

Федотова Т.В.

РОБОЧИЙ ЗОШИТ З ПСИХОЛОГІЇ

(навчально-методична розробка для роботи зі слухачами початкового рівня (першого року) навчання в секції психології МАН)

Луцьк – 2024

УДК 316.66

*Рекомендовано до друку методичною радою
Волинського національного університету імені Лесі Українки
(протокол № 10 від 19 червня 2024 р.)*

Рецензенти:

Кихтюк О.В. – кандидат психологічних наук, доцент кафедри загальної та клінічної психології ВНУ ім. Лесі Українки;

Кульчицька А.В. – кандидат психологічних наук, доцент кафедри педагогічної та вікової психології ВНУ ім. Лесі Українки

Розробник:

Федотова Т.В. – кандидат психологічних наук, доцент кафедри загальної та клінічної психології Волинського національного університету імені Лесі Українки

Федотова Т. В. Робочий зошит з психології (навчально-методична розробка для роботи зі слухачами початкового рівня (першого року) навчання в секції психології МАН). Луцьк, 2024. 126 с.

У рукописі розглянуто алгоритм роботи керівника секції психології зі слухачами на заняттях секції психології початкового рівня (першого року) навчання.

Пропоновані матеріали будуть корисними як для керівників секцій МАН так й для практичних психологів закладів освіти.

УДК 316.66

© Федотова Т. В. (укл.), 2024

ВСТУП

Психологічна підготовка слухачів Волинської обласної Малої академії забезпечує духовний та інтелектуальний розвиток особистості школяра, сприяє глибшому розумінню себе й оточуючих, самовдосконаленню, пристосуванню до змін у навколишньому середовищі, ефективному використанню особистісного потенціалу, налагодженню взаємин з іншими людьми, професійному самовизначенню, формує навички проведення науково-дослідної роботи.

Робочий зошит орієнтований на вивчення питань психологічної науки, в яких розкривається її предмет й завдання, загальна характеристика основних галузей та методів сучасної психології, зв'язок з іншими науками. Окремо розглядаються деякі психологічні проблеми особистості, зокрема, психологічні критерії особистості, біологічне та соціальне в природі особистості, основні етапи розвитку особистості; поняття про самосвідомість, її основні функції та компоненти; особливості пізнавальної та регулятивної сфери; індивідуально-типологічні властивості особистості.

Значну увагу приділено питанню методології наукового пошуку, а також процедурно-методичним особливостям проведення емпіричного психологічного дослідження (вибір теми, основні етапи роботи над науковим дослідженням, підбір методичного інструментарію, формування вибірки емпіричного дослідження, оформлення списку використаної літератури).

Робочий зошит планується використовувати у секції психології відділення Філософії та суспільствознавства та орієнтований на роботу з вихованцями початкового рівня (першого року) навчання.

Кожне заняття представлене в робочому зошиті містить теоретичну (де розкрито теоретичні аспекти підготовки слухачів) та практичну частину (орієнтована на формування практичних навичок в слухачів).

Завдання теоретичної частини занять робочого зошиту: оволодіння теоретичним матеріалом згідно теми заняття; опрацювання психологічної літератури відповідно до тем наукових робіт слухачів; висвітлення специфіки процедурно-методичних особливостей проведення емпіричного психологічного дослідження.

Завдання практичної частини робочого зошиту: набуття умінь, необхідних для здійснення теоретичного аналізу наукових джерел й визначення кола невирішених питань за темою наукової роботи; формування вмінь та навичок проведення психологічного дослідження (підбір психодіагностичного інструментарію, формування вибірки досліджуваних, аналіз та обробка результатів емпіричного дослідження); оформлення теоретико-емпіричного дослідження у наукову роботу; вироблення та актуалізація в учнів якостей, що сприятимуть їх подальшому самовдосконаленню та саморозвитку, зокрема, вольових.

Контроль за результативністю навчання здійснюється під час проведення підсумкових та практичних занять, за результатами участі у наукових конференціях, захисту наукової роботи на обласному конкурсі-захисті МАН.

РОЗДІЛ 1.
ПСИХОЛОГІЯ ЯК НАУКА.
ОСНОВИ ПСИХОЛОГІЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ

Заняття №1 (6 годин)

Тема: *Психологія як наукова дисципліна. Розвиток наукових знань про природу психіки. Етапи становлення предмету психології.
Визначення тем наукового пошуку*

Мета заняття:

1. Ознайомити учнів зі специфікою роботи секції психології.
2. Прийняти правила групової взаємодії. Познайдитись в групі.
3. Розкрити зміст психології як науки, її значення в житті людей та суспільства.
4. Розглянути розвиток знань про природу психіки та етапи становлення предмету психології.
5. Формування вміння аргументувати вибір теми дослідження.

Хід заняття:

Вступне слово керівника секції щодо: специфіки напрямків роботи, організації наукової та навчальної діяльності, дотримання техніки безпеки та правил поведінки в освітньому закладі.

Практична частина

Завдання 1: Прийняття правил групової взаємодії (керівник пропонує перші три правила, далі слухачі називають та пояснюють свої пропозиції): таймінг, повага, активність,

Завдання 2: Знайомство. Вправа «Мое ім'я». Слухачам пропонується вертикально в центрі листка в зошити написати повністю своє ім'я. Далі на кожну літеру написати риси/якості/особливості, які починаються з цієї літери (вони не обов'язково мають характеризувати учасника). У випадку, якщо на відповідну літеру не починається жодне з слів, вписати слово, де відповідна літера зустрічається. Кожен учасник представляє себе: спочатку повністю називає своє ім'я, а далі називає літеру свого імені та слово, яке з неї починається чи в якому зустрічається.

Завдання 3: Керівник представляє міф «Амур та Психея». Обговорення міфу зі слухачами:

- З якими казками перегукується сюжет міфу?
- Як завдяки завданням Афродіти зростає Психея? Які якості в неї формуються (перерахувати: позитивні та негативні)?
- Якими головними цінностями керується Психея?

Теоретична частина

Значення слова «психологія». Термін «психологія» з'явився в кінці XVI ст. як «вчення про душу» (Рудольф Гокленіус). Загалом розуміється як наука про психіку (уперше запропонував Оттон Касман).

Психологія – наука, що вивчає:

- факти, закономірності й механізми психіки;

- процеси активного відображення людиною об'єктивної дійсності в формі відчуттів, сприймань, мислення, почуттів та інших процесів та явищ психіки;
- закономірності й функціонування психіки як особливої форми життєдіяльності.

Особливості психології як науки: наука про найскладніше явище – психіку; є однією з наймолодших наук; зливається об'єкт та суб'єкт пізнання; надзвичайно розгалужена; має неабияке практичне значення для людини та діяльності; наукова психологія надзвичайно відрізняється від побутової (життєвої). Відмінності життєвої та наукової психології.

Роль психології в житті людини. Психологія дає можливість особистості: розбиратися в своєму психічному житті та психічному житті інших людей; розуміти саму себе, знати свої сильні та слабкі сторони; правильно організовувати розумову працю (у тому числі й навчальну діяльність); навчитися керувати своїми психічними процесами, станами, властивостями, вдосконалюватися й розвиватися.

Питання для обговорення:

1. Наведіть приклади тверджень життєвої та наукової психології.
2. На вашу думку, яка роль психолога в групі/суспільстві?
3. Чим визначається специфіка роботи шкільного психолога?

Практична частина

Завдання 4: Метод «Мозкового штурму». Слухачі діляться на три підгрупи обговорюють запропоноване питання, записують аргументи та представляють напрацювання. *Питання для обговорення:* Чи потрібно бути психологічно грамотними: учням; вчителю; батькам?

Теоретична частина

Розвиток наукових знань про природу психіки. Основні етапи (за В. Роменцем): міфологічний етап; філософський та науковий етап. Кожний етап відбувається на тлі культури, притаманної певному рівні розвитку суспільства.

Етапи становлення предмету психології. Етапи становлення психологічної науки: I етап – психологія як наука про душу – наявністю душі намагалися пояснити незрозумілі явища в житті людини (давні мислителі, філософи); II етап – психологія як наука про свідомість – виникає в XVII ст. у зв'язку з розвитком природничих наук; здатність думати, відчувати, бажати назвали свідомістю; основний метод вивчення – самоспостереження людини за самою собою і опис фактів; III етап – психологія як наука про поведінку – виникає в XX ст.; завдання – спостереження за тим, що можна безпосередньо побачити (поведінка, реакції людини); мотиви, які викликали вчинки на враховувались; IV етап – психологія як наука, що вивчає факти, закономірності й механізми психіки – сучасний стан розвитку психологічної науки

Питання для обговорення:

1. На вашу думку, які завдання стоять перед психологічною наукою сьогодні?
2. Чи змінилося значення психології в умовах війни?

Основні напрямки прикладних психологічних досліджень. Психологічна та соціально-психологічна діагностика; психологічне та соціально-психологічне консультування; соціально-психологічний вплив (шляхом застосування соціально-психологічних технологій); надання психологічної та соціально-психологічної допомоги.

Практична частина

Завдання 5: Визначення тем наукових робіт слухачів секції:

- 1) обговорити теми/проблеми, які цікавлять слухачів (кожен по черзі представляє свою: по ключовим словам, описі психічних явищ тощо);
- 2) науковий керівник формулює за допомогою слухачів кожному тему;
- 3) кожен слухач, виходячи зі своєї теми, робить спробу визначити актуальність та потребу її вивчення в умовах сьогодення та представляє напрацювання в групі;
- 4) обговорення представлених напрацювань слухачами.

Заняття №2 (6 годин)

Тема: *Виникнення і становлення психіки. Етапи розвитку психіки. Мозок і психіка. Ознайомлення з фаховими виданнями з психології*

Мета заняття:

1. Формування знань у слухачів про психіку та етапи її розвитку.
2. Опрацювання фахових видань з психології та формування в слухачів навичок роботи з відповідними джерелами.

