносилися на самостійне опрацювання, на індивідуальній консультації у викладача.

## ПИТАННЯ ДО ЗАЛІКУ

### II семестр

#### Теоретичні питання:

1. Методологічні основи вивчення особистості у спілкуванні.
2. Експертне оцінювання як метод вивчення особливостей діяльності і спілкування.
3. Комунікативна сторона спілкування (комунікативні якості особистості; комунікативні властивості; риси характеру, які сприятимуть ефективному спілкуванню, успішній роботі з клієнтом).
4. Одиниці комунікативного процесу (за Г.Лассуел).
5. Невербальна сторона спілкування. Невербальні знакові системи: оптико-кінетична система (жести, міміка, пантоміміка); паралінгвістична система (інтонація, тембр голос); екстралінгвістична система (покашлювання, сміх, паузи).
6. Простір і час організації комунікативного процесу (міжособистісний простір; відповіді на невербальне звернення).
7. Структура комунікативної компетентності майбутнього практичного психолога. Рефлексія розвитку комунікативності.
8. Поняття про групу у загальній психології. Класифікація груп. Структура внутрігрупових відносин.
9. Соціометричний метод: психологічний зміст та історія виникнення. Вимоги до застосування соціометричного дослідження: час проведення дослідження; вимоги до діяльності дослідника та досліджуваних. Вимоги до застосування соціометричного дослідження: вимоги до дослідника та досліджуваних; критерії розподілу переваг.
10. Вимоги до організації дослідження групових взаємин. Диференціація у групах та колективах.
11. Етапи соціометричного дослідження. Діагностичні можливості та обмеження соціометричного методу. Правила та процедура проведення соціометричного дослідження.
12. Поняття референтометрії. Етапи проведення референтометричного дослідження. Види референтометричного дослідження.
13. Поняття інтеграції в групах і колективах. Згуртованість та сумісність як показники розвитку колективу.
14. Поняття «емоційно-вольової сфери» особистості. Емоційні стани особистості: тривожність, фрустрація.
15. Поняття волі та вольових якостей особистості. Поняття емоційного стану особистості. Дайте коротку характеристику впливу на ефективність діяльності таких емоційних станів: стрес, нудьга, відроза, феномен «емоційного вигорання».
16. Поняття тривоги і тривожності у психології. Дайте коротку характеристику впливу тривожності на ефективність діяльності. Ситуативна та особистісна тривожність.
17. Критерії волі. Умови вольового регулювання поведінки.
18. Поняття про локус контроль. Поняття волі та вольових якостей особистості (базальні, системні). Поняття сили волі.
19. Розвиток та виховання вольової активності людини. Прийоми розвитку окремих вольових якостей. Прийоми вольової регуляції поведінки.
20. Загальна характеристика уваги. Методи дослідження стійкості та концентрації, обсягу, розподілу та переключення уваги.

21. Підходи до дослідження перцептивної діяльності. Вимоги до дослідження відчуттів та сприймання.
22. Класифікація методів дослідження пам'яті. Вимоги до дослідження безпосереднього та опосередкованого запам'ятовування. Методи дослідження безпосередньої пам'яті.
23. Методи дослідження властивостей і закономірностей відчуттів: якість, інтенсивність, тривалість відчуттів; пороги відчуттів; явище адаптації, явище синестезії і сенсibiliзації; компенсаторні можливості відчуттів.
24. Класифікація та види сприймання. Індивідуальні особливості сприймань.
25. Опосередковане запам'ятовування та методика його дослідження.
26. Методики дослідження процесів згадування та впізнавання.
27. Методи дослідження властивостей сприймання: предметність, цілісність, структурність, константність, осмисленість.
28. Види пам'яті. Особливості дослідження процесів запам'ятовування. Методики вивчення безпосереднього та опосередкованого запам'ятовування.
29. Психологічні передумови дослідження опосередкованого запам'ятовування (О.М. Леонтьєв). Діагностичні можливості та критерії оцінки результатів методики «Піктограми» (О.Р. Лурія)
30. Класифікація методів дослідження процесів запам'ятовування. Дослідження ролі діяльності при мимовільному запам'ятовуванні за І.П. Зінченком.
31. Властивості пам'яті: запам'ятовування, збереження, відтворення і забування. Прийоми запам'ятовування.
32. Мислення і мовлення. Методи дослідження мовлення.
33. Процесуальні характеристики мислення. Принципи дослідження мислення.
34. Мислення як діяльність. Мислительні дії та операції. Діагностичні можливості та вимоги до застосування методики «Класифікація».
35. Мислительні дії та операції (можливості у навчальній та професійній діяльності). Діагностичні можливості та вимоги до застосування методики «Виключення зайвого».
36. Психологія розв'язування мислительних задач. Поняття шаблонності мислення в психології.
37. Вплив установки на процес розв'язування мислительних задач.
38. Дослідження темпу усної мовленнєвої діяльності.
39. Мовлення та його характеристики. Дослідження ригідності мовлення.
40. Дослідження письмового мовлення в психології. Методи дослідження еготизму мовлення.
41. Розвиток професійного мовлення:

