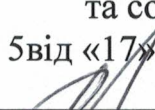




МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ОДЕСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ЕКОЛОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ


МЕТОДИЧНІ ВКАЗІВКИ  
до семінарських занять, виконання індивідуальних завдань  
з навчальної дисципліни «Психологія»  
для студентів денної форми навчання

спеціальність : 101 Екологія

Затверджено  
на засіданні кафедри українознавства  
та соціальних наук  
Протокол № 5 від «17» грудня 2021р.  
Завідувач кафедри  Бубнов І.В.

Затверджено  
на засіданні групи забезпечення спеціальності  
101 Екологія  
Протокол № 4 від «23» 12 2021р.  
Голова групи  Чугай А.В.

Затверджено  
на засіданні кафедри українознавства  
та соціальних наук  
Протокол № 5 від «17» грудня 2021р.  
Завідувач кафедри  Бубнов І.В.

Затверджено  
на засіданні групи забезпечення спеціальності  
101 Екологія  
Протокол № 4 від «23» 12 2021р.  
Голова групи  Чугай А.В.

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ОДЕСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ЕКОЛОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

МЕТОДИЧНІ ВКАЗІВКИ  
до семінарських занять, виконання індивідуальних завдань  
з навчальної дисципліни «Психологія»  
для студентів денної форми навчання

спеціальність : 101 Екологія

Одеса 2021

Методичні вказівки до семінарських занять, виконання індивідуальних завдань з дисципліни "Психологія" для студентів денної форми навчання за спеціальністю «Екологія», рівень освіти початковий «молодший бакалавр». / Невейкіна Г.І. – Одеса, ОДЕКУ, 2021.

## ЗМІСТ

Передмова	5
1. <b>Тема 1.</b> Предмет психології. Методи психологічної науки	6
2. <b>Тема 2.</b> Склад і структура особистості. Соціальні групи	8
3. <b>Тема 3.</b> Психологічний аналіз діяльності	11
4. <b>Тема 4.</b> Мова і мовлення як засіб спілкування	13
5. <b>Тема 5.</b> Пізнавальні психічні процеси	16
6. <b>Тема 6.</b> Роль уяви і пам'яті в психічному житті людини	19
7. <b>Тема 7.</b> Емоційна сфера особистості	22
8. <b>Тема 8.</b> Індивідуально-психологічні особливості особистості	25
9. Перелік тем доповідей і рефератів	28
10. Рекомендована література	29

## ПЕРЕДМОВА

**Метою** викладання навчальної дисципліни "Психологія" є надання студентам систематизованих знань з психології, вивчення основних методологічних та теоретичних засад, методів дослідження психологічних явищ, формування професійної свідомості та самосвідомості.

**Предметом** вивчення навчальної дисципліни є основні психологічні положення, теорії, концепції, категорії, механізми функціонування психіки людини, закономірності розвитку та формування особистості.

### **Завданнями дисципліни є:**

- сформувати у студентів систему психологічних знань;
- оволодіти основними категоріями та поняттями психології;
- ознайомити із закономірностями формування та основними властивостями психічних процесів особистості,
- емоційно-вольової сфери та індивідуальними особливостями людини;
- висвітлити проблему психологічних особливостей діяльності та спілкування особистості;
- сприяти вирішенню питань побудови та організації міжособистісної взаємодії в колективі;
- в аналізі різного роду професійних ситуацій;
- формування у студентів навичок самостійної роботи із теоретичним матеріалом на основі аналізу психологічної проблематики у контексті подальшого розвитку методологічних засад дисципліни.

### У результаті вивчення навчальної дисципліни студент повинен **знати:**

- основні психологічні підходи до вирішення проблем у суспільстві та в конкретних соціальних групах;
- сутності предмету і змісту основних методів психології;
- закономірності поведінки особистості в суспільному процесі;
- теорії та концепції психологічної науки.

### По завершенню вивчення курсу студенти повинні **уміти:**

- використовувати теоретичні знання та практичні навички для аналізу й діагностики власних особливостей особистісної та пізнавальної сфери;
- планувати та організовувати психологічне дослідження;
- орієнтуватися в основних теоретичних напрямках сучасної психології;
- здійснювати аналіз науково-методичної літератури з питань загально-психологічної проблематики;
- застосовувати знання загальної психології при вивченні інших дисциплін циклу професійної підготовки.

Методичні вказівки до підготовки к семінарським заняттям охоплюють всі основні теми з дисципліни «Психологія». До кожної теми семінарського заняття надається докладний план, повчання щодо вивчення теми, практичні

та тестові завдання, а також пропонуються теми доповідей і рефератів. Оцінювання знань та вмінь студентів здійснюється за кредитно-модульною системою відповідно до силлабусу дисципліни "Психологія".

## **ТЕМА №1. ПРЕДМЕТ ПСИХОЛОГІЇ. МЕТОДИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ НАУКИ**

**Мета:** ознайомитись із загальними проблемами теорії та історії психології, з'ясувати предмет і зміст психологічної науки та основні методи її дослідження, визначити місце психології в системі наук та її роль в сучасному житті людини і суспільства.

### **План:**

1. Історія зародження та розвитку психології як науки [1, с. 6-13].
2. Предмет психології та методи дослідження [3, с. 5-14; 16-23].
3. Місце психології в системі наук та галузі її розвитку [3, с. 14-16].

### **Повчання щодо вивчення теми:**

При вивченні матеріалу теми необхідно звернути увагу на сутність основних **категорій:** *психологія, психіка, напрямки сучасної психології, галузі психологічних знань, спостереження, бесіда, інтерв'ю, експериментальне дослідження.*

При вивченні цієї теми рекомендовано звернути увагу на такі питання: поняття про «душу» в Античній філософії, філософські концепції Середньовіччя і Нового часу, основні напрями в психології, теорія психоаналізу, становлення та утвердження психології як самостійної науки, новітні психологічні теорії.

Розглядаючи предмет психології та її завдання, треба мати на увазі, що психологія — одна з наук про людину. Об'єктом її вивчення є найскладніша сфера життєдіяльності людини — психіка. Складність психіки як явища зумовлена тим, що вона є вищим продуктом біологічного та суспільного розвитку живих істот. Складним є і функціональний бік психіки. Необхідно звернути увагу на взаємозв'язок психології з іншими науками, а також численні її галузі, які базуються на знаннях загальної психології. Між психологією та іншими науками існує двосторонній зв'язок: в одних випадках психологія використовує досягнення інших наук для вирішення своїх проблем, а в інших — науки використовують психологічні знання для пояснення або розв'язання певних питань. Між предметні зв'язки психології та інших наук сприяють їх взаємному розвитку й застосуванню на практиці.