Хід заняття:

Теоретична частина

Виникнення і становлення психіки. Відображення: фізичне, фізіологічне, психічне. Особливості психічного відображення. Наукові погляди на сутність психіки: матеріалістична та ідеалістична точки зору. Розвиток психіки в філогенезі: психіка як результат еволюції матерії; подразливість; тропізми; інстинктивні форми поведінки тварин; індивідуально набуті форми поведінки; інтелектуальна поведінка тварин. Механізми психіки людини: відображення, проектування, упредметнення. Функції психіки: відображення та регуляція поведінки та діяльності. Психіка і свідомість. Неусвідомлювані форми психічної діяльності людини.

Етапи розвитку психіки. Стадії та рівні розвитку психіки й поведінки тварин (за К.Фабрі): I – стадія елементарної сенсорної психіки (нижчий рівень – примітивні елементи чутливості; розвиток подразливості; вищий рівень – наявність відчуттів; поява важливого органу маніпулювання – щелеп; здатність до формування елементарних умовних рефлексів); II – стадія перцептивної психіки (нижчий рівень – відображення зовнішньої діяльності формі образів предметів, інтеграція, об'єднання значущих властивостей в цілісний образ, основний орган маніпулювання – щелепи; вищий рівень – елементарні форми

мислення(розв'язування завдань), складання певної «картини світу»); найвищий рівень – виділення в практичній діяльності особливої, орієнтовно-дослідницької фази).

Мозок і психіка. Структура та функціонування центральної нервової системи людини. Блоки мозку: блок тонусу кори; блок сприймання, переробки і збереження інформації; блок програмування, регуляції і контролю діяльності. Мозок і людська психіка в єдності. Вчення про І. Сеченова про рефлекторну природу психічного. Теорія рефлекторної діяльності І. Павлова. Вчення про домінанту О. Ухтомського.

Питання для обговорення:

1. На вашу думку, які є відмінності психіки людини та тварини?
2. Наведіть приклад зі свого щоденного життя функціонування механізмів психіки (відображення, проєктування, упредметнення).
3. Наведіть приклад зачатків інтелектуальної діяльності тварин.
4. Чи мають тварини відчуття та почуття?

Практична частина

Завдання 1: Ознайомлення слухачів із фаховими виданнями з психології: «Практична психологія та соціальна робота», «Соціальна психологія» «Обдарована дитина», «Актуальні проблеми психології», «Наукові записки Острозької академії», «Психологія і суспільство», «Психологічні перспективи» та інші.

Кожен слухач обирає певне фахове видання та виконує наступні завдання:

- 1) проаналізувати та представити рубрики відповідного видання;
- 2) відібрати у виданні публікації науковців за останні п'ять років, які стосуються теми наукової роботи;
- 3) визначити ключові слова за темою наукової роботи.

Заняття №3 (6 годин)

Тема: *Методологія психології. Основні методи психології.*

Підбір методичного інструментарію наукового дослідження

Мета заняття:

1. Формування знань у слухачів про психіку, етапи її розвитку.
2. Ознайомлення з основними методами психології.
3. Відпрацювання навичок аналізу методичного інструментарію, представленого в фахових виданнях з психології.

Хід заняття:

Теоретична частина

Методологія психології. Методологія як галузь науки, що вивчає методи дослідження та принципи підходу до вивчення предмета науки. Рівні методології: філософський, загальнонауковий, конкретно-науковий, методико-технологічний. Функції методології науки. Методологічні принципи психології. Вимоги до проведення психологічного дослідження. Основні етапи психологічного

дослідження (М. Варій): визначення предмету дослідження; теоретичне дослідження; емпіричне дослідження; аналіз та інтерпретація емпіричних даних; презентація результатів.

Основні методи психології. Методи психологічної науки: пізнавальні (організаційні, психодіагностичні, обробки, інтерпретації та висновку) та методи активного впливу (психологічна консультація; психологічна корекція, психологічний тренінг, психологічна терапія та реабілітація).

Класифікація методів психології за Б. Ананьєвим:

- 1) організаційні: порівняльний (метод зрізів); лонгітюдний; комплексний;
- 2) емпіричні:
 - обсерваційні (спостереження та самоспостереження);
 - експериментальні (лабораторні, природні і психолого-педагогічні);
 - психодіагностичні (тести, анкети, опитувальники, інтерв'ю, бесіда);
 - праксиметричні (прийоми аналізу процесів і продуктів діяльності: хронометрія, професіографія, оцінка виконаної роботи);
 - моделювання (математичне, кібернетичне);
 - біографічні методи (прийоми дослідження життєвого шляху, вивчення документації).
- 3) засоби опрацювання даних/математичні методи: кількісний; якісний;
- 4) інтерпретаційні методи – генетичний та структурний.

Питання для обговорення:

1. На вашу думку, для чого потрібно знати методологію психології?
2. Чи діагностували ви себе за допомогою психологічних методик? Які саме психодіагностичні (тести, анкети, опитувальники, інтерв'ю, бесіда) методики ви застосовували?
3. Чи довіряєте ви отриманим результатам? Чому?
4. Як на вашу думку, можна підвищити рівень надійності отриманих результатів?

Практична частина

Завдання 1: Підбір методичного інструментарію наукового дослідження (торкається попереднього заняття – ознайомлення слухачів із фаховими виданнями з психології):

- у публікаціях науковців за останні п'ять років (відібраному фаховому виданні), які стосуються теми наукової роботи, визначити: методологію наукового дослідження; які методи застосовували автори; завдяки чому було підвищено надійність та достовірність результатів проведеного дослідження;
- представити результати аналізу наукової літератури.

Заняття №4 (6 годин)

Тема: *Галузі психології. Зв'язок з іншими науками. Категорії психології. Питання вибірки наукового дослідження*

Мета заняття:

1. Формування у слухачів уявлення про галузі та основні категорії психології.

2. Усвідомлення слухачами міждисциплінарних зв'язків психології.
3. Відпрацювання та закріплення навички визначення вибірки наукового дослідження.

Хід заняття:

Теоретична частина

Галузі психології. Вікова психологія. Педагогічна психологія. Соціальна психологія. Психологія праці. Інженерна психологія. Медична психологія. Патопсихологія. Юридична психологія. Порівняльна психологія. Психологія реклами. Психологія бізнесу. Психологія здоров'я. Психодіагностика. Психологія розвитку. Психологія в системі наук.

Категорії психології.

Психіка – здатність мозку відображати об'єктивну дійсність на основі психологічного образу який при цьому формується; регулювати діяльність людини та її поведінку.

Психічне відображення – здатність до побудови сенсорних і розумових образів реальності, що дозволяють відтворювати її просторово-часові і причинні зв'язки, надаючи поведінки адаптивний і активний характер.

Свідомість – вищий рівень психічного відображення дійсності, властивий тільки людині як суспільно-історичної суті.

Несвідоме – сукупність психічних утворень, процесів і механізмів, у функціонуванні та впливі яких суб'єкт не віддає собі звіту.

Діяльність – специфічно людська, регульована свідомістю активність, породжувана потребами і спрямована на пізнання і перетворення зовнішнього світу і самої людини

Суб'єкт – поняття трактується двояко: 1) суб'єкт - це людина, що пізнає зовнішній світ (*об'єкт*) і впливає на нього у своїй практичній діяльності; 2) людина як носій якихось властивостей; особистість.

Особистість – феномен суспільного розвитку; конкретна людина, що володіє свідомістю і самосвідомістю.

Мотивація – процес, що регулює, спрямовує дію людини на досягнення певних цільових станів і підтримує цю спрямованість; стан спрямованості особистості на певні цілі.

Потреба – переживання дискомфорту, незадоволеності, напруги; виявляється в пошуковій активності; в ході пошуків відбувається ідентифікація з предметом – **фіксація на предметі**, який може задовольнити потребу, в результаті чого активність стає спрямованою, **опредмечується** як потреба вже в чомусь конкретному і стає **мотивом** діяльності.

Самоактуалізація – процес найбільш повного здійснення особистісних можливостей людини.

Установка – стан готовності до здійснення певного дії, засноване на минулому досвіді індивіда.

Воля – здатність людини діяти у напрямі свідомо поставленої мети, долаючи при цьому внутрішні перешкоди (свої безпосередні бажання і прагнення).

Поведінка – зовнішні прояви психічної діяльності.

Адаптація – пристосування організму, особистості або групи до змінених зовнішніх умов. Розрізняють адаптацію фізіологічну, соціально-психологічну (при включенні в нову групу), професійну (при включенні в нові умови праці).

Конфлікт – процес відкритою, часто затяжної боротьби, що виникає в результаті одночасного функціонування взаємно виключають імпульсів, бажань або тенденцій; стан дисгармонії у відносинах між людьми.