### **III Професійно-орієнтоване завдання (максимальна оцінка 50 балів)**

42. Зараховується на основі звітів за лабораторні заняття.

## ДОДАТОК 1(А)

### I. ЕТАП ПЕРВИННОГО АНАЛІЗУ ПРОБЛЕМИ

**Клієнтський запит:** Ви, студент першого курсу, звертаєтеся до психолога за консультацією: «я отримую освіту психолога і чув, що психолог, перш за все, повинен мати повну інформацію про власну особистість. Як я можу дослідити себе»

Порядок дій	Критерії оцінювання та спосіб презентації*			
1.1. Категоріально-термінологічне до визначення проблеми, з якою звернулися до психолога (уточнення проблеми, її переформулювання з використанням базових психологічних категорій, понять та термінів)				
1.2. Формування реалістичних очікувань у людини, яка звернулася за допомогою та визначення напрямків практичної роботи психолога	Опис меж компетенції психолога.			
	Напрямок практичної роботи		Обґрунтування	
	Перелік очікуваних результатів від роботи психолога.			
II. ПЛАНОВО-ПІДГОТОВЧИЙ ЕТАП				
2.1. Аналіз власного досвіду виконання подібних завдань				
	Дисципліна	Модуль	Тема	Зміст питань

\* Усі матеріали представляйте у презентації, створеній у Power Point

<p><b>при вивченні навчальних дисциплін та проходженні практик</b></p>				
<p><b>2.2. Підбір і аналіз літератури та формулювання припущень про причини виникнення проблеми</b></p>				
	<p><i><b>Бібліографічний опис джерела</b></i></p>		<p><i><b>Основні ідеї та тези, що стосуються проблеми</b></i></p>	

2.3. Консультація з фахівцями			
	Фахівець	Обґрунтування необхідності консультації	Перелік питань
2.4. Складання розгорнутого плану виконання завдання, підбір методів та аналіз ресурсів			
	Етап роботи	Методи та процедури	Необхідні ресурси

2.5. Передбачення проблемних моментів			
	<b>Проблемні моменти</b>	<b>Причини виникнення</b>	<b>Шляхи уникнення</b>
<b>III. ЕТАП ПРАКТИЧНОЇ РОБОТИ</b>			
3.2. Аналіз та інтерпретація отриманих даних	Коротко представте висновки за результатами досліджень		

<b>IV. ЗВІТНО-ПІДСУМКОВИЙ ЕТАП</b>	
<b>4.1. Представлення результатів людині, яка звернулася із запитом (висновок за результатами дослідження, підсумкова консультативна бесіда, звіт за результатами тренінгової роботи, виступ на батьківських</b>	



<b>зборах, перед виробничим колективом, інші варіанти представлення результатів)</b>	
--	--

**Програма саморозвитку** (позначте (обведіть кружечком) ті дії, операції, які б ви хотіли удосконалити та особистісні якості, які б ви хотіли розвинути; виберіть та максимально конкретизуйте три з них і побудуйте програму саморозвитку з термінами та критеріями самоконтролю).