Психологія як наука має певні предмет і методи вивчення психічних явищ. Знання методів і вмінь за їх допомогою вивчати вікові та індивідуальні особливості психічного розвитку особистості — шлях до

глибшого пізнання психологічних особливостей особистості й використання цих знань у практичній діяльності.

### **Теми доповідей і рефератів:**

1. «Наука про душу» в Античному світі.
2. Принципи і методи дослідження сучасної психології.
3. Психологія майбутнього.

### **Практичне завдання 1.**

**Чимало психологів, науковців і звичайних людей стверджують, що головне у житті – це знайти рівновагу, бути у злагоді з собою.**

**Чи погоджуєтесь ви з цим твердженням?**

**Обґрунтуйте свою думку. Наведіть приклади з власного досвіду, з спостережень за іншими людьми.**

### **Практичне завдання 2.**

**Мої пріоритети. Дайте оцінку ступеня важливості для вашого майбутнього життя таких сфер, як:**

1. професійна кар'єра;
2. суспільне визнання;
3. сім'я;
4. матеріальна забезпеченість;
5. кохання;
6. дружні стосунки;
7. ...

Перелік сфер можна доволіно продовжувати. Оцінку треба давати за п'ятибальною шкалою. Таке *анкетування* можна запропонувати своїм одногрупникам, знайомим, рідним з метою порівняння та бачення власних особливостей. Було б цікаво порівняти, як змінюються пріоритети в залежності від віку, соціального і професійного статусу, матеріального забезпечення.

### **Тестові завдання:**

#### **1. Визначте правильне ім'я:**

Хто з античних вчених був автором першої наукової праці «Про душу» і вважається «батьком» психології?

- а) Сократ;
- б) Платон;
- в) Аристотель;
- г) Гіппократ.

**2. Виберіть правильну відповідь:**

Хто з вчених відкрив рефлекторну природу психіки і першим запропонував поняття про рефлекс?

- а) Бекон;
- б) Декарт;
- в) Спіноза;
- г) Дж. Локк.

**3. Виберіть правильну відповідь:**

Хто був засновником теорії психоаналізу?

- а) З.Фрейд;
- б) В.Вундт;
- в) К.Юнг;
- г) І. П.Павлов.

**4. Визначте правильну відповідь:**

Хто з вчених був автором наукової праці «Рефлекси головного мозку»?

- а) І.П.Павлов;
- б) І.М.Сеченов;
- в) Р.Декарт;
- г) Г.Костюк

**5. Визначте правильне ім'я:**

Хто з вітчизняних вчених закликав до самопізнання і вважався «українським Сократом»?

- а) П.Юркевич;
- б) В.Вернадський;
- в) О.Новицький;
- г) Г.Сковорода.

**6. Доповніть визначення:**

Реакція організму на подразнення, яка здійснюється за допомогою нервової системи – це ... .

- а) інстинкт;
- б) рефлекс;
- в) аналіз;
- г) синтез.

## **ТЕМА №2: СКЛАД І СТРУКТУРА ОСОБИСТОСТІ. СОЦІАЛЬНІ ГРУПИ**

**Мета:** ознайомлення з основними теоріями і концепціями розвитку особистості, знання структури особистості та умов її формування,



індивідуального та вікового розвитку; визначення ролі особистості в соціальній групі, міжособистісних стосунків у групі, проблеми лідерства.

### **План:**

- 1.Поняття про особистість та її структуру [1, с.180-191; 3, с.25-34].
- 2.Поняття про групи [1, с.191-192; 3, с.34-36].
- 3.Міжособистісні стосунки у групі [1, с.193-195; 3, с.36-40].

### **Повчання щодо вивчення теми:**

При вивченні матеріалу теми необхідно звернути увагу на сутність основних **категорій:** *особистість, структура особистості, індивідуальність, спрямованість особистості, самосвідомість, потреби, індивідуальні особливості особистості; група, колектив, лідер, соціометрія, психологічна сумісність, конфлікт, міжособистісні стосунки, конформізм.*

При вивченні матеріалу лекції рекомендовано звернути увагу на психологічну та соціальну сутність особистості, формування її індивідуальності, адже особистість — це конкретний людський індивід з індивідуально виявленими своєрідними розумовими, емоційними, вольовими та фізичними властивостями. Особистість виникла й розвинулася у процесі суспільно-історичного розвитку людства, у процесі праці. Належність особистості до певного суспільства, до певної системи суспільних відносин визначає її психологічну та соціальну сутність. Особистість - соціальна істота, суб'єкт пізнання, активний діяч суспільного розвитку. Характерними ознаками особистості є наявність у неї свідомості, виконувани нею суспільні ролі, суспільно корисна спрямованість її діяльності. Однією з найяскравіших характеристик особистості є її індивідуальність, під якою розуміють своєрідне, неповторне поєднання таких психологічних особливостей людини, як характер, темперамент, особливості перебігу психічних процесів (сприймання, пам'яті, мислення, мовлення, почуттів, волі), особливості її мотиваційної сфери, спрямованості.

Оскільки особистість існує, розвивається і діє у відповідному соціумі, необхідно звернути увагу на умови її взаємодії в групі, класифікувати види груп, аналізувати міжособистісні стосунки в колективі, поведінку та соціальну активність. Аналіз міжособистісних стосунків у групі, популярність членів групи, їх статус, лідерські якості вимірюються методом соціометрії.

Слід зауважити на важливості психологічної сумісності та її різновидів, а також можливості конфлікту в міжособистісних стосунках при відсутності сумісності у групі людей, включених у виконання суспільно чи особисто значущої діяльності. Конфлікт — це суперечність, що виникає між людьми у зв'язку з розв'язанням тих чи інших питань соціального чи особистого життя. Визначити види конфліктів (класифікацію).

## Теми доповідей і рефератів:

1. Особистість як продукт і суб'єкт суспільних відносин.
2. Формування інтелектуальної активності особистості.
3. Людина як суб'єкт і об'єкт культури.
4. Психологічна характеристика спортивного колективу.