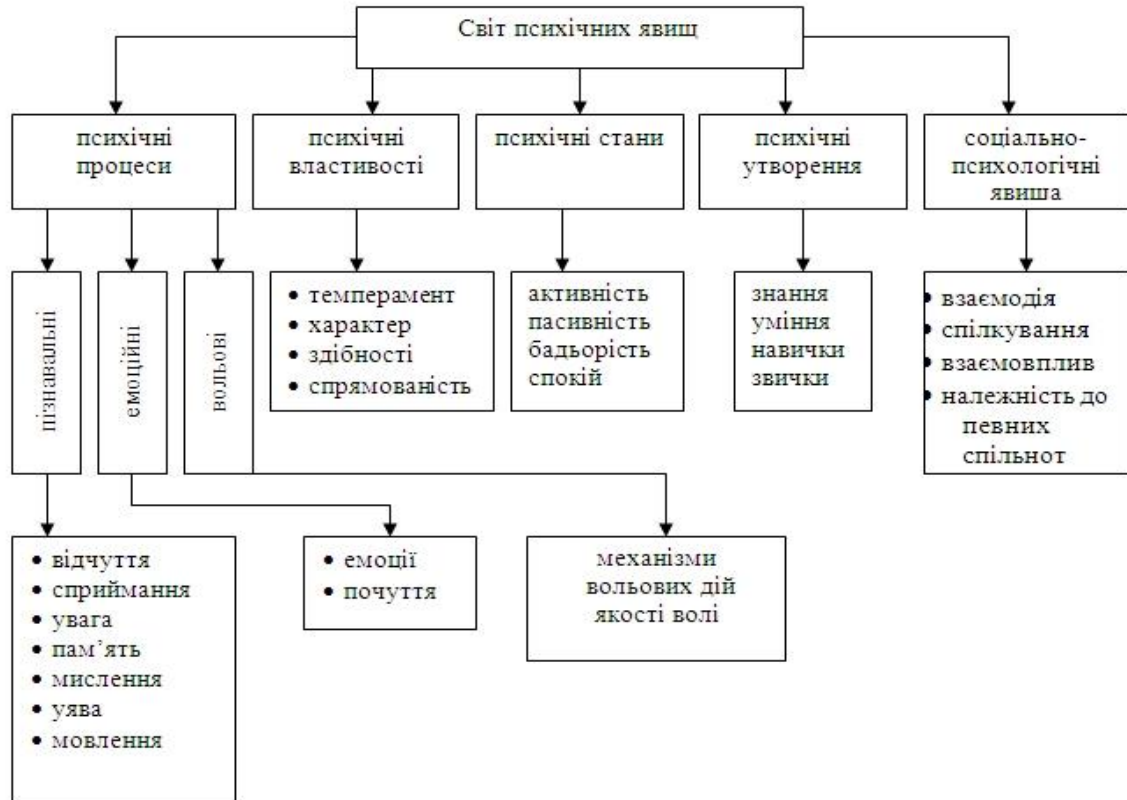


Рис.1.1. Психічні явища в психології

Питання для обговорення:

1. На вашу думку, ще є категорії психології?
2. Подумайте, які можна ще виділити галузі психології?
3. Припустіть, які галузі психології ймовірно виокремлять в майбутньому?

Практична частина

Завдання 1: Зв'язок з іншими науками (групова робота). Слухачам до розгляду пропонується рис.1.2.

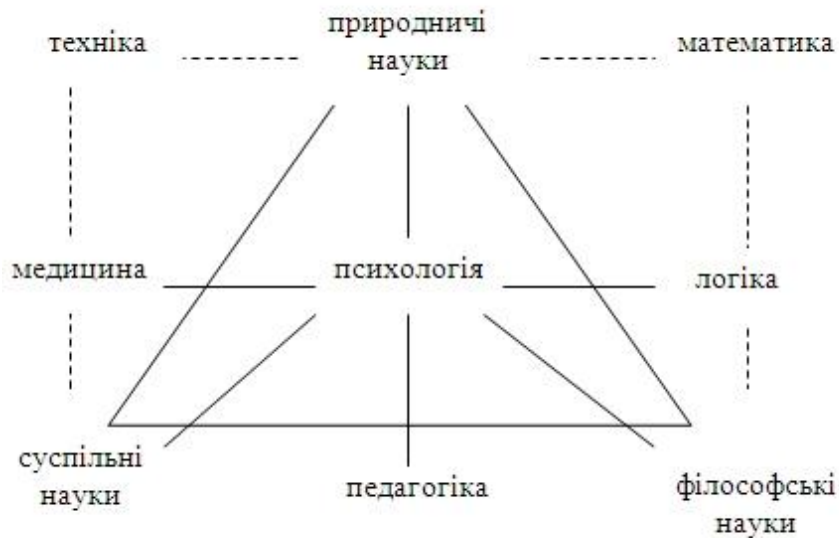


Рис.1.2 Зв'язок психології з іншими науками

Слухачі діляться на три підгрупи обговорюють запропоноване питання, записують аргументи та представляють напрацювання. *Питання для обговорення:* З якими науками пов'язана психологія?

Завдання 2: Питання вибірки наукового дослідження (виходячи з попереднього ознайомлення слухачів із фаховими виданнями з психології):

- у публікаціях науковців за останні п'ять років (відібраному фаховому виданні), які стосуються теми наукової роботи, визначити: вік діагностованих; статеву приналежність та інші особливості опису вибірки;
- представити результати в групі для обговорення.

Заняття №5 (4 години)

Тема: *Етичний кодекс психолога. Загальні рекомендації щодо написання наукової роботи. Опрацювання змісту наукової роботи*

Мета заняття:

1. Ознайомлення слухачів з етичним кодексом психолога.
2. Формування знань про особливості написання наукової роботи.
3. Відпрацювання навичок складання змісту наукової роботи.

Хід заняття:

Теоретична частина

Етичний кодекс психолога. Керівник представляє «Етичний кодекс психолога», зачитуючи принципи етичного кодексу психолога: відповідальність; компетентність; захист інтересів клієнта; конфіденційність.

Питання для обговорення:

1. На вашу думку, для чого потрібен в психології етичний кодекс?
2. Чи зустрічалися ви з випадками порушення етичного кодексу психологом? Якщо так, то наведіть приклад.
3. Які на вашу думку, мають бути санкції у разі недотримання етичного

кодексу психолога?

Практична частина

Завдання 1: Робота в підгрупах: визначити сильні та слабкі сторони етичного кодексу психолога. Результати обговорення представити на загал.

Теоретична частина

Загальні рекомендації щодо написання наукової роботи. Дослідницькі роботи мають бути проблемно-пошукового характеру, які відображають методологію, процес, результати власного дослідницького проєкту, відповідають віковим інтересам і пізнавальним можливостям слухачів. Тематика проєктів повинна відповідати напряму секції. Проєкт має ґрунтуватись на певних науковій та експериментальній базах, містити дані особисто проведених дослідів, спостережень чи пошукової роботи; результати їх обробки, аналізу та узагальнення; посилання на відповідні наукові джерела; відображати власну позицію дослідника.

Основні складові структури роботи: титульний аркуш; анотація; зміст; перелік умовних позначень, символів, скорочень, термінів (за необхідності); вступ; основна частина; висновки; список використаних джерел; додатки (за необхідності).

Правила оформлення роботи: Робота друкується шрифтом Times New Roman текстового редактора Word (або Open Office) розміру 14 на одному боці аркуша білого паперу формату А4 з інтервалом 1,5 (до 30 рядків на сторінці). Поля: ліве, верхнє і нижнє - не менше 20 мм, праве - не менше 10 мм.

Обсяг роботи складає – 20-25 друкованих сторінок. До загального обсягу роботи не входять: анотація, мотиваційний лист, додатки, список використаних джерел, таблиці та рисунки, які повністю займають площу сторінки. Текст роботи має бути написаний без орфографічних, пунктуаційних та стилістичних помилок.

Роботи виконуються державною мовою. Постерний захист та конференція здійснюється державною мовою.

Практична частина

Завдання 1: Опрацювання змісту наукової роботи (на основі публікацій науковців за останні п'ять років, які стосуються теми наукової роботи), що передбачає:

- визначення підпунктів першого розділу наукової роботи (з ключовими словами, які їх розкривають);
- окреслення орієнтовного напрямку емпіричного дослідження (який відображається в другому розділі наукової роботи) із зазначенням опису методології, методів та вибірки дослідження;
- представлення результату в групі для обговорення в групі.

Заняття №6 (6 годин)

Тема: *Особливості оформлення вступу наукової роботи.*

Робота над теоретичною частиною наукового дослідження.

Поняття академічної доброчесності

Мета заняття:

1. Формування у слухачів вмінь оформлення вступу наукової роботи.

2. Усвідомлення важливості дотримання академічної доброчесності.

Хід заняття:

Теоретична частина

Особливості оформлення вступу наукової роботи. У вступі коротко обґрунтовуються актуальність і доцільність обраної теми, підкреслюється сутність досліджуваної проблеми; формулюються мета роботи, зміст поставлених завдань, об'єкт і предмет дослідження; подаються перелік використаних методів дослідження, характеристика проєкту (теоретична/прикладна); вказуються наукові положення, запропоновані учасником особисто, відмінність отриманих результатів від відомих раніше; повідомляється про наукове використання результатів досліджень або даються рекомендації щодо їх використання, для прикладних робіт повідомляється про прикладну цінність отриманих результатів. Факт використання в роботі ідей або розробок, що належать співавторам, слід вказати, зазначивши конкретний особистий внесок учасника. Також зазначаються відомості про публікації за матеріалами проєкту та апробацію результатів дослідження (за наявності). Орієнтовний обсяг вступу – 2-3 сторінки.

Практична частина

1. Завдання 1: Особливості оформлення вступу наукової роботи (робота в підгрупах). Слухачам пропонуються теми наукових робіт, за якими потрібно оформити вступ.

Орієнтовні теми:

- Особливості вияву етнічної ідентичності в підлітковому віці.
- Статеві особливості прояву толерантності.
- Особливості сформованості образу успішного учня.
- Особливості прояву агресивності в підлітків.
- Психологічні особливості стресостійкості в осіб шкільного віку.
- Вікові особливості вияву соціального інтелекту.
- Статеві відмінності у прояві емоційного інтелекту школярів.
- Статеві відмінності у реагуванні на фрустраційну ситуацію.

Напрацювання представляються в групі та обговорюються.

Завдання 2: Робота над теоретичною частиною наукового дослідження (тренувальна робота в підгрупах). З урахуванням обраної орієнтовної теми наукової роботи, в слухачам кожної з підгруп спробувати описати підпункти теоретичної частини (першого розділу) через ключові слова.

Напрацювання представляються в групі та обговорюються.

Теоретична частина

Поняття академічної доброчесності. Стаття 42 Закон України «Про освіту». Дотримання академічної доброчесності педагогічними, науково-педагогічними та науковими працівниками: основні положення. Дотримання академічної доброчесності здобувачами освіти. Види порушень академічної доброчесності. Види академічної відповідальності. Академічна відповідальність за порушення академічної доброчесності. Порядок виявлення та встановлення фактів порушення

академічної доброчесності. Правила цитування та посилання на літературні джерела.

Питання для обговорення:

1. Чи порушували ви колись академічну доброчесність?
2. Як ви вважаєте чи є виправданим порушити академічну доброчесність?
3. На вашу думку, для чого потрібно дотримуватися академічної доброчесності?
4. В чому основна цінність академічної доброчесності?