<b>Складові навчально-професійних умінь та професійно важливі якості, які потрібно було б розвинути</b>	<b>В чому полягали труднощі</b>	<b>План заходів для саморозвитку</b>	<b>Терміни</b>	<b>Критерії самоконтролю</b>

## РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА ДО КУРСУ «ПРАКТИКУМ ІЗ ЗАГАЛЬНОЇ ПСИХОЛОГІЇ»

### Основна:

1. Большая энциклопедия психологических тестов. – М.: Эксмо, 2005. – 416 с.
2. Галян І. М. Психодіагностика : навч. посіб. / І. М. Галян. – К. : Академвидав, 2009. – 463 с. – (Альма-матер)
3. Горбатов Д.С. Практикум по психологическому исследованию: Учеб. пособие. – Самара Издательский дом «БАХРАХ-М», 2006. – 272 с.
4. Лысенко О.Ю., Марковская И.М. Качественные методы социально-психологических исследований: Учебное пособие. – Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 2001. – 106 с.
5. Метод беседы в психологии: Учебное пособие для студентов факультетов психологии высших учебных заведений по специальностям 52100 и 020400 — «Психология» / Редактор- составитель А. М. Айламазьян. — М.: Смысл, 1999. — 222 с.
6. Пашукова Т.І., Допіра А.І., Дьяконов Г.В. Практикум із загальної психології/ За ред. Т.І.Пашукової. – К.: Тов-во „Знання”, КОО, 2000. – 204 с.
7. Практикум з психодіагностики/ Укладачі: Музика О.О., Остринська В.М., Остринський В.В. – Житомирський державний педагогічний інститут ім. І.Я. Франка, 1999. – 160 с.
8. Практикум по общей и прикладной психологии: Учеб. пособие/ Под.ред. А.А. Крылова, С.А. Маничева. – СПб.: Питер, 2002. – 560 с.
9. Практикум по общей, экспериментальной и прикладной психологии: Учеб. Пособие / Под ред. А. А. Крылова, С. А. Маньчева. – СПб.: Питер, 2001. – 560 с.
10. Професійно-орієнтовані завдання з психології / За ред. О.Л. Музики. Навчальний посібник. (Рекомендовано МОН України як навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів (лист № 1.4/17-Г-3165 від 28.09.2010 року) – 3-тє вид., перероб. і доп. – Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І.Франка, 2010. – С. 9-23.  
[http://zu.edu.ua/spf/psihol\\_vkl.html](http://zu.edu.ua/spf/psihol_vkl.html)
11. Райгородский Д.Я. Практическая психодиагностика. Методики и тесты. Учебное пособие. – Самара: Издательский Дом «БАХРАМ-М», 2008. – С.269-274
12. Рубинштейн С.Я. Экспериментальные методики патопсихологии и опыт применения их в клинике. (Практическое уководство). – М.: Апрель-Пресс, Психотерапия, 2007. – С.77-102.
13. Семиченко В.А. Проблемы мотивации поведения и деятельности человека. Модульный курс психологии. Модуль «Направленность». (Лекции, практические занятия, задания для самостоятельной работы) – К.: Милленниум, 2004. – С. 452-457.
14. Семиченко В.А. Психология деятельности. – К.: Издатель Экше А.Н., 2002. – С. 4-25.
15. Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. – М., 2002.Смирнов А.Г. Практикум по общей психологии. – М.,2001.

### Додаткова:

1. Гамезо М. В., Домашенко И.А. Атлас по психологии. – М, 1986.
2. Ильин Е.П. Мотивация и мотивы / Ильин Е.П. – СПб.: Питер, 2002. – 512 с.
3. Лабораторні заняття із загальної психології. Інструктивно-методичні матеріали для студентів І курсу. Укладачі: О.О.Музика, Г.П. Гніда, Н.Ф. Портницька, В.В. Горбунова. – Ж., 2003.
4. Леонтьев А. А. Деятельность. Сознание. Личность. М., 1975.