### Практичне завдання 1.

**Зробіть соціометричне дослідження вашої студентської групи з метою виявлення найбільш популярних членів групи, лідерів.**

**Запропонуйте такі запитання:**

З ким би ти хотів сидіти за однією партою?

З ким би ти хотів бути в одній команді в спортивних змаганнях?

До кого ти б звернувся по допомогу в розв'язанні конфліктної ситуації?

З ким би ти хотів проводити своє дозвілля?

Кого б ти хотів обрати старостою групи?

### Практичне завдання 2.

**Чи погоджуєтесь ви з твердженням: «Сумління – це хусточка, яка забруднюється, але її завжди можна випрати?»**

**Обґрунтуйте свою думку.**

### Практичне завдання 3.

**Дайте аргументовану відповідь на запитання, яке хвилює багатьох людей: «Чи важливим є в ставленні до мене з боку інших те, що я про себе думаю, як я себе оцінюю?»**

**Тестові завдання:**

#### 1. Доповніть визначення:

Усвідомлювання людиною себе самої у своєму ставленні до зовнішнього світу та інших людей – це ... .

- а) самосвідомість;
- б) самооцінка;
- в) цілеспрямованість;
- г) самовизначення.

#### 2. Виберіть правильну відповідь:

Твердження про те, що поняття «людина» об'єднує в собі як біологічні, так і соціальні риси і властивості

- а) вірне;
- б) невірне.

### 3. Доповніть визначення:

Система мотивів особистості, що спонукає її діяти відповідно до власних поглядів і принципів – це ... .

- а) потреба;
- б) переконання;
- в) спрямованість;
- г) упертість.

### 4. Визначте правильне поняття:

Своєрідним проявом безвілля і пристосовницької позиції особистості є ... .

- а) самостійність;
- б) колективізм;
- в) активність;
- г) конформізм.

## ТЕМА № 3 ПСИХОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ ДІЯЛЬНОСТІ

**Мета:** визначити психологічні характеристики діяльності, її основні компоненти, функцій та структуру; охарактеризувати основні різновиди діяльності, засоби діяльності та процес їх засвоєння.

### План:

1. Поняття про діяльність. Мета і мотив діяльності [1, с.197-199; 3, с.42-44].
2. Структура та засоби діяльності [1, с.199-202; 3, с.44-48].
3. Основні різновиди діяльності [1, с.202-204; 3, с.48-52].

### Повчання щодо вивчення теми

При вивченні матеріалу теми необхідно звернути увагу на сутність основних **категорій:** *мета, мотив діяльності, структура діяльності, засоби діяльності, знання, вміння, навички, види діяльності, праця фізична, праця розумова, творча діяльність.*

При вивченні матеріалу лекції рекомендовано звернути увагу на психологічні функції діяльності, соціальну сутність людської діяльності, її свідомий та цілеспрямований характер. Необхідно проаналізувати мету і мотив як джерело активності і внутрішню рушійну силу, що спонукає людину до діяльності. Особистість як суб'єкт діяльності, задовольняючи свої потреби, взаємодіє із середовищем, ставить перед собою певну мету, мотивує її, добирає засоби для її здійснення, виявляє фізичну й розумову активність у досягненні поставленої мети. Свідомий характер людської діяльності

виявляється в її плануванні, передбаченні результатів, регуляції дій, прагненні до її вдосконалення.

Особливу увагу необхідно звернути на засоби діяльності, процес їх засвоєння та умови формування вмінь і навичок. Основними умовами успішного формування вмінь і навичок є усвідомлення мети завдання і розуміння його змісту та способів виконання. Успіх формування вмінь і навичок найбільшою мірою залежить від свідомого ставлення, готовності особистості до вироблення в собі вмінь і навичок, інтересу до кращого виконання дій, пов'язаних з виконанням завдання. У формуванні вмінь і навичок важливо враховувати індивідуальні особливості людини: тип нервової системи, попередній досвід, теоретичні знання, нахили та здібності.

Розглядаючи основні різновиди діяльності, треба мати на увазі, що людська діяльність різноманітна й багатогранна. Залежно від мети, змісту та форм розрізняють три основні різновиди діяльності: гру, навчання та працю. Людині незалежно від віку властиві всі три різновиди діяльності, проте в різні періоди життя вони виявляються по-різному за метою, змістом, формою та значенням. У дошкільному віці провідним різновидом діяльності є гра, у шкільному — навчання, а у зрілому віці — праця. Гра та навчання властиві й людям, й тваринам. Проте у тварин підґрунтям цих різновидів діяльності є інстинкти, а у людини вони зумовлені соціальними умовами життя, різняться якісно, набагато складніші та багатші за змістом і формою. Праця за природою та змістом — суспільно-історична категорія. У процесі праці виникла й розвинулася людина як свідомо соціальна істота. Різноманітність видів людської праці поділяють на **працю фізичну і розумову**.

### **Теми доповідей і рефератів:**

1. Творчість як засіб самореалізації особистості
2. Активність біологічних індивідів.
3. Відмінність поведінки тварин від діяльності людини.

#### **Практичне завдання 1.**

**Спробуйте відшукати факти, які підтверджують таку думку: «Вчитися треба все життя. Саме завдяки постійному навчанню ми стимулюємо наш мозок і відповідно розширюємо межі наших можливостей» (А.Шейбель)**

#### **Практичне завдання 2.**

**Знайдіть підтвердження чи спростування постулату: «Коріння навчання – гіркі, але плоди – солодкі» (Аристотель).**

#### **Тестові завдання:**

##### **1. Визначте правильне поняття:**

Свідома активність, що виявляється в системі дій, спрямованих на досягнення поставленої мети – це ... .

- а) діяльність;
- б) свідомість;
- в) інстинкт;
- г) рухливість.

**2. Доповніть визначення:**

Внутрішня рушійна сила, що спонукає людину до діяльності – це ... .

- а) мета;
- б) мотив;
- в) потреба;
- г) звичка.

**3. Визначте зайве поняття:**

До засобів діяльності належать:

- а) знання;
- б) вміння;
- в) навички;
- г) потреби.

**4. Визначте зайве поняття:**

До різновидів людської діяльності належать:

- а) гра;
- б) навчання;
- в) дихання;
- г) праця.