Практична частина

Завдання 3: Поняття академічної доброчесності. Вправа «Домашнє завдання» Слухачі діляться на підгрупи, кожна з яких отримує своє певну ситуацію (наприклад: 1) вчитель звинувачує вас у тому, що ви списали д/з у сусіда по парті, хоча усе було навпаки; 2) ви підготували повідомлення на урок та поділилися ним (як прикладом) з однокласником, але він його видав за своє виконане завдання; 3) під час написання твору сусід по парті запозичує вашу ідею дещо видозмінюючи та отримує високу оцінку на відміну від вас). Потрібно знайти якомога більше аргументів для відстоювання своєї позиції та захисту своєї інтелектуальної власності. Результати напрацювань представляються в групі для обговорення.

Заняття №7 (4 години)

Тема: Організація і проведення пілотажного дослідження. Підготовка бланків

Мета заняття:

1. Навчати слухачів організувати та проводити пілотажне дослідження.
2. Формування навичок підготовки бланків для проведення емпіричного дослідження.

Хід заняття:

Теоретична частина

Організація і проведення пілотажного дослідження. Поняття пілотажного дослідження. Умови проведення дослідження. Етапи проведення психологічного дослідження (рис.1.3)

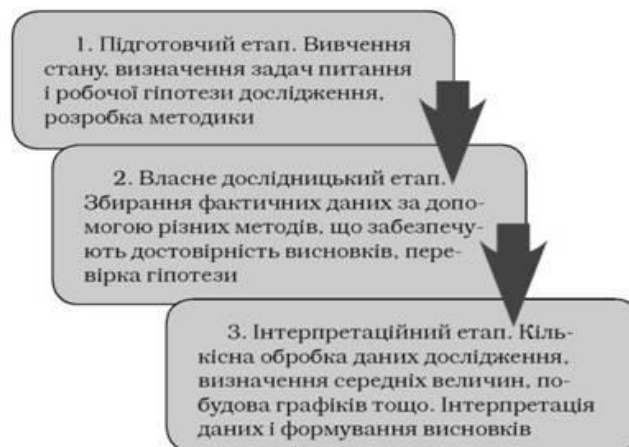


Рис.1.3. Етапи проведення психологічного дослідження

Питання для обговорення:

1. На вашу думку, для чого потрібно дотримуватися етапів психологічного дослідження?
2. Чи можна порушувати чи пропускати якісь певний етап?

Практична частина

Завдання 1: Підготовка бланків. Кожен зі слухачів отримує психологічну методику, після ознайомлення з якою має розробити для своїх діагностованих бланк для відповідей. Роздати бланки та провести психологічне тестування в групі.

Увага! Методики обираються індивідуально для кожного слухача. Методики не мають бути громіздкими та складними у проведенні.

Приклад методики:

Діагностика доброзичливості (за шкалою Кемпбелла)

Інструкція. Уважно прочитайте (прослухайте) пари суджень опитувальника. Якщо ви вважаєте, що будь-яке твердження з пари правильне і відповідає вашому уявленню про себе та інших людей, то в бланку відповідей навпроти номера твердження відзначте ступінь вашої згоди з ним, використовуючи запропоновану шкалу. Якщо у вас виникли будь-які питання, задайте їх, перш ніж почнете виконувати тест.

Текст опитувальника

1. А) Людина найчастіше може бути впевнений в інших людях.
В) Довіряти комусь небезпечно, так як він може використовувати це в своїх цілях.
 2. А) Люди швидше будуть допомагати один одному, ніж ображати один одного.
В) В наш час навряд чи знайдеться така людина, якій можна було б повністю довіритися.
 3. А) Ситуація, коли людина працює для інших, сповнена небезпеки.
В) Друзі та однокласники (співробітники) є найкращим гарантом безпеки.
 4. А) Віра в інших є основою виживання в наш час.
В) Довіряти іншим тотожно пошуку неприємностей.
 5. А) Якщо знайомий просить позику, краще знайти спосіб, щоб відмовити йому.
В) Вміння допомогти іншому складає одну з кращих сторін нашого життя.
 6. А) « Договір дорожче грошей »- все ще краще правило в наш час.
В) У наш час необхідно прагнути загрожувати всім незалежно від власних принципів.
 7. А) Неможливо перестрибнути через себе.
В) Там, де є воля, є і результат.
 8. А) Ділові відносини замість дружби.
В) Основна функція ділових відносин полягає в можливості допомогти іншому.
- Вибори, що відображають доброзичливе ставлення до інших людей,

позначені зірочкою(*)

Обробка та інтерпретація результатів

При збігу відповіді випробуваного з ключем він оцінюється в 1 бал, при розбіжності - в 0 балів.

Таблиця 1.1.

Кемпбелл	№	Варіанти відповідей
	1	A*
	2	A*
	3	B*
	4	A*
	5	B*
	6	A*
	7	B*
	8	B*

Бали підсумовуються.

3 бали і менше – низький показник доброзичливого ставлення до інших;
4 – 6 балів – середній показник доброзичливого ставлення до інших;
7-8 балів – більше – високий показник доброзичливого ставлення до інших.

Бланк відповідей (приклад)

П.І.Б. _____ Стаття _____

Вік _____

Таблиця 1.2.

Варіанти відповідей: обрати А чи В.

№	А	В
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		

Заняття №8 (6 годин)

Тема: Специфіка обробки результатів емпіричного психологічного дослідження.

Кількісні та якісні математичні методи.

Середньогруповий та відсотковий аналіз результатів.

Мета заняття:

1. Ознайомлення слухачів з специфікою застосування кількісних та якісних методів при обробці результатів емпіричного дослідження.
2. Формування слухачів вмінь опрацювати результати емпіричного психологічного дослідження.

Хід заняття:

Теоретична частина

Специфіка обробки результатів емпіричного психологічного дослідження. Можливості математичних методів в психології. Основні психодіагностичні поняття: психодіагностичний параметр, психодіагностична ознака, замір (одиничне вимірювання), сумарне вимірювання, психодіагностичний показник. Одиниці та шкали вимірювання. Таблиця результатів.

Кількісні та якісні математичні методи. Представлення кількісних даних. Числові характеристики розподілу даних (оцінка центральної тенденції: мода, медіана, квантилі, Хсер). Характеристики розсіювання (розмах, дисперсія, середньоквадратичне стандартне відхилення, коефіцієнт варіації). Методи статистичного аналізу: особливості, види та специфіка аналізу.

Питання для обговорення:

1. На вашу думку, для чого потрібно опрацьовувати результати психологічного дослідження?
2. Яким чином можна запобігти викривленню результатів дослідження?

Практична частина

Завдання 1: Середньогруповий та відсотковий аналіз результатів. За результатами проведеного тестування в групі кожним зі слухачів, здійснити аналіз результатів емпіричного дослідження за запропонованим алгоритмом:

- 1) Визначити: мінімальний показник та максимальний показник в групі, а також середньогруповий показник.
- 2) Виокремити групи діагностованих (за рівнями/статевою/віковою приналежністю чи іншими параметрами), в кожній з підгруп визначити значення за логікою 1).
- 3) Окремо обчислити відсоткове представлення за рівнями/статевою/віковою приналежністю чи іншими параметрами загалом в групі та у виокремлених підгрупах.
- 4) Результати представити для обговорення в групі.

Заняття №9 (6 годин)

Тема: Представлення емпіричної частини наукової роботи: особливості оформлення зведеної таблиці даних, графіків, таблиць та додатків

Мета заняття:

Формування слухачів вмінь оформлення зведеної таблиці даних, графіків, таблиць та додатків результатів емпіричного дослідження.

Хід заняття:

Теоретична частина

Особливості оформлення зведеної таблиці даних, графіків, таблиць та додатків.

Зведена таблиця даних діагностованих за шкалами за опитувальника когнітивної регуляції емоцій (n=33)

Шкала №	Стать	Вік	Самозвинувачення	Думки	Прийняття	Плануванн	Перспектив	Перефокусування	Переоцінка	Катастрофізація	Звинувачення інших
1	Ж	18	5	12	9	6	7	7	9	9	5
2	Ч	18	8	5	7	9	6	6	10	21	8
...	Ч	18	8	8	11	7	8	10	11	17	6
33	Ж	18	9	9	7	6	9	11	12	18	6

Назву діаграми друкують 14 п/ж шрифтом та розміщують після номеру, вирівнюючи до ширини тексту, решта даних подається 12 шрифтом симетрично до тексту.

Приклад оформлення діаграм/графіків/рисуноків

Порівняння усереднених показників двох груп діагностованих зображено на рис. 1.4.

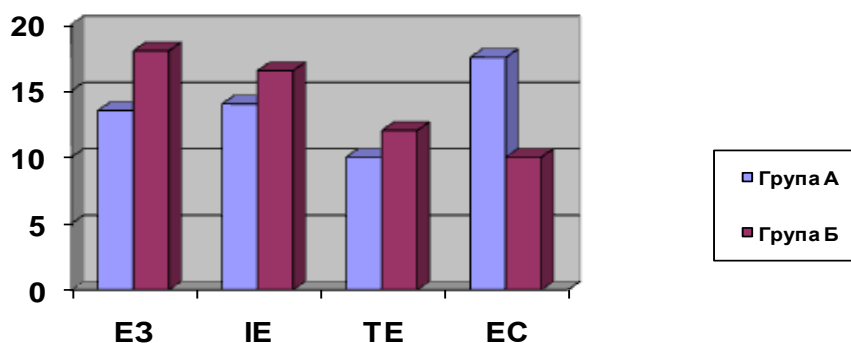


Рис. 1.4. Усереднені показники двох груп за тестом «Характеристики емоційності» Є. П. Ільїна

E3 – емоційна збідливість, IE – інтенсивність емоцій, TE – тривалість емоційного переживання, EC – емоційна стійкість

Таблиці використовують для подання цифрового матеріалу або іншої інформації. Назву таблиці друкують 14 п/ж шрифтом, а дані в таблиці 12 шрифтом. Таблицю розташовують безпосередньо після тексту, в якому йдеться про таблицю або про наведені у ній дані чи на наступній сторінці. Назву таблиці друкують симетрично до тексту над таблицею; назву не підкреслюють; крапку в кінці не ставлять.