5. Практикум з психодіагностики/ Укладачі: Музика О.О., Остринська В.М., Остринський В.В. – Житомирський державний педагогічний інститут ім. І.Я. Франка, 1999. – 160 с.
6. Смирнов А.Г. Практикум по общей психологии. – М., 2001.
7. Психологический практикум «Память»: Учеб.-метод. пособие / Сост. Л.И. Дементий, Н.В. Лейффрид; Под общ. ред. Л.И. Дементий. – Омск: Омск. гос. ун-т, 2003. – 124 с
8. Психология детского коллектива: система личностных взаимоотношений / Я. Л. Коломинский. - 2-е изд., доп. и перераб. - Минск : Народная асвета, 1984. - 239 с.
9. Шадриков В.Д. Психология деятельности и способности человека: Учебное пособие, 2-е изд., перераб. и доп. М.; Издательская корпорация "Логос", 1996. – С. 14-66.

#### **Інформаційні ресурси:**

1. Інструктивно-методичні матеріали. Електронна хрестоматія до курсу. Тести: (ЖДУ ПРОДЖЕКТ)
2. [lib.rus.ec](http://lib.rus.ec) > Книги
3. [http://www.koob.ru/common\\_psychology/](http://www.koob.ru/common_psychology/)
4. [www.twirpx.com](http://www.twirpx.com) > ... > Загальна психологія

## МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ

1. Опорні конспекти лекцій, інструктивно-методичні матеріали, матеріали презентацій, ілюстративні матеріали.
2. Музика О.Л. Професійно-орієнтовані завдання у системі підготовки студентів-психологів // Професійно-орієнтовані завдання з психології / За ред. О.Л. Музики. Навчальний посібник. (Рекомендовано МОН України як навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів (лист № 1.4/17-Г-3165 від 28.09.2010 року) – 3-тє вид., перероб. і доп. – Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І.Франка, 2010.

## КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ

### КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ ПМР ТА ЗАЛІКОВОЇ РОБОТИ

Вид завдання	Оцінка	Вимоги до знань та умінь студентів
<b>Тестове</b>	5 балів	Правильна відповідь на тестове завдання.
	0 балів	Неправильна відповідь на тестове завдання.
<i>Максимальна кількість балів</i>	20 балів	
<b>Теоретичне</b>	0-9 балів	Несвідоме, механічне відтворення матеріалу зі значними помилками та прогалинами; судження необґрунтовані; недостатньо проявляється самостійність мислення. Відповідь містить стилістичні та граматичні помилки.
	10-16 балів	Свідоме відтворення матеріалу з незначними помилками; дещо порушено логічність та послідовність викладу; недостатньо проявляється самостійність мислення. Відповідь стилістично правильна, містить незначні граматичні помилки.
	17-23 бали	Свідоме і повне відтворення матеріалу з деякими неточностями у другорядному матеріалі; виклад матеріалу достатньо обґрунтований, дещо порушено послідовність викладу. Відповідь стилістично та граматично правильна.
	24-30 балів	Виклад матеріалу глибоко обґрунтований, логічний, переконливий. Відповідь містить власні приклади, що свідчить про творче застосування матеріалу. Відповідь стилістично та граматично правильна.
<i>Максимальна кількість балів</i>	30 балів	
<b>Професійно-орієнтоване</b>	50-46 балів	Аналіз ситуації базується на отриманих теоретичних знаннях Проблему сформульовано у наукових термінах Правильно визначено основні поняття та категорії, що описують ситуацію Відповідь містить детальне наукове пояснення описаних фактів. Інтерпретація містить узагальнену характеристику досліджуваного явища, описуються можливі причини такого результату Для ілюстрації підібрано власні приклади Відповідь містить власні висновки автора. Робота написана стилістично та граматично правильно з використанням професійних термінів.
	45-38 бали	Аналіз ситуації базується на отриманих теоретичних знаннях. Проблему сформульовано у наукових термінах. Правильно визначено основні поняття та категорії, що описують ситуацію. Відповідь містить детальне наукове пояснення описаних фактів. Інтерпретація містить узагальнену характеристику досліджуваного явища. Відповідь ілюструється відповідними прикладами з підручників та посібників. Відповідь містить власні висновки автора. Робота написана стилістично та граматично правильно з використанням професійних термінів.
	30-37 балів	Аналіз ситуації базується на отриманих теоретичних знаннях Проблему сформульовано у наукових термінах Частково визначено основні поняття та категорії, що описують ситуацію