**5. Визначте правильну відповідь:**

Який вид праці потребує використання фізичних сил людини, напруження її м'язової системи?

- а) фізична;
- б) розумова;
- в) щоденна;
- г) нічна.

## **ТЕМА № 4. МОВА І МОВЛЕННЯ ЯК ЗАСІБ СПІЛКУВАННЯ**

**Мета :** ознайомитися з основними функціями мови, визначити мову як специфічно людський засіб спілкування, охарактеризувати психологічні і фізіологічні механізми мовленнєвої діяльності, з'ясувати роль спілкування в житті особистості і суспільства.

### **План:**

1. Поняття про мову та її функції [1, с.124-131; 3, с.54-59].
2. Різновиди мовлення [1, с.131-136; 3, с.59-62].
3. Поняття про спілкування [3, с.62-65].
4. Функції спілкування [3, с.65-70].

### **Повчання щодо вивчення теми:**

При вивченні матеріалу теми необхідно звернути увагу на сутність основних **категорій**: *мова, мовлення, усне мовлення, діалогічне мовлення, монологічне мовлення, ситуативне мовлення, письмове мовлення, внутрішнє мовлення, спілкування, комунікативна функція спілкування, інтерактивна функція спілкування, перцептивна функція спілкування, ідентифікація, рефлексія, міжособистісне спілкування, опосередковане спілкування.*

При вивченні матеріалу лекції рекомендовано звернути увагу на мову як специфічно людський засіб спілкування, що існує об'єктивно в духовному житті людського суспільства і становить собою систему знаків, які функціонують як засоби такого спілкування. Необхідно також охарактеризувати фізіологічні механізми мовленнєвої діяльності, фізіологічним підґрунтям якої є умовно-рефлекторна діяльність кори великих півкуль головного мозку.

Особливу увагу треба звернути на роль спілкування як соціальне явище, визначити засоби та різновиди спілкування, охарактеризувати та розкрити його функції, оскільки саме спілкування є важливою духовною потребою особистості як суспільної істоти. Потреба людини у спілкуванні зумовлена суспільним способом її буття та необхідністю взаємодії у процесі діяльності. Будь-яка спільна діяльність, і в першу чергу трудова, не може здійснюватись успішно, якщо між тими, хто її виконує, не будуть налагоджені відповідні контакти та взаєморозуміння.

Соціальна природа спілкування виражається в тому, що воно завжди відбувається в середовищі людей, де суб'єкти спілкування постають як носії соціального досвіду. Соціальний досвід спілкування виявляється у змісті інформації, що є його предметом (знання, відомості, способи діяльності), у засобах (мовна та немовна комунікація при спілкуванні), у суспільно вироблених у процесі історичного розвитку різновидах спілкування. За змістом спілкування охоплює всі галузі людського буття та діяльності, об'єктивні та суб'єктивні їх прояви. Спілкування між людьми відбувається при передаванні знань, досвіду, коли формуються різні вміння та навички, погоджуються та координуються спільні дії тощо. Спілкування — це багатоплановий процес, в якому можна виокремити такі основні функції: комунікативну, інтерактивну та перцептивну.

### **Теми доповідей і рефератів:**

1. Соціальна сутність спілкування.
2. Психологія ділового спілкування.
3. Інформаційний аспект комунікативного процесу.
4. Невербальне спілкування та його функції.

### **Практичне завдання 1.**

**Чи погоджуєтесь ви з таким твердженням: «Всі європейські мови можна вивчити за шість років, свою ж рідну треба вчити все життя» (Вольтер)?**

**Обґрунтуйте свою думку, наведіть приклади з власного досвіду, з літератури, з публічної інформації.**

### **Практичне завдання 2.**

**Проаналізуйте твердження: «Спілкування – це обмін інформацією між людьми».**

**Дайте відповідь на такі запитання:**

Чи завжди обмін інформацією є спілкуванням?

За яких умов обмін інформацією набуває характеру спілкування?

Які причини психологічного характеру можуть зашкодити процесу спілкування?

### **Практичне завдання 3.**

**Чи згодні ви, що важливим психологічним чинником ефективності спілкування є дотримання співрозмовниками *тактовності*, яка виявляється у задоволенні взаємних очікувань?**

**Обґрунтуйте свою думку. Наведіть приклади з власного досвіду, з власних спостережень за іншими людьми. Дайте відповіді на такі запитання:**

Чи є обов'язковою умова дотримання тактовності для будь-яких ситуацій спілкування?

Чи тотожні у психологічному та змістовному плані поняття «відсутність тактовності у спілкуванні» та «нетактовність»? Відповідь аргументуйте.

### **Тестові завдання:**

#### **1. Доповніть визначення:**

Специфічно людський засіб спілкування, який існує об'єктивно в духовному житті людського суспільства і становить собою систему знаків, що мають соціальну природу – це ... .

- а) мова;
- б) міміка;
- в) жестикуляція;
- г) малювання.

**2. Доповніть правильне поняття:**

Процес використання людиною мови для спілкування – це ... .

- а) жестикуляція;
- б) мовлення;
- в) міміка ;
- г) граматики.

**3. Визначте зайве поняття:**

До різновидів мовлення належать:

- а) фізіологічне;
- б) усне;
- в) письмове;
- г) внутрішнє.

**4. Визначте правильну відповідь:**

Яка з функцій мовлення вважається найважливішою?

- а) експресивна;
- б) інтерактивна;
- в) комунікативна;
- г) перцептивна.

**5. Доповніть твердження:**

Найбільшого значення набуває грамотність у ... виді мовлення.

- а) монологічному;
- б) діалогічному;
- в) усному;
- г) писемному.

## **ТЕМА № 5. ПІЗНАВАЛЬНІ ПСИХІЧНІ ПРОЦЕСИ**

**Мета:** Ознайомитися з основними процесами чуттєвого пізнання та їх властивостями, розкрити специфічні особливості мислення як вищої форми пізнавальної діяльності, охарактеризувати основні розумові операції, визначити різновиди та індивідуальні особливості мислення.

**План:**

1. Поняття про відчуття та його різновиди [1, с.76-83; 3, с.72-81].
2. Сприймання, його різновиди та властивості [1, с.92-103; 3, с.81-86].
3. Мислення як вища форма пізнання об'єктивної реальності [1, с.137-150; 3, с.86-96].