Відсотковий розподіл діагностованих двох груп за шкалами теста-опитувальника Г. Айзенка ЕРІ (n=80 осіб)

Шкали методики Групи досліджуваних	Шкали методики ЕРІ			
	екстраверсія, %	інтроверсія, %	нейротизм, %	емоційна стабільність, %
Група А	85	15	55	45
Група Б	90	10	40	60

Додатки позначають послідовно великими літерами українського алфавіту, за винятком літер Г, Ґ, Є, І, Ї, Й, О, Ч, Ъ (єдиний додаток позначають як «Додаток А»). Додатки можуть бути поділені на окремі розділи: «Додаток А.1», «Додаток А.1.1».

Практична частина

Завдання 1: Представлення емпіричної частини наукової роботи: особливості оформлення зведеної таблиці даних, графіків, таблиць та додатків. За результатами проведеного в групі тестування кожним зі слухачів, відповідні обчислення оформити у вигляді:

- 1) Зведеної таблиці даних (таблиці первинних даних обстеження).
- 2) Графіку – для кожної з виокремлених груп діагностованих (за рівнями/статевою/віковою приналежністю чи іншими параметрами).
- 3) Таблиці – для кожної з виокремлених груп респондентів (за рівнями/статевою/віковою приналежністю чи іншими параметрами).
- 4) Результати представити для обговорення в групі.

Заняття №10 (4 години)

Тема: *Особливості опису та інтерпретації графіків, таблиць емпіричного дослідження.*

Оформлення висновків наукової роботи

Мета заняття:

4. Формування знань у слухачів про психіку, етапи її розвитку.

Хід заняття:

Теоретична частина

Особливості опису та інтерпретації графіків, таблиць емпіричного дослідження. Результати середньогрупових/відсоткових значень подаються та аналізуються після діаграм/графіків/рисуноків.

Приклад опису діаграм/графіків/рисуноків

З середньогруповими результатами діагностованих двох груп за шкалою симптомів моральної травми (MISS-M-SF) можна ознайомитися на рис.1.5.

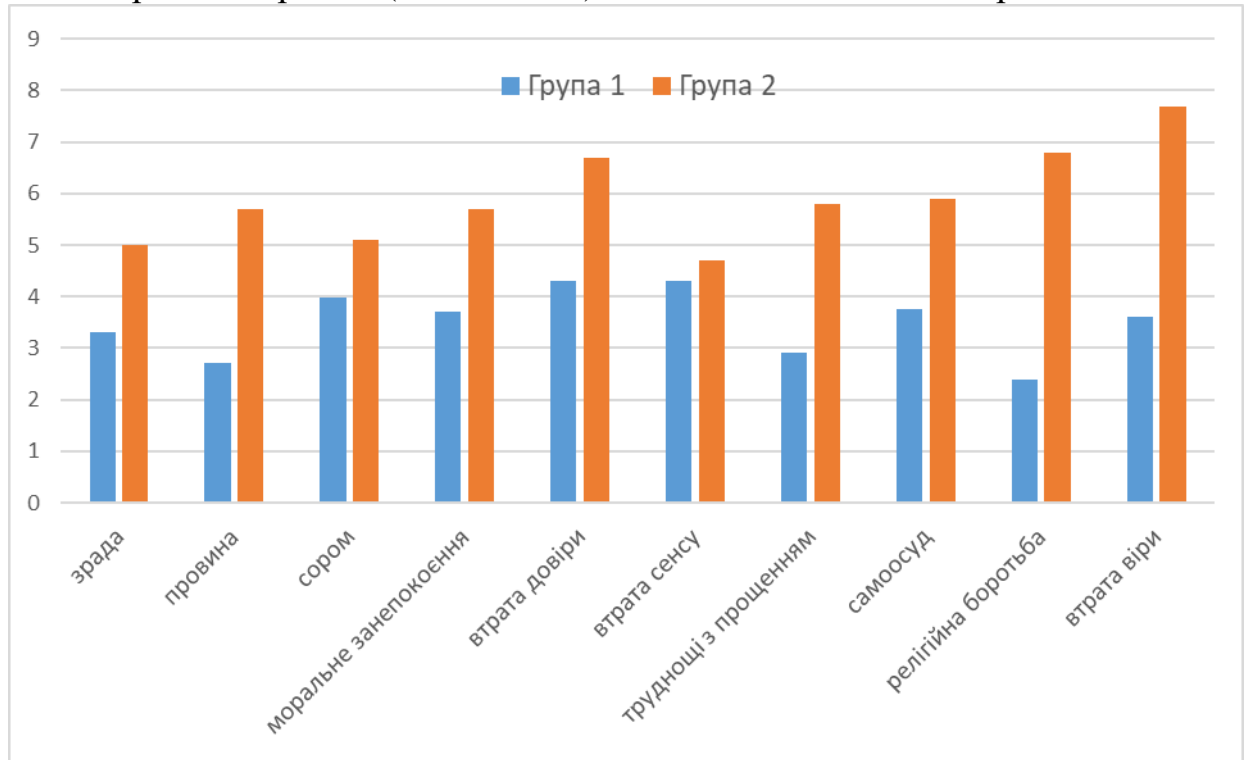


Рис.1.5. Середні показники за шкалою симптомів моральної травми (MISS-M-SF) діагностованих двох груп

З рис.1.5 бачимо, що в діагностованих з низьким рівнем переживання симптомів моральної травми, за усіма твердженнями результати є значно нижчими, у порівнянні з другою групою. Найменше вони вважають, що: «можуть пояснити причину тих випробувань, які послав мені Бог» ($X_{сер}=2,4$), «...не переживають провину, що не змогли врятувати життя комусь під час війни» ($X_{сер}=2,7$) та «...лідери, яким вони довіряють, не зрадили мене» ($X_{сер}=3,3$).

В юнаків із відповідною симптоматикою найвище представлені результати за такими твердженнями: «відтоді, як почалася війна, моя віра послабшала» ($X_{сер}=7,7$), «я не можу зрозуміти, за що Бог карає мене» ($X_{сер}=6,8$) та «більшість людей не заслуговують на довіру» ($X_{сер}=6,7$).

Як зазначалося на попередньому занятті таблицю розташовують безпосередньо після тексту, в якому йдеться про таблицю або про наведені у ній дані чи на наступній сторінці. Якщо у тексті посилаються на дані таблиці, то в логічно зручному місці в круглих дужках зазначають (табл. 1.5) або записують «...як це видно з табл.1.5» (де 1 – це номер розділу, в якому міститься таблиця, а 5 – це порядковий номер самої таблиці в розділі).

Зразок опису таблиці

Результати описової статистики діагностованих за шкалою безперервного реагування на травматичний стрес (CTSR) подано таблиці 1.5. Отже, бачимо (табл.1.5), що в студентів із відсутньою симптоматикою моральної травми, найвищими є показники виснаження ($X_{сер}=5,3$), а найменші – страху ($X_{сер}=2,4$)

та люті (Xсер=3,03). Тобто можна говорити про переживання ними виснаження та втоми від війни, проте у межах середніх значень методики.

В студентів із наявною симптоматикою моральної травми також найвищими є виявся показник виснаження (Xсер=5,5), а найменше – страху (Xсер=2,5) та лють (Xсер=2,3).

Таблиця 1.5.

Результати описової діагностованих за шкалою безперервного реагування на травматичний стрес (CTSR) (n=35)

Шкали	Загальний показник МТ							
	Група 1				Група 2			
	Min	Max	Xсер	SD	Min	Max	Xсер	SD
Висноження/Відчай	1	15	5,3	3,3	1	14	5,5	4,2
Лють	0	10	3,03	3,73,1	0	8	2,3	2,3
Страх	0	10	2,4	4,62,7	0	6	2,5	2,1

Примітка: Min – мінімальний показник, Max – мінімальний показник, Xсер-середній показник, SD – стандартне відхилення

Оформлення висновків наукової роботи. Висновки наукової роботи повинні відповідати окресленим у вступі завданням та не перевищувати 1-1,5 сторінки. У висновках варто обов'язково зазначити перспективи подальших розвідок у цьому напрямку.

Практична частина

Завдання 1: Особливості опису та інтерпретації графіків, таблиць емпіричного дослідження: описати графік, який кожен зі слухачів отримав в результаті виконання практичного завдання попереднього заняття. Результати представити для обговорення в групі.

Завдання 1: Оформлення висновків наукової роботи: кожен слухач обирає одну статтю з певного фахового видання («Практична психологія та соціальна робота», «Соціальна психологія» «Обдарована дитина», «Актуальні проблеми психології», «Наукові записки Острозької академії», «Психологія і суспільство», «Психологічні перспективи» та інші) та виконує наступні завдання:

- 1) формулює завдання публікації (якщо вони подані, максимально розширює їх);
- 2) оформлює висновки згідно виокремлених завдань;
- 3) визначає перспективу подальшого дослідження.

Результати представляє для обговорення в групі.

Заняття №11 (4 години)

Тема: Робота над оформленням списку використаної літератури

Мета заняття:

Формування вмінь та навичок оформлення списку використаної літератури наукової роботи.

Хід заняття:

Теоретична частина

Список використаних джерел – елемент бібліографічного апарату, який містить бібліографічні описи використаних джерел. Кількість використаних джерел має бути не менше 12 найменувань (монографії, статті, підручники, тези тощо).

Список використаних джерел слід розміщувати в алфавітному порядку прізвищ перших авторів або заголовків. Відомості про джерела складаються відповідно до вимог, зазначених у стандартах: ДСТУ 8302:2015 «Інформація та документація. Бібліографічне посилання. Загальні положення та правила складання» затверджений наказом ДП «УкрНДНЦ» від 22 червня 2015 року [№ 61](#). Якщо список містить посилання на літературу та джерела, які записані як кириличними літерами, так й латинськими, то спочатку потрібно подавати ті, які записані кирилицею, а потім латиницею (за абеткою).