		<p>.Відповідь містить спробу наукового пояснення описаних фактів.</p> <p>.Інтерпретація містить часткову характеристику досліджуваного явища.</p> <p>.Для ілюстрації підібрано приклад, описаний в підручнику або на лекції</p> <p>.Відповідь містить власні висновки автора.</p> <p>.У роботі є незначні стилістичні та граматичні помилки.</p>
	0-29 балів	Є помилки у визначенні основних понять та наукового змісту ситуації. Пояснення базується на побутових уявленнях та не завершується власним висновком.
<b>Максимальна кількість балів</b>	<b>50 балів</b>	
<b>Всього</b>	<b>100 балів</b>	

## ДОДАТОК 1

### АЛГОРИТМ РОБОТИ НАД ПРОФЕСІЙНО-ОРІЄНТОВАНИМ ЗАВДАННЯМ

I. ЕТАП ПЕРВИННОГО АНАЛІЗУ ПРОБЛЕМИ				
Порядок дій		Критерії оцінювання та спосіб презентації*		
1.1. Категоріально-термінологічне до визначення проблеми, з якою звернулися до психолога (уточнення проблеми, її переформулювання з використанням базових психологічних категорій, понять та термінів)		Діалогічне формулювання проблеми з дотриманням принципу поваги до людини, яка звернулася за психологічною допомогою. Використання базових категорій, понять та термінів, необхідних для подальшої роботи з проблемою. Доступність переформульованої проблеми для сприймання людини, що звернулася за допомогою. <i>Опис роботи із проблемою у формі діалогу.</i>		
1.2. Формування реалістичних очікувань у людини, яка звернулася за допомогою та визначення напрямків практичної роботи психолога		Виокремлення тих моментів у проблемі, які відносяться та не відносяться до компетенції психолога. Аргументованість вибору напрямку практичної роботи психолога (психодіагностична, консультативна, корекційно-розвивальна, просвітницько-профілактична та інші види робіт). Конкретність очікувань від роботи психолога. <i>Опис меж компетенції психолога.</i>		
		<i>Напрямок практичної роботи</i>		<i>Обґрунтування</i>
		<i>Перелік очікуваних результатів від роботи психолога.</i>		
II. ПЛАНОВО-ПІДГОТОВЧИЙ ЕТАП				
2.1. Аналіз власного досвіду виконання подібних завдань при вивченні навчальних дисциплін та проходженні практик		Повнота переліку навчальних дисциплін, модулів та тем, завдань практик, де виконувалися аналогічні або близькі за змістом завдання.		
		<i>Дисципліна</i>	<i>Модуль</i>	<i>Тема</i>
		<i>Зміст питань</i>		
2.2. Підбір і аналіз літератури та формулювання припущень про причини виникнення проблеми		Наявність всіх видів джерел (довідкова література, монографії, вузькоспеціалізовані статті). Використання електронних каталогів, Internet-ресурсів. Правильність бібліографічного опису. Зазначення основних тез, ідей з конкретних книг чи статей, що дозволяють глибше зрозуміти проблему. Обґрунтованість припущень щодо причин проблеми.		
		<i>Бібліографічний опис джерела</i>		<i>Основні ідеї та тези, що стосуються проблеми</i>
		<i>Опис припущень щодо причин виникнення проблеми. Пам'ятайте, що посилання виключно на підручники та конспекти лекцій свідчить про низький фаховий рівень психолога.</i>		