**Повчання щодо вивчення теми:**



При вивченні матеріалу теми необхідно звернути увагу на сутність основних **категорій**: *пізнавальна діяльність, відчуття, сприймання, мислення, розумові дії, наочно-дійове мислення, наочно-образне мислення, абстрактне (словесно-логічне) мислення.*

При вивченні матеріалу лекції рекомендовано звернути увагу на основні процеси чуттєвого пізнання, яке є підґрунтям розумового пізнання світу. Адже саме з відчуттів починається пізнавальна діяльність людини. Відчуття — пізнавальний психічний процес відображення в мозку людини окремих властивостей предметів і явищ при їх безпосередній дії на органи чуття людини. *Відчуття* – це найпростіший психічний процес, первинна форма орієнтування живого організму в навколишньому середовищі. *Сприймання* – це психічний процес відображення в мозку людини предметів та явищ у цілому, у сукупності всіх їх якостей та властивостей при безпосередній дії на органи чуття. При вивченні теми важливо знаходити спільне та відмінне між сприйманням та відчуттями, вміти охарактеризувати основні властивості відчуттів і сприймань. Разом з тим, необхідно зрозуміти, що у чуттєвому пізнанні відчуття та сприймання виявляються в єдності. Сприймання поза відчуттями не буває.

Розглядаючи специфічні особливості мислення як вищої форми пізнавальної діяльності, необхідно охарактеризувати основні розумові операції. Вичерпні знання про об'єкти дійсності, їх внутрішню сутність, людина одержує за допомогою мислення, тобто *мислення* – це процес опосередкованого й узагальненого відображення людиною предметів та явищ об'єктивної дійсності в їх істотних зв'язках і відношеннях. Мислення людини нерозривно пов'язане з *мовою*, яка є знаряддям формування і способом існування думки. Розумова діяльність органічно пов'язана з *практикою*, яка є джерелом розумової діяльності.

Особливу увагу треба звернути на значення мислення в житті людини, адже воно дає можливість наукового пізнання світу, передбачення і прогнозування розвитку подій, практичного оволодіння закономірностями об'єктивної дійсності, постановки їх на службу потребам та інтересам людини. Мислення є основою свідомої діяльності особистості, формування її розумових та інших властивостей. Рівень розвитку мислення визначає, якою мірою людина здатна орієнтуватися в оточуючому світі, як вона панує над обставинами та над собою.

Необхідно також визначити різновиди та індивідуальні особливості мислення.

### **Теми доповідей і рефератів:**

1. Критичність мислення та його продуктивність.
2. Формування інтелектуальної активності особистості.
3. Принцип єдиного інтелекту і становлення мислення професіонала.

### **Практичне завдання 1.**

Уявіть себе прогулянку чудового літнього дня за містом, на природі: у вас гарний, романтичний настрій. Пригадайте, як ви сприймали хмари, дивлячись на небо? Здавалось, що це цілісні предмети, які нагадують тварин, птахів, скелі тощо. **Яка важлива властивість сприймання при цьому виявляється?**

### **Практичне завдання 2.**

**Поясніть такий факт:** коли людина вперше йде незнайомою місцевістю, самостійно розшукуючи дорогу, то вдруге вона легко знайде її; якщо ж вона йде із товаришем, якому дорога добре відома, то вдруге їй буде важко самостійно пройти цей шлях.

### **Практичне завдання 3.**

**Поясніть, у чому виявляється принципова відмінність мислення людини та «мислення машини»? Наведіть аргументи, які б переконливо довели таку відмінність.**

#### **Тестові завдання:**

#### **1. Доповніть речення:**

До чуттєвого пізнання належить психічний процес ... .

- а) сприймання;
- б) мислення;
- в) пам'ять;
- г) уявлення.

#### **2. Визначте зайве поняття:**

До головних властивостей сприймання належать:

- а) вибірковість;
- б) предметність;
- в) цілісність;
- г) забування.

#### **3. Доповніть речення:**

До вищої абстрактної форми пізнання об'єктивної реальності належить :

- а) сприймання;
- б) увага;
- в) мислення;
- г) відчуття.

#### **4. Доповніть речення:**

Знарядям формування і способом існування думки є ... .

- а) мовлення;

- б) практика;
- в) сприймання;
- г) воля.

**5. Доповніть речення:**

Джерелом розумової діяльності є ... .

- а) мотивація;
- б) інтуїція;
- в) практика;
- г) потреба.

## **ТЕМА 6. РОЛЬ УЯВИ І ПАМ'ЯТІ В ПСИХІЧНОМУ ЖИТТІ ЛЮДИНИ**

**Мета:** Ознайомитися з фізіологічною основою процесів уяви і пам'яті, визначити різновиди уяви, охарактеризувати основні теорії пам'яті, проаналізувати різновиди пам'яті, визначити її основні процеси, розкрити роль пам'яті в психічному житті людини.

**План:**

1. Поняття про уяву та її різновиди [1, с.152-160; 3, с.98-106].
2. Поняття про пам'ять. Теорії пам'яті [1, с.105-108; 3, с.106-109].
3. Процеси пам'яті та її індивідуальні особливості [1, с.108-122; 3, с.109-115].

**Повчання щодо вивчення теми:**

При вивченні матеріалу теми необхідно звернути увагу на сутність основних **категорій:** *уява, фантазія, мимовільна уява, довільна уява, творча уява, репродуктивна уява, мрія; процеси пам'яті, образна пам'ять, рухова пам'ять, емоційна пам'ять, словесно-логічна пам'ять.*

При вивченні матеріалу лекції рекомендовано звернути увагу на фізіологічне підґрунтя уяви, її зв'язок з об'єктивною дійсністю, визначити різновиди уяви. Оскільки уява є специфічно людською формою відображення дійсності, що виникла і сформувалася у процесі праці, особливо важливою вважається її роль в людській діяльності. Саме в цьому й полягає важлива функція уяви як форми випереджального відображення дійсності, властивої тільки людині. Завдяки уяві стають можливими результативна поведінка і діяльність особистості за умов неповної або сумнівної інформації.