Практична частина

Завдання 1: Робота над оформленням списку використаної літератури: кожен слухач отримує список літератури, яку потрібно впорядкувати згідно Стандарту ДСТУ 8302:2015. Після закінчення виконання завдання, учасники передають свої напрацювання сусіду зліва для рецензування. Результати роботи представляються в групі.

Кожен слухач також впорядковує відібрані публікації науковців за останні п'ять років, які опрацював під час роботи над теоретичною частиною наукової роботи.

Заняття №12 (4 години)

Тема: *Підготовка постеру, презентації та тез наукової роботи*

Мета заняття:

Формування знань та вмінь підготовки постеру, презентації та тез наукової роботи

Хід заняття:

Теоретична частина

Підготовка постеру, презентації та тез наукової роботи.

Вимоги до оформлення постера

Постер – вертикально розміщений плакат, збережений у форматі PDF (обсяг пам'яті не більше 3 МБ), що оформлюється українською мовою (крім секцій відділення мовознавства).

Постер повинен містити: зазначення територіального відділення; заголовок (назва проекту, що співпадає з назвою дослідницької роботи); інформацію про автора (прізвище, ім'я, по батькові; повна назва закладу освіти; клас; населений пункт; прізвище, ім'я, по батькові та посада наукового керівника); короткий зміст проекту (мета і завдання проекту, матеріали та методи його виконання, об'єкт, предмет, результати й висновки).

Рисунки мають бути чіткі, з підписами; умовні позначення на них мають бути розшифровані. Речення тексту слід робити короткими, конкретними, однозначними.

Зразок постеру

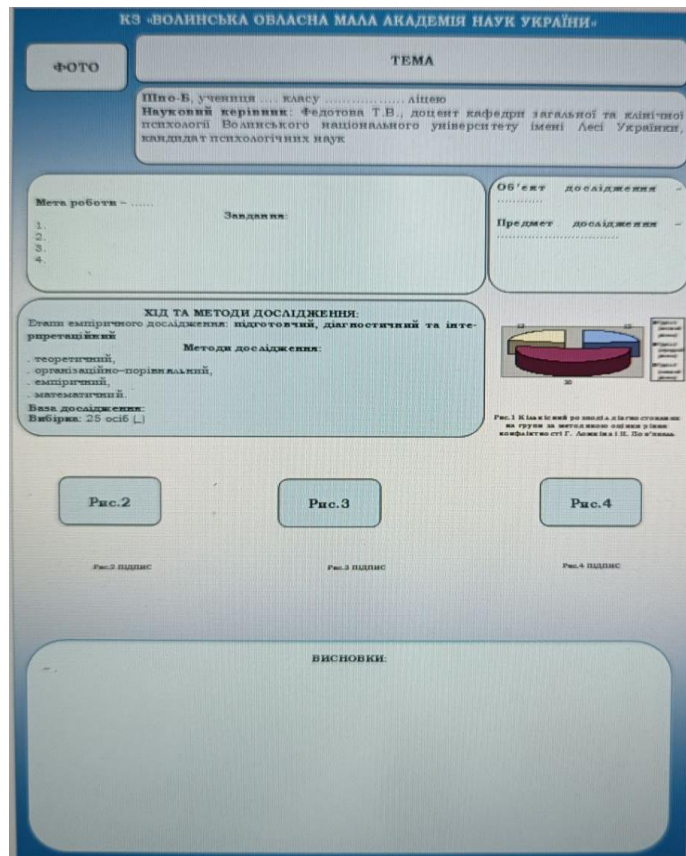


Рис.1.6. Орієнтовний зразок постеру

Презентація має містити до 10 слайдів. Варто дотримуватися наукового стилю в оформленні. В ній відображені основні моменти роботи, що представлені графіками і таблицями. Обов'язковими структурними елементами її є: тема роботи; Ппо-Б слухача – Регіональне відділення МАН України, учениця/учень навчального закладу, клас; Ппо-Б наукового керівника – посада, місце роботи, вчений ступінь, вчене звання; актуальність досліджуваної теми; результати проведеного емпіричного дослідження; висновки; перспективи подальших наукових досліджень.

Тези містять пишуть у вигляді розширеної анотації роботи, де представлені основні елементи: тема, Ппо-Б слухача – Регіональне відділення МАН України, учениця/учень навчального закладу, клас; Ппо-Б наукового керівника – посада, місце роботи, вчений ступінь, вчене звання; актуальність дослідження; мета; результати емпіричного дослідження; ключові слова.

Зразок тез

ТЕМА

Ппо-Б слухача – Регіональне відділення МАН України, учениця/учень навчального закладу, клас.

Ппо-Б наукового керівника – посада, місце роботи, вчений ступінь, вчене звання.

Актуальність дослідження. 4-5 речень.

Мета полягає в теоретичному аналізі ... в психологічній літературі та емпіричному дослідженні

Результати проведеного емпіричного дослідження засвідчують:

... (формулюються з висновків)

Ключові слова: 5-7 слів.

Практична частина

Завдання 1: Підготовка постеру, презентації та тез наукової роботи: кожен слухач готує постер, презентацію та тези своєї наукової роботи. Результати представляються в групі.

Заняття №13 (4 години)

Тема: *Публічний виступ: етапи підготовки та вимоги*

Мета заняття:

Формування у слухачів знань про специфіку публічного виступу, його етапів та техніки.

Хід заняття:

Теоретична частина

Публічний виступ: етапи підготовки та вимоги. Головні питання під час підготовки до публічного виступу. План промови. Етапи публічного виступу. Основні аспекти утримання уваги. Невербальні засоби спілкування під час публічного виступу. Загальні рекомендації підготовки.

Питання для обговорення:

1. На вашу думку, чи потрібно володіти навичками публічного виступу?
2. Яких відомих ораторів ви знаєте (представників минулого чи сьогодення)?
3. Чи можете ви сказати про себе: «Я доволі успішний оратор»?

Практична частина

Завдання 1: Перегляд відео публічного виступу Стіва Джобса. Визначення факторів успішного виступу оратора.

Завдання 2: Публічний виступ: вправа «Виступ на нереальну тему»

Мета вправи: запустити креативне мислення, навчитися швидко озвучувати думки, які приходять в голову.

Завдання слухачам: підготувати виступ на тему, визначивши основні її положення та аргументи, говорити на запропоновану тему 2 хвилини. Зазвичай вправа дається важко, оскільки ми звикли говорити логічні речі, які мають обґрунтування. Тут це правило не діє.

Орієнтовні теми для виступів:

- Вплив законів Ньютона на курс долара;

- Традиції ескімосів під час міграції в українських джунглях;
- Змагання коал у випіканні олівців;
- Святкування Нового року на Марсі під час земного затемнення.

В кінці обговорення: чи вдалося справитися із завданням? які труднощі виникли?

Заняття №14 (4 години)

Тема: *Робота над виступом на конкурсі-захисті.*

Мета заняття:

Формування вмінь та навичок публічного виступу в слухачів під час постерного та презентаційного захисту наукової роботи.

Хід заняття:

Теоретична частина

Робота над виступом на конкурсі-захисті. Основні елементи публічного виступу на конкурсі-захисті: вступ (з розкриттям елементів, які подаються під час постерного та презентаційного виступу); виклад основної частини наукової роботи (які подаються під час постерного та презентаційного виступу); короткі висновки із зазначенням перспективи подальших наукових розвідок.

Питання для обговорення:

1. Які на вашу думку, сильні сторони вашої наукової роботи?
2. Чим повинен відрізнятися публічний виступ під час постерного захисту та представлення презентації?
3. Наскільки важливими є невербальні засоби спілкування під час публічного виступу на конкурсі-захисті?

Практична частина

Завдання 1: Робота над виступом на конкурсі-захисті: кожен слухач готує публічного виступу для постерного та презентаційного захисту наукової роботи. Окремо зазначає перелік питань, що стосуються його роботи і які він хотів би обговорити в групі.

Заняття №15 (6 годин)

Тема: *Тренінг публічного виступу.*

Репетиція конкурсу-захисту.

Мета заняття:

Відпрацювання навичок публічного виступу слухачами секції.

Хід заняття:

Практична частина

Завдання 1: Тренінг публічного виступу: перегляд відео «програшного оратора» (наприклад виступ Черновецького тощо). Обговорення помилок ораторів-початківців в групі (відсутність зорового контакту, виправдання та приниження себе, слова-паразити, відсутність логіки та головної думки виступу, монотонний

виступ, кваліфікована мова, складні формулювання, жестикуляція, відсутність структури виступу тощо) та пошук шляхів їх виправлення.

Завдання 2: Вправа «Шаолінь»

Мета вправи: відпрацювати невербальні засоби комунікації під час публічного виступу.

Завдання слухачам: слухачі працюють в парах, кожен пропонує тему своєму напарнику (тема може бути реальною чи нереальною). Під час виступу першого доповідача, другий має жестами передати зміст того, про що говорить оратор. По закінченню напарники міняються ролями.

В кінці обговорення: Чи вдалося справитися із завданням? Які труднощі виникли?

Завдання 3: Вправа «Карусель»

Мета вправи: відпрацювати вміння привертати увагу під час публічного виступу.

Завдання слухачам: Слухачі діляться на дві підгрупи: перша стає у внутрішнє коло; друга – утворює зовнішнє коло. Учасники стають обличчям один напроти одного. Завдання учасників зовнішнього кола впродовж 2 хвилин розповісти якусь цікаву/захоплюючу історію (про себе чи когось іншого), щоб максимально запам'ятися партнеру по спілкуванню. По команді ведучого учасники зовнішнього кола переміщуються вліво й починають все спочатку з іншим партнером, при цьому тему можна змінювати чи залишати ту саму. Вправа закінчується тоді, коли учасники зовнішнього кола повертаються до свого першого співрозмовника. Після цього підгрупи міняються місцями (слухачі внутрішнього кола стають активними мовцями).