\* Усі матеріали представляйте у презентації, створеній у Power Point



2.3. Консультація з фахівцями (в першу чергу це спеціалісти з окремих дотичних до психології галузей (соціологія, психіатрія, педіатрія, дефектологія, правознавство тощо), а також психологи – визнані авторитети в окремих аспектах вашої проблеми)	Аргументоване обґрунтування потреби у консультації фахівця. Визначення фахівців, до яких можна звернутися за консультацією. Повнота переліку та правильність питань для консультації.		
	Фахівець	Обґрунтування необхідності консультації	Перелік питань
	Пам'ятайте, що з учителями, шкільними психологами, працівниками установ та іншими поінформованими особами ви можете просто радитися або уточнювати окремі аспекти проблеми. Консультуватися можна лише з тими, чиї професійні знання апіорі глибші за ваші.		
2.4. Складання розгорнутого плану виконання завдання, підбір методів та аналіз ресурсів	Повнота плану, наявність всіх необхідних етапів. Відповідність методів задачам, що стоять перед психологом на кожному з етапів. Перелік необхідних матеріалів.		
	Етап роботи	Методи та процедури	Необхідні ресурси
2.5. Передбачення проблемних моментів (нерозуміння клієнтом причин проблеми, орієнтація клієнта на швидкий результат, перекладання на психолога відповідальності за вирішення проблеми, провокативна поведінка клієнта (провокація агресії, подвійних стосунків, порушення закону тощо), інші проблемні моменти)	Відповідність виділених проблемних моментів специфіці завдання. Глибина аналізу можливих причин проблемних ситуацій. Продуманість варіантів уникнення проблемних моментів.		
	Проблемні моменти	Причини виникнення	Шляхи уникнення
	Пам'ятайте, що відсутність літератури (те, що ви її не знайшли) чи брак часу (те, що ви не змогли його спланувати) не є проблемними моментами, які стосуються ПОЗ. Професійне життя завжди багатше за навчання, а тому фраза на зразок «ми такого не вчили» також є проблемним моментом, який ПОЗ не стосується.		
2.6. Підготовка матеріалів, необхідних для виконання завдання (структура первинного інтерв'ю, бланки методик, стимульний матеріал, корекційна програма, програма тренінгу, робочі альбоми для ведучого та учасників тренінгу, інші матеріали)			
	Повнота та якість матеріалів, їх відповідність задачам, що стоять перед психологом. Представлення матеріалів.		
III. ЕТАП ПРАКТИЧНОЇ РОБОТИ			

<b>3.1. Збір емпіричних даних (діагностичне дослідження, експеримент, біографічне дослідження, психосемантичне дослідження, первинне діагностичне інтерв'ю, інші способи дослідження проблеми)</b>	<b>Правильність збору емпіричних даних з використанням обов'язкової методики.</b> <b>Обґрунтованість вибору додаткової методики (якщо такий вибір був).</b> <b>Якість структурування та презентації зібраних матеріалів.</b> <b>Обґрунтування вибору додаткової методики (якщо такий був).</b> <b>Текстове, табличне, графічне представлення отриманих даних.</b>
<b>3.2. Аналіз та інтерпретація отриманих даних</b>	<b>Правильність вибору методів якісного (класифікація, опис окремих випадків, схематизація, типологізація тощо) та кількісного аналізу (описові статистики, кореляційний аналіз, методи статистичного висновку, методи багатовимірної статистики).</b> <b>Відповідність емпіричних даних та зроблених висновків.</b> <b>Глибина та повнота аналізу та інтерпретації отриманих даних.</b> <b>Аналіз та інтерпретація отриманих даних.</b>
<b>3.3. Надання психологічної допомоги* (консультативна бесіда, психотерапевтична робота, тренінгове заняття, розвиваюче заняття, навчаючий експеримент, інші ситуації практичної роботи)</b>	<b>Правильність застосування психологічних технік та методик з дотриманням конкретних вимог, обґрунтованих та описаних їх авторами.</b> <b>Обґрунтованість вибору додаткових технік та методик (якщо такий вибір був).</b> <b>Дотримання принципів професійної етики.</b> <b>Обґрунтування вибору додаткової техніки або процедури (якщо такий був).</b> <b>Опис процесу надання допомоги.</b>
<b>IV. ЗВІТНО-ПІДСУМКОВИЙ ЕТАП</b>	
<b>4.1. Представлення результатів людині, яка звернулася із запитом (висновок за результатами дослідження, підсумкова консультативна бесіда, звіт за результатами тренінгової роботи, виступ на батьківських зборах, перед виробничим колективом, інші варіанти представлення результатів)</b>	<b>Правильність та обґрунтованість висновків.</b> <b>Якість оформлення звіту, повідомлення, діагностичного висновку тощо.</b> <b>Узгодження очікувань (пункт 1.2.) і отриманих результатів.</b> <b>Діалогічне представлення результатів роботи замовнику чи клієнту з використанням табличних, графічних, відео матеріалів тощо.</b>