Як і всі інші психічні процеси, уява – це функція кори великих півкуль головного мозку. Фізіологічним підґрунтям уяви є утворення нових сполучень тих нервових зв'язків, які виникали раніше у процесі відображення людиною об'єктивної реальності. Треба також звернути увагу на *різновиди уяви*. Залежно від участі волі в діяльності уяви її поділяють на

*мимовільну та довільну. Залежно від характеру діяльності людини її уяву поділяють на творчу та репродуктивну. Залежно від змісту діяльності й характеру праці людини уява поділяється на художню, технічну, наукову та ін.*

Розглядаючи роль пам'яті в психічному житті людини, необхідно звернути увагу на її процеси та функції кожного з них. Ознайомлення з теоріями пам'яті допоможе зрозуміти багатогранність та багатфункціональність цього психічного процесу, його унікальність та вирішальну роль в житті та діяльності людини.

Розглядаючи різновиди пам'яті, необхідно з'ясувати, які з них властиві не тільки людині, а й тваринному світу. За змістом залежно від того, що запам'ятовується і відтворюється, розрізняють чотири види пам'яті: образну, словесно-логічну, рухову та емоційну. Мимовільна і довільна пам'ять – шаблі розвитку пам'яті людини в онтогенезі. Пам'ять поділяють також на короткочасну, довготривалу та оперативну. Кожна особистість має індивідуальні відмінності (особливості) пам'яті, які виявляються в різних сферах її діяльності. У процесах пам'яті індивідуальні відмінності виявляються у швидкості, точності, міцності запам'ятовування та готовності до відтворення.

### **Теми доповідей і рефератів:**

1. Роль уяви в навчальній і творчій діяльності.
2. Найважливіші теорії пам'яті в психологічній науці.
3. Взаємодія розвитку пам'яті, мислення та уяви.

### **Практичне завдання 1.**

Спираючись на результати дослідження, психологи вважають, що фантазія краще розвинена у дітей, які виховуються в багатодітних сім'ях. **Чим це можна пояснити? Обґрунтуйте свою думку. Наведіть приклади з власних спостережень.**

### **Практичне завдання 2.**

Поясніть, чому деякі люди, неосвічені в медицині, прочитавши опис того чи іншого захворювання, схильні уявляти, що й вони захворіли саме на цю хворобу, що й у них виявляються її симптоми.

### **Практичне завдання 3.**

Іноді тривала робота щодо запам'ятовування навчального матеріалу виявляється неефективною. Чим пояснити, що, по-перше, матеріал погано запам'ятовується, по-друге, створюється ілюзія його запам'ятовування? **Наведіть приклади з досвіду вашого навчання, підготовки до іспитів або інших контролюючих заходів.**

#### **Практичне завдання 4.**

Проаналізуйте свою власну пам'ять, дайте відповіді на запитання:  
Який вид пам'яті у вас більше розвинений?  
Які індивідуальні особливості пам'яті вам властиві?  
В чому це виявляється?  
Наведіть приклади з вашої навчальної діяльності.

#### **Тестові завдання:**

##### **1. Виберіть правильну відповідь:**

Який вид уяви властивий письменникам, художникам, музикантам?

- а) наукова;
- б) художня;
- в) мимовільна;
- г) довільна

##### **2. Доповніть визначення:**

Процес створення людиною в своїй уяві образів бажаного майбутнього – це ... .

- а) мрія;
- б) пам'ять;
- в) воля;
- г) увага.

##### **3. Визначте зайве поняття:**

У пам'яті розрізняють такі основні процеси:

- а) зберігання;
- б) відтворення;
- в) забування;
- г) викладання.

##### **4. Визначте правильну відповідь:**

Який вид пам'яті властивий тільки людині?

- а) словесно-логічна;
- б) образна;
- в) рухова;
- г) емоційна.

##### **5. Визначте зайве поняття:**

До індивідуальних особливостей пам'яті належать:

- а) гнучкість запам'ятовування;
- б) швидкість запам'ятовування;
- в) точність запам'ятовування;
- г) міцність запам'ятовування

## ТЕМА 7. ЕМОЦІЙНА СФЕРА ОСОБИСТОСТІ

**Мета:** визначити фізіологічні механізми та психологічні функції почуттів, розрізняти форми вираження і форми переживання емоцій та почуттів, охарактеризувати вольові процеси особистості.

### **План:**

1. Емоції і почуття та форми їх вираження [1, с. 205-224; 3, 116-123].
2. Вольові процеси особистості [3, с. 123-130].

### **Повчання щодо вивчення теми:**

При вивченні матеріалу теми необхідно звернути увагу на сутність основних **категорій:** *емоції, почуття, стеничні та астеничні емоції і почуття, настрій, афект, стрес, фрустрація, вищі почуття, моральні почуття, естетичні почуття, праксичні почуття, інтелектуальні почуття, вольові процеси, якості волі, конформність.*

При вивченні матеріалу цієї лекції рекомендовано звернути увагу на фізіологічні механізми та психологічні функції почуттів, з'ясувати, що емоції та почуття здійснюють сигнальну та регуляторну функції, спонукають людину до знань, праці, вчинків або стримують її. Людські емоції та почуття найяскравіше виражають духовні запити і прагнення людини, її ставлення до дійсності.

Розглядаючи форми вираження і форми переживання емоцій і почуттів, необхідно з'ясувати, що емоції та почуття органічно взаємопов'язані, але за змістом і формою переживання вони не тотожні. Емоція, загальна активна форма переживання організмом своєї життєдіяльності. Розрізняють прості та складні емоції. Почуття – специфічно людські, узагальнені переживання ставлення до людських потреб, задоволення або незадоволення яких викликає позитивні або негативні емоції. Характерна особливість емоцій і почуттів полягає в тому, що вони цілковито захоплюють особистість. Необхідно перелічити і охарактеризувати форми переживання емоцій та почуттів, а також емоційні стани людини.

Розглядаючи вольові процеси особистості, треба звернути увагу на вольову діяльність як сукупність мимовільних та довільних дій, з'ясувати, що воля є однією з найважливіших умов людської діяльності. Воля людини виробилась у процесі її суспільно-історичного розвитку, у трудовій діяльності. Воля виявляється у своєрідному зусиллі, у внутрішньому напруженні, яке переживає людина, переборюючи внутрішні та зовнішні труднощі, у прагненні до дій або у стримуванні себе. Воля є детермінованим процесом.