В кінці обговорення: Чи вдалося справитися із завданням? Які труднощі виникли? Хто зі співрозмовників найбільше запам'ятався?

Завдання 4: Репетиція конкурсу-захисту. Кожен слухач виступає перед групою:

- 1) всі по черзі представляють постерний захист наукової роботи, в кінці якого слухачі задають питання доповідачу й дають зворотній зв'язок з приводу його виступу;
- 2) наступний етап – представлення презентації (так само, як й в постерному захисті, задаються питання та дається зворотній зв'язок щодо виступу);
- 3) Зворотній зв'язок від слухачів: Що сподобалося у власному та виступі виступах інших? Що викликало напруження?

РОЗДІЛ 2. ПІЗНАВАЛЬНА СФЕРА ОСОБИСТОСТІ

Заняття №1 (4 години)

Тема: *Поняття про відчуття в психології.
Діагностика відчуттів*

Мета заняття:

1. Формування у слухачів знань про відчуття.
2. Відпрацювання навичок діагностики відчуттів.

Хід заняття:

Теоретична частина

Поняття про відчуття в психології. Поняття відчуттів. Значення в житті людини. Виникнення відчуттів. Класифікація відчуттів. Загальні властивості відчуттів. Закономірності відчуттів: нижній поріг чутливості; верхній поріг чутливості; поріг розрізнення (диференційований поріг). Взаємодія відчуттів.

Питання для обговорення:

1. На вашу думку, чи є градація у відчуттях: одні важливіші, інші менш важливі?
2. Чи є відмінність у відчуттях у тварин та людей?
3. Чи можна підвищувати чутливість в людини?

Практична частина

Завдання 1: Діагностика відчуттів: Визначення абсолютного порогу шкіряних просторових відчуттів при допомозі естезіометра методом мінімальних змін (за потреби естезіометр можна замінити циркулем). Діагностований заплющує очі.

Дослід 1. Дослідник торкається зведеними ніжками естезіометра внутрішньої кисті руки обстежуваного. Далі відстань поступово між ніжкам и естезіометра збільшується до поки діагностований не відчує два дотики (відстань між ніжками естезіометра вимірюється на фіксується).

Дослід 2. Відстань між ніжками приладу зміншується, починаючи від великої (наприклад 40 мм) до тих пір, поки досліджуваний вперше перестане відчувати два дотики.

Обробка результатів: абсолютну порогову величину просторових відчуттів визначають за формулою:

$$E = \frac{E_1 + E_2}{2} = \frac{17 + 19}{2} = 18,0,$$

де E_1 і E_2 — порогова величина подразника в першій і другій серії дослідів.

Після закінчення дослідів групові результати збираються й обчислюється середньогрупове значення. Індивідуальні результати порівнюються із середньогруповими.

Завдання 2: Діагностика відчуттів: Визначення нижнього порога відчуття нюху. Дослідник підбирає парфум зі стійким запахом (може бути ефірна олія). Діагностований сідає на стілець й заплющує очі. Дослідник поступово підносить

до носа обстежуваного відкрити пляшку та заміряє відстань, на якій він відчув запах. Робить 5-6 спроб, виводиться середнє значення. Розрізнення на відстані: 41-60 см – висока чутливість; 20-30 см – середня та 1-19 см – низька.

Заняття №2 (2 години)

Тема: Поняття про сприймання.

Індивідуальні особливості сприймання

Мета заняття:

Формування у слухачів знань про сприймання та його індивідуальні особливості.

Хід заняття:

Теоретична частина

Поняття про сприймання. Значення сприймання. Особливості сприймання: предметність, цілісність, структурність, константність, осмисленість, вибірковість. Види сприймання.

Індивідуальні особливості сприймання. Спостереження і спостережливість. Типи сприймання і спостереження: синтетичний, аналітичний, аналітико-синтетичний, емоційний.

Питання для обговорення:

1. У чому виявляється сприйняття простору?
2. У чому виявляється сприйняття руху?
3. У чому виявляється сприйняття часу?
4. Чи впливає емоційний стан людини на сприймання?

Практична частина

Завдання 1: Діагностика сприймання часу: досліджуваний повинен визначити відрізки часу (від стуку до стуку, наприклад: 40 с, 60 с тощо). Дослідник фіксує час між стуками. Результати точності сприймання часу обчислюються за формулою:

$$K_t = A/V \times 100\%, \text{ де}$$

A – фактичний часовий інтервал, який минув з початку оцінювання досліджуваним заданого часового інтервалу

V – відрізок часу, заданий психологом.

Важливо знати співвідношення результатів діагностованого відносно 100%, якщо досліджуваний має:

- коефіцієнт більший за 100% – часові відрізки він недооцінює;
- коефіцієнт менший за 100% – часові відрізки він переоцінює;
- чим ближчі коефіцієнти до 100% (90% чи 110%) – тим вища точність в оцінці коротких проміжків часу.

Заняття №3 (4 години)
Тема: Поняття про пам'ять.
Діагностика пам'яті

Мета заняття:

1. Формування у слухачів знань про пам'ять.
2. Відпрацювання навичок діагностики пам'яті.

Хід заняття:

Теоретична частина

Поняття про пам'ять. Пам'ять у системі пізнавальної діяльності. Значення пам'яті в житті людини. Поняття успішності запам'ятовування. Сторони пам'яті. Механізми пам'яті. Причини, що визначають продуктивність пам'яті. Види пам'яті. Процеси пам'яті: запам'ятовування, збереження, забування, відтворення. Уявлення пам'яті.

Питання для обговорення:

1. На вашу думку, що було б якби в людей не було пам'яті?
2. Чи можна покращити пам'ять?
3. Як ви розумієте поняття колективна пам'ять?

Практична частина

Завдання 1: Діагностика пам'яті: методика «Піктограма» у вивченні особливостей опосередкованого запам'ятовування та рівня формування понятійного мислення.

Випробуваному зачитуються слова з інтервалом не більш 30 секунд. Перед кожним словом чи словосполученням зазначається його порядковий номер, а потім дається час на його зображення (без використання будь-яких букв чи слів). Досліднику варто наголосити на тому, що швидкість і якість виконання малюнків не повинні його турбувати. Допоки випробуваний малює, йому можна задавати питання типу: «Що Ви малюєте?», «Як це допоможе Вам згадати слово?». При цьому усі висловлювання випробуваного заносяться до протоколу.

Відтворення випробуваним словесного матеріалу здійснюється не раніше, ніж за 40-60 хвилин. Досліджуваному демонструються його малюнки з проханням згадати відповідні слова, що також фіксуються в протоколі.

Стимульний матеріал (варіанти набору слів і словосполучень):

- | | |
|-------------------|---------------------|
| 1.Веселе свято | 1.Глуха бабуся |
| 2.Важка робота | 2.Війна |
| 3.Розвиток | 3.Сувора вчителька |
| 4.Смачна вечеря | 4.Голодна людина |
| 5.Сміливий вчинок | 5.Сліпий хлопчик |
| 6.Хвороба | 6.Богатство |
| 7.Щастя | 7. Дівчинці холодно |
| 8.Розлука | 8.Влада |
| 9.Дружба | 9.Хвора жінка |
| 10.Темна ніч | 10.Обман |
| 11.Сум | 11.Весела компанія |
| 12. Теплий вітер | 12. Справедливість |

Обробка результатів та інтерпретація:

При оцінці результатів дослідження підраховується кількість правильно відтворених слів у співвідношенні з загальною кількістю представлених для запам'ятовування. Ці дані можуть бути порівнянні з результатами завчання 10 слів.

Поняття	Піктограма	Критерій адекватності (+ или -)	Критерій відтворення через певний проміжок часу (+ или -)	Критерій конкретності – абстрактності образу в балах (від 1 до 3)	Критерій стандартності – оригінальності образу в балах (від 1 до 3)
1.					
2.					
...					
Усього %					

Особливості опосередкованого запам'ятовування виражаються через якість малюнків випробуваного.

Критерії оцінювання:

1. Найважливіший критерій - «адекватність». Іноді для оцінки достатньо одного малюнка, іноді необхідно отримати додаткові відомості у його автора. У разі обґрунтованості зв'язку між запропонованим поняттям і його піктограмою експерт ставить знак «+», при відсутності – знак «-». Норма характеризується високими показниками за критерієм адекватності - від 70% і вище.

2. Через деякий час після виконання завдання експерт перевіряє здатність випробуваного відновити список вихідних понять за його власними піктограмами у випадковому порядку. Критерій «відтворення через певний проміжок часу» – в нормі досить високий, від 80% і вище.

3. Третій критерій - «конкретність - абстрактність» – оцінюється експертом за ступенем відповідності піктограми реальному об'єкту. Якщо ця відповідність є максимально конкретною (веселе свято зображується у вигляді застілля з конкретними гостями і сервіровкою столу), то експерт оцінює піктограму в 1 бал. Якщо ж образ носить доволі абстрактний характер (веселе свято зображується у вигляді ряду знаків оклику), то піктограма оцінюється в 3 бали. Можуть бути й змішані образи, які важко віднести до крайніх типів. У такому випадку вони отримують оцінку в 2 бали. Експертні оцінки далі сумують і підраховують середні показники, які в нормі відповідають 2 балам.

4. Четвертий критерій - «стандартність-оригінальність» піктограми оцінюється: за своїм суб'єктивністю подання та за ступенем збігу образів у різних випробуваних. Збіги вже говорять про стандартність виконання завдання (такі піктограми отримують 1 бал). Унікальні піктограми, що не повторюються, оцінюють в 3 бали; проміжні варіанти оцінюють в 2 бали. Результати сумують та підраховують середні показники, які в нормі відповідають 2 балам.

Аналіз та інтерпретація результатів

А — абстрактні зображення у вигляді ліній, не оформлених у пізнаваний візерунок.

З — знаково-символічне зображення (геометричні фігури, стрілки і т. д.).

К — конкретні предмети.

С — сюжетні картинки.

М — метафоричні (художній вимисел).

А і З — розумовий тип.