\* пункт може бути пропущений з огляду на особливості завдання

V. ЕТАП САМОАНАЛІЗУ, ГРУПОВОЇ РЕФЛЕКСІЇ ТА САМОРОЗВИТКУ													
Навчально-професійні вміння	Складові навчально-професійних умінь (субуміння, дії та операції)	Самооцінка навчально-професійних умінь	Як референтні особи оцінили б мої вміння				Оцінка групи	Професійно-важливі якості (властивості особистості)	Самооцінка професійно-важливих якостей	Як референтні особи оцінили б мої професійно-важливі якості			
			викладач	одногрупник		інша особа				викладач	одногрупник		інша особа
				+	-						+	-	
Проводити категоріально-термінологічне до визначення проблеми	володіння категоріально-термінологічним апаратом							теоретично-професійне мислення					
	мовлення в і та інтерпретаційні вміння							чутливість					
	вміння вести діалог							комунікабельність					
	спонукати клієнта до рефлексії							толерантність					
	доступно пояснювати психологічні терміни							антиципація					
	підтримувати зворотній зв'язок							неупередженість					
	виокремлювати конкретну психологічну проблему з клієнтського запиту												
Формувати реалістичні очікування	аналізувати очікування клієнта на предмет реалістичності							професійна інтуїція					
	вміння пояснити клієнту межі власної професійної компетенції							комунікабельність					
	визначати здатність клієнта об'єктивно оцінювати свій							діалогічність					

	стан															
	визначати міру участі клієнта у роботі над проблемою								переконливість							
	окреслювати межі очікувань та відповідальності клієнта і психолога								принциповість							
Визначати напрямки майбутньої практичної роботи	визначати власні можливості і вміння для вирішення проблеми								професійна компетентність							
	співвідносити клієнтський запит з напрямками практичної роботи								адекватна професійна самооцінка							
	аналізувати ресурсні можливості клієнта								прагматизм							
Аналізувати власний досвід подібної роботи	актуалізовувати власний професійно важливий досвід								системність мислення							
	визначати дотичні до проблеми теми та модулі з вивчених дисциплін								професійна рефлексія							
	виокремлювати раніше сформовані вміння, необхідні для виконання завдання								уважність до власного досвіду							
									скрупульозність							
Підбирати та аналізувати літературу	працювати з електронними та паперовими каталогами								педантичність							
	користуватися пошуковими Інтернет-системами								грамотність							
	стисло виокремлювати головні ідеї з опрацьованих джерел								аналітичність мислення							
	аналізувати проблему з точки								системність мислення							

	зору теоретичних та прикладних аспектів															
	оцінювати джерела з точки зору їх наукової та прикладної цінності								ерудованість							
	правильно оформлювати бібліографію та посилання															
Формулювати припущення про причини виникнення проблеми	зіставляти опрацьований матеріал з проблемою клієнта								когнітивна складність							
	зіставляти ймовірні причини проблеми з конкретною ситуацією								професійна уява							
	вибирати найімовірніші причини виникнення проблеми								раціональність							
									логічність мислення							
Планувати та проводити консультації з фахівцями	визначати коло питань, вирішення яких потребує вузькоспеціалізованих знань								готовність вчитися							
	визначати коло фахівців, які можуть надати потрібну консультацію								адекватна професійна самооцінка							
	встановлювати та підтримувати професійні контакти з фахівцями								готовність до співпраці							
									тактовність							
Складати розгорнутий план виконання завдання	визначати етапність роботи та логічну послідовність її виконання								прогностичність							
	формулювати завдання та підзавдання на								системність мислення							