Визначаючи основні якості волі, треба проаналізувати прості та складні вольові дії, з'ясувати, що саме складна вольова дія, яка потребує значного напруження сил, терплячості, наполегливості, вміння організувати себе є підґрунтям для таких вольових якостей як цілеспрямованість,

рішучість, витриманість, наполегливість, самовладання. Воля людини виявляється в переборенні не тільки зовнішніх труднощів, що характерні для різних видів діяльності, а й внутрішніх, породжуваних, наприклад, бажаннями, які суперечать поставленим завданням, утомою тощо. Важлива вольова якість людини — ініціативність, тобто здатність самостійно ставити перед собою завдання й без нагадувань і спонукань інших виконувати їх.

### **Теми доповідей і рефератів:**

1. Проблеми волі в психології.
2. Характеристика емоційно-вольових властивостей особистості.
3. Емоції та сучасна художня творчість.

#### **Практичне завдання 1.**

Чи згодні ви з висловлюванням, що *добрі люди живуть довше, бо в них переважають позитивні почуття*? **Аргументуйте свою думку. Наведіть приклади з власних спостережень.**

#### **Практичне завдання 2.**

Уважно прочитайте характеристику емоційних станів *настрій, стрес, афект*. Дайте відповіді на запитання з обґрунтуванням своєї думки і наведенням прикладів з власного досвіду або власних спостережень.

**Чи є настрої результатом кількісної переваги позитивних або негативних емоцій?**

**Чи завжди у стані афекту людина втрачає контроль над своєю поведінкою?**

**Чи завжди страх перед невідомим викликає у людини стресовий стан?**

#### **Практичне завдання 3.**

У житті трапляється так, що прийнявши рішення, людина починає сумніватися в його правильності й не виконує його.

**Чим пояснити виникнення таких суперечностей?**

**Про які особливості волі особистості це свідчить? Чи є впевненість ознакою сильної волі?**

#### **Практичне завдання 4.**

Іноді дорослі, спілкуючись з дітьми, вживають такі висловлювання: «У тебе, як завжди, в голові самі тільки дурниці», «Я нічого кращого від тебе і не чекав».

**Чи завжди подібні зауваження можуть дати позитивний ефект? На формування яких якостей дитини це впливає? Які, на вашу думку, прийоми роботи над собою можуть сприяти формуванню сильної волі? Як ви оцінюєте власні вольові якості? Що б ви хотіли змінити?**

#### **Тестові завдання:**

**1. Визначте зайве поняття:**

До вищих почуттів належать:

- а) імпульсивні;
- б) моральні;
- в) пізнавальні;
- г) естетичні .

**2. Визначте зайве поняття:**

До форм переживання емоцій і почуттів (емоційних станів) належать:

- а) афекти;
- б) стреси;
- в) пристрасті;
- г) рефлекси.

**3. Виберіть правильну відповідь:**

Як називаються вольові дії, що визначаються свідомо поставленою метою?

- а) мимовільними;
- б) довільними;
- в) безвільними;
- г) безумовно-рефлекторними.

**4. Визначте зайве поняття:**

До основних вольових якостей особистості належать:

- а) цілеспрямованість;
- б) витриманість;
- в) упертість;
- г) рішучість.

**5. Визначте правильне поняття:**

Своєрідним проявом безвілля і пристосовницької позиції особистості є ...

- а) колективізм;
- б) конформізм;
- в) активність;
- г) самостійність.



## ТЕМА 8. ІНДИВІДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ОСОБИСТОСТІ

**Мета:** визначити темперамент та його фізіологічні засади, розкрити роль темпераменту в діяльності людини, визначити структуру здібностей, розкрити природу характеру.

### План:

1. Темперамент та його роль в діяльності людини [1, с. 244-247; 3, 132-139].
2. Здібності, їх структура та різновиди [1, с. 226-232; 3, с. 139-146].
3. Природа характеру [1, с. 240-242; 3, 146-154].

### Повчання щодо вивчення теми:

При вивченні матеріалу теми необхідно звернути увагу на сутність основних **категорій:** *темперамент, сангвінічний, холеричний, флегматичний, меланхолійний, екстравертованість, інтровертованість, здібності, задатки, характер, формування характеру.*

При вивченні матеріалу цієї лекції рекомендовано звернути увагу на зв'язок між темпераментом та типом нервової системи, розкрити роль темпераменту в діяльності людини. Темперамент можна визначити як індивідуальну особливість людини, що виявляється в її збудливості, емоційній вразливості, врівноваженості та швидкості перебігу психічної діяльності. Отже, темперамент, як динамічна характеристика психічної діяльності особистості, має певні властивості, які позитивно або негативно позначаються на його проявах. Розрізняють такі основні властивості темпераменту, як чутливість, реактивність, пластичність, ригідність, екстравертованість та інтровертованість. Діяльність – трудова, навчальна, ігрова – висуває вимоги не лише до знань і рівня розумового та емоційно-вольового розвитку особистості, а й до типологічних особливостей нервової системи, тобто до темпераменту людини.

Особливу увагу необхідно звернути на зв'язок характеру з типом темпераменту, розкрити природу характеру. Характер визначається як сукупність стійких індивідуально-психологічних властивостей людини, які виявляються в її діяльності та суспільній поведінці, у ставленні до колективу, до інших людей, праці, навколишньої дійсності та самої себе. Характер найбільше пов'язується з темпераментом, який, як відомо, визначає зовнішню, динамічну форму його вираження. Визначити структуру характеру означає виокремити в ньому провідні компоненти, без яких цілісність характеру уявити не можна. У структурі характеру необхідно розрізняти зміст і форму. Зміст характеру особистості визначається суспільними умовами життя та виховання. Темперамент у структурі характеру є динамічною формою його прояву. Характер – це єдність типологічного і набутого за життя досвіду.

Розглядаючи структуру здібностей, треба мати на увазі, що здібності – це своєрідні властивості людини, її інтелекту, що виявляються в навчальній,

трудо́вий, особливо науковій та творчій діяльності, і є необхідною умовою її успіху. Природжені передумови для розвитку здібностей називаються задатками. Але не всі задатки, з якими народжується людина, перетворюються у здібності. Вищими рівнями розвитку здібностей вважаються талант і геніальність.

### **Теми доповідей і рефератів:**

1. Роль темпераменту в пізнавальній діяльності студентів.
2. Методи дослідження характеру
3. Стратегія розвитку власної особистості.

#### **Практичне завдання 1.**

Протестуйте свій темперамент.