С і М — творче мислення, усвідомлює в собі наявність художніх здібностей або захоплюється художньою творчістю.

К — перевага конкретно-дійового мислення, тобто оперування об'єктами та зв'язками, що безпосередньо сприймаються. Або практичне мислення, направлене на вирішення окремих конкретних задач у практичній діяльності.

Заняття №4 (2 години)

Тема: *Поняття про мислення. Вплив індивідуально-психологічних характеристик на протікання мисленнєвої діяльності*

Мета заняття:

Формування у слухачів знань про мислення та індивідуально-психологічних особливостей протікання мисленнєвої діяльності особистості.

Хід заняття:

Теоретична частина

Поняття про мислення. Поняття про мислення в психології. Значення мислення в житті людини. Проблемна ситуація як початковий момент мислення. Розумові операції. Проблема класифікації видів мислення. Форми мислення: судження, умовиводи, поняття.

Вплив індивідуально-психологічних характеристик на протікання мисленнєвої діяльності. Індивідуально-психологічні характеристики та мисленнєва діяльність особистості: чуттєве & мислиннєве, образ & слово; аналіз & синтез, типологічні особливості НС. Індивідуальні особливості мислення: швидкість, самостійність, критичність, глибина думки, гнучкість думки, допитливість, послідовність. Інтуїтивний тип & мислительного типу. Продуктивність розуму.

Питання для обговорення:

1. Чим мислення людей відрізняється від мислення тварин?
2. Чи може мозок абсолютно відключатися?
3. Чи впливає тип мислення на продуктивність діяльності?
4. Подумайте, який тип мислення важливий для професії психолога?

Практична частина

Завдання 1: визначення домінуючого типу мислення.

Прочитайте вислови. Якщо Ви згодні з наведеним висловлюванням, в бланку відповідей поставте «+», якщо не згодні – «-».

Текст опитувальника

1. Мені легко що-небудь зробити самому, ніж пояснити іншому.
2. Мені цікаво складати комп'ютерні програми.
3. Я люблю читати книги.
4. Мені подобається живопис, скульптура, архітектура, музика.

5. Навіть у від лагодженій справі я прагну щось поліпшити.
6. Я краще розумію, якщо мені пояснюють на предметах або малюнках.
7. Я люблю грати в шахи.
8. Я легко викладаю свої думки як в усній, так і у письмовій формі.
9. Коли я читаю книгу, я чітко бачу її героїв і описувані події.
10. Мені важко виконувати роботу, що вимагає жорстких обмежень.
11. Мені подобається все робити своїми руками.
12. У дитинстві я створював (а) свій шифр для листування з друзями.
13. Я надаю велике значення словам.
14. Знайомі мелодії викликають у мене в голові певні картини.
15. Всілякі захоплення роблять життя людини багатше і яскравіше.
16. При рішенні задачі мені легко йти методом спроб і помилок.
17. Мені цікаво знатися на природі фізичних явищ.
18. Мені цікава робота ведучого телерадіопрограм, журналіста.
19. Мені легко представити предмет або тварину, які не існують в природі.
20. Мені більше подобається процес діяльності, чим сам результат.
21. Мені подобалося в дитинстві збирати конструктор з деталей лего.
22. Я віддаю перевагу точним наукам (математика, фізика).
23. Мене захоплює точність і глибина деяких віршів.
24. Знайомий запах викликає в моїй пам'яті минулі події.
25. Я не хотів(а) б підпорядковувати своє життя строгій системі.
26. Коли я чую музику, мені хочеться танцювати.
27. Я розумію красу математичних формул.
28. Мені легко говорити перед будь-якою аудиторією.
29. Я люблю відвідувати виставки, спектаклі, концерти.
30. Я сумніваюся навіть в тому, що для інших вочевидь.
31. Я люблю щось робити руками: шити, майструвати, ремонтувати.
32. Мені цікаво було б розшифрувати древні письмена.
33. Я легко засвоюю незнайомі фрази і граматичні конструкції мови.
34. Я згоден з твердженням, що краса врятує світ.
35. Не люблю ходити одним і тим же шляхом.
36. Справжнє лише те, що можна поторкати руками.
37. Я легко запам'ятовую формули, символи, умовні позначення.
38. Друзі люблять слухати, коли я ним щось розповідаю.
39. Я легко можу представити в образах вміст розповіді або фільму.
40. Я не можу заспокоїтися, поки не доведу свою працю до досконалості.

Бланк відповідей

Н-Д	А-С	С-Л	Н-О	К
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

Інтерпретація результатів

1. Н-Д. Наочно-дієве мислення властиве людям справи. Про них говорять: «Золоті руки!» Вони краще засвоюють інформацію через рухи. Зазвичай вони володіють хорошою координацією рухів. Їх руками створений світ. Вони водять машини, стоять біля верстатів, збирають комп'ютери. Без них неможливо реалізувати найблисучішу ідею. Цим мисленням володіють і багато видатних спортсменів, танцюристів.
2. А-С. Абстрактно-символічним мисленням володіють багато людей науки - фізики-теоретики, математики, економісти, програмісти, аналітики. Люди з таким типом мислення можуть засвоювати інформацію за допомогою математичних кодів, формул і операцій, які не можна ні поторкати, ні представити. Завдяки особливостям такого мислення на основі гіпотез зроблено багато відкриттів у всіх галузях науки.
3. С-Л. Словесно-логічне мислення відрізняє людей з яскраво вираженим вербальним інтелектом (від лат. VERBALIS - словесний). Завдяки розвиненому словесно-логічному мисленню учений, викладач, перекладач, письменник, філолог, журналіст можуть сформулювати свої думки і донести їх до людей. Це вміння необхідне керівникам, політикам і громадським діячам.
4. Н-О. Наочно-образним мисленням володіють люди з художнім складом розуму, які можуть представити і те, що було, і те, що буде, і те, чого ніколи не було і не буде, - художники, поети, письменники, режисери. Архітектор, конструктор, дизайнер, художник, режисер повинні володіти розвиненим наочно-образним мисленням.
5. К. Креативність – це здатність мислити творчо, знаходити нестандартні рішення задач. Креативністю може володіти людина з будь-яким типом мислення. Це виняткова і нічим не замінима якість, що відрізняє талановитих і успішних людей в будь-якій сфері діяльності.

У чистому вигляді типи мислення зустрічаються рідко. У більшості людей переважає один або два типи мислення. Для багатьох професій необхідне поєднання різних типів мислення (психолог, журналіст, лікар тощо). Таке мислення називають синтетичним.

Заняття №5 (2 години)

Тема: Поняття уяви в психології

Мета заняття:

Формування в слухачів знань про уяву. Визначення індивідуальної яскравості-чіткості уяви.

Хід заняття:

Теоретична частина

Поняття уяви в психології. Поняття про уяву. Уява та мислення: спільне та відмінне. Уява та органічні процеси (ятрогенні та дидактогенні захворювання). Функції уяви. Види уяви. Творча уява: поняття та етапи. Процеси уяви. Індивідуальні особливості уяви.

Питання для обговорення:

1. На вашу думку, для чого потрібна уява людині?
2. Чи може людина абсолютно не мати уяви?
3. Чи мають тварини уяву?

Практична частина

Завдання 1: оцінка яскравості-чіткості уяви за допомогою опитувальника Д. Маркса.

Діагностованому пропонується оцінити яскравість-чіткість кожного з образів, що виникають в ході виконання завдань опитувальника за наступною шкалою:

- 5 – уявлення абсолютно яскраві, чіткі, чисті, як образ сприймання;
- 4 – уявлення яскраві, чіткі, чисті;
- 3 – уявлення середньої яскравості-чіткості;
- 2 – уявлення не яскраві, смутні;
- 1 – уявлень нема зовсім: ви тільки знаєте, що думаєте про предмет.

Завдання:

I. Подумайте про кого-небудь із ваших родичів або друзів, яких Ви часто бачите. Сконцентруйтеся на образі, який появився у Вашій думці. Оцініть за шкалою яскравість-чіткість уявлень. Які будуть виникати у Вас відповідно до наступних запитань.

1. Уявіть точні контури лиця, голови, плечей, постаті цієї людини.
2. Уявіть характер положення голови і пози його тіла.
3. Уявіть його осанку, манеру триматися і ходити, довжину кроку; уявіть все це в єдиному образі.
4. Уявіть колір його одягу, який Вам добре Знайомий.

II. Уявіть собі й оцініть за шкалою наступні картини сходу сонця.

5. Сонце встає у динамічному небі.
6. Сонце встає у синьому небі.
7. Сонце встає на захмареному небі; збоку починається гроза, видно блискавки.
8. Встає небо, на небі веселка.

III. Уявіть собі й оцініть за вище вказаною шкалою наступні ситуації, пов'язані з крамницею, в яку Ви часто заходите.

9. Уявіть повну картину крамниці на протилежному боці вулиці.
10. Уявіть вітрину цієї крамниці з товаром.

11. Уявіть, як ви підходите до дверей; уявіть колір, розмір, деталі дверей.

12. Уявіть, як Ви входите до крамниці, йдете до прилавка; уявіть продавця, його руки, він подає товар і відраховує здачу.

IV. Уявіть собі сільський куточок з деревами, горами, озером.

14. Уявіть даний ландшафт в цілому.

14. Уявіть дерева, їх колів і розмір.

15. Уявіть колір і розмір озера.

16. Уявіть, що здіймається вітер, дерева зашуміли, на озері з'явилися невеликі хвилі.

Обробка і аналіз результатів

Загальна сума оцінок є показником здатності суб'єкта до уявлення про об'єкт за ознакою яскравості-чіткості вторинного образу (чим більша сума балів, тим яскравіше уявлення).

При обробці результатів знаходять середнє арифметичне величини (M) оцінок і дисперсії (D) кожного досліджуваного індивідуально в групі та порівнюють із середньогруповим значенням.

Заняття №6 (2 години)

Тема: *Поняття про увагу.*

Діагностика уважності

Мета заняття:

1. Формування у слухачів знань про увагу.
2. Відпрацювання навичок діагностики уваги.

Хід заняття