	кожному з етапів роботи															
	прогнозувати результат кожного з етапів роботи								далекоглядність							
	вносити корективи (при потребі) в робочі гіпотези								реалістичність							
Підбирати методи та аналізувати ресурси	обирати методи, які можуть бути використані для виконання завдання								компетентність							
	оцінювати власну готовність використовувати обрані методи								ретельність							
	конструювати комплексну методику на основі обраних методів, вправ, технік..								прогностичне мислення							
	дотримуватись авторських прав								вимогливість до себе							
Передбачати проблемні моменти	відносити запит клієнта до певного класу проблем								критичність мислення							
	розрізняти текст і підтекст клієнтського запиту								винахідливість							
	реалістично оцінювати поточну ситуацію професійної взаємодії								ситуаційна гнучкість							
	прогнозувати і попереджувати розвиток конфліктних стосунків								самоконтроль							
	створювати реалістичний психологічний портрет клієнта															
Готувати необхідні матеріали	використовувати ПК для підготовки стимульних та аналітичних								дисциплінованість							

	матеріалів														
	користуватися заздалегідь підготовленими базами психологічних методик								грамотність						
	перевіряти матеріали за критеріями грамотності та естетичності								акуратність						
Збирати емпіричні дані	створювати робочу атмосферу								спостережливість						
	організовувати взаємодію з клієнтом відповідно до ситуації збору даних								пунктуальність						
	давати чіткі інструкції								акуратність						
	використовувати відповідні способи фіксації даних (протоколи, відеозаписи..)								об'єктивність						
	систематизувати емпіричні дані								цілеспрямованість						
Аналізувати та інтерпретувати отримані дані	використовувати кількісні методи аналізу даних								синтетичність мислення						
	користуватися комп'ютерними статистичними програмами								зібраність						
	робити якісний аналіз отриманих даних (типологізація, психологічна казуїстика)								педантичність						
	тлумачити отримані дані, застосовуючи методи інтерпретації								наукова чесність						
	робити психологічні прогнози								правдивість						

Надавати психологічну допомогу	визначати мету психологічної допомоги та зіставляти її з очікуваннями клієнта							відповідальність							
	спонукати клієнта до використання особистісних ресурсів							тактовність							
	володіти обов'язковим мінімальним набором психологічних вправ та технік							конгруентність							
	використовувати апробовані техніки надання психологічної допомоги							емоційна стійкість							
								пластичність							
Представляти результати роботи	представляти результати дослідження за допомогою Power Point, Excel тощо							толерантність							
	оцінювати рівень розуміння клієнтом інформації							оперативність							
	коректно повідомляти результати роботи							впевненість							
	наголошувати на важливій для розв'язання проблеми інформації							відповідальність							
	порівнювати та узгоджувати результати роботи з очікуваннями							тактовність							
	розробляти з клієнтом програму подальших дій, в тому числі й з саморозвитку														

**Підсумкова рефлексія позитивних моментів** (подумайте та напишіть, що саме вдалося зробити, чого досягти, від чого отримати професійне задоволення)



**Програма саморозвитку** (позначте (обведіть кружечком) ті дії, операції, які б ви хотіли удосконалити та особистісні якості, які б ви хотіли розвинути; виберіть та максимально конкретизуйте три з них і побудуйте програму саморозвитку з термінами та критеріями самоконтролю).

<b>Складові навчально-професійних умінь та професійно важливі якості, які потрібно було б розвинути</b>	<b>В чому полягали труднощі</b>	<b>План заходів для саморозвитку</b>	<b>Терміни</b>	<b>Критерії самоконтролю</b>