**Чи співпадають результати тестування з вашою попередньою думкою про власний темперамент? Як ви вважаєте, чи можна зробити висновок про темперамент особистості за яскравими, але епізодичними проявами її поведінки? В яких життєвих ситуаціях темперамент розкривається найповніше? Наведіть приклади з власного досвіду або власних спостережень.**

#### **Практичне завдання 2.**

**Чи погоджуєтесь ви з висловлюванням В.Гюго: «У кожної людини є три характери: той, який їй приписують, той, який вона сама собі приписує; і, нарешті той, який є насправді»? Аргументуйте свою думку.**

#### **Практичне завдання 3.**

Проаналізуйте свій характер. Дайте відповіді на запитання:

**Чи задоволені ви власним характером?**

**Які риси характеру ви цінуєте перш за все? Чи властиві вони вам?**

**Чи згодні ви, що деякі риси характеру можуть передаватися спадково?**

**Що б ви хотіли змінити у власному характері? Чи можливо це зробити і яким чином?**

#### **Практичне завдання 4.**

Геніальні люди часто бувають самотніми. «Дивно бути всесвітньо відомим і таким самотнім» (А.Ейнштейн).

**Чим пояснити такий парадокс?**

#### **Тестові завдання:**

**1. Визначте правильну відповідь:**

Хто з давньогрецьких вчених започаткував наукову типологію темпераментів людини і визначив 4 типи їх?

- а) Аристотель;
- б) Сократ;
- в) Гіппократ;
- г) Платон.

**2. Виберіть правильну відповідь:**

Якому типу нервової діяльності відповідає флегматичний темперамент?

- а) врівноваженому;
- б) неврівноваженому;
- в) слабкому;
- г) інертному.

**3. Доповніть речення:**

Характер людини ... .

- а) є природженим;
- б) є набутиим;
- в) формується протягом життя;
- г) успадковується.

**4. Визначте зайве поняття:**

До індивідуально-психологічних характеристик особистості належать:

- а) зовнішність;
- б) темперамент;
- в) характер;
- г) здібності.

**5. Визначте правильне поняття:**

Видатні індивідуальні здібності людей в одній чи кількох галузях діяльності називають ... .

- а) рішучістю;
- б) упертістю;
- в) самостійністю;
- г) талантом.

**6. Доповніть правильне поняття:**

Найвищий рівень розвитку здібностей, що виявляються у творчій діяльності, результати якої мають історичне значення в житті суспільства, у розвитку науки, літератури, мистецтва називають ... .

- а) самовпевненістю;
- б) цілеспрямованістю;

- в) геніальністю;
- г) самосвідомістю.

## **ПЕРЕЛІК ТЕМ ДОПОВІДЕЙ І РЕФЕРАТОВ**

1. Психологічні умови профілактики міжособистісних конфліктів в молодих сім'ях.
2. «Наука про душу» в Античному світі.
3. Роль темпераменту в пізнавальній діяльності студентів.
4. Творчість як засіб самореалізації особистості
5. Особистість і спілкування.
6. Проблеми волі в психології.
7. Корекція гіперактивності в ранньому онтогенезі.
8. Роль лідера в формуванні сприятливого соціально-психологічного клімату в колективі.
9. Характеристика емоційно-вольових властивостей особистості.
10. Дослідження ролі емоцій в процесі запам'ятовування.
11. Психологічні механізми соціалізації.
12. Роль міжособистісних стосунків у функціонуванні студентської групи.
13. Класифікація соціальних груп. Психологічні особливості студентської групи.
14. Невербальне спілкування та його функції.
15. Принципи класифікації конфліктних ситуацій та методи їх подолання.
16. Оптимальні умови формування гуманістичних відносин в студентській групі.
17. Свідомість як продукт природної та соціальної еволюції людини.
18. Форми і методи самовиховання як фактор самовдосконалення особистості.
19. Вплив інноваційного навчання на розумовий розвиток підлітків.
20. Стратегія розвитку власної особистості.
21. Критичність мислення та його продуктивність.
22. Формування інтелектуальної активності особистості.
23. Стреси в житті людини: причини виникнення і шляхи подолання.
24. Специфіка консультаційної роботи психолога по «телефону довіри».
25. Психологія майбутнього.
26. Схильність до стресу в екзаменаційний період і його попередження у студентів.
27. Концепція особистості у вітчизняній класичній психології.
28. Культурно-історична теорія розвитку психіки Л.С.Виготського.
29. Процес соціалізації дітей з синдромом раннього дитячого аутизму.
30. Психоаналіз: співвідношення свідомості та несвідомого.
31. Фрейдизм і неофрейдизм.
32. Вплив стилю сімейного виховання на шкільну успішність підлітків.

33. Психологічні проблеми сім'ї як соціальної групи.
34. Роль сім'ї в процесі формування особистості.

## **ПЕРЕЛІК НАВЧАЛЬНОЇ ЛІТЕРАТУРИ**

### **ОСНОВНА ЛІТЕРАТУРА:**

1. Дубравська Д.М. Основи психології. Львів: «Світ» - 2001. – 279 с.
2. Психологія. За ред. Ю.Л.Трофімова. К.: «Либідь», 2001. – 558 с.
3. Глушкова Н.М., Слободянюк О.Р. Психологія. Конспект лекцій. Одеса: ТЕС, 2010. – 155 с.
4. Методичні вказівки до виконання самостійної роботи з дисципліни «Психологія». Укл. Глушкова Н.М., Слободянюк О.Р. Одеса, ОДЕКУ, 2004. – 30 с.
5. Методичні вказівки до виконання самостійної роботи з дисциплін «Психологія». /Глушкова Н.М. – Одеса, ОДЕКУ, 2008. – 30 с.

### **ДОДАТКОВА ЛІТЕРАТУРА:**

1. Титаренко Т. та ін. Основи практичної психології. К., 1999.
2. Роменець В.А. Історія психології ХІХ - поч.ХХст. К., 1995.
3. Чебикін О.Я. Емоційна регуляція пізнавальної діяльності. Одеса, 1992.
4. Власова О.І. Педагогічна психологія. К., 2005.

*Інформаційні ресурси*

[www.library-odeku.16mb.com](http://www.library-odeku.16mb.com)

[www.ukrsoc.blogspot.com](http://www.ukrsoc.blogspot.com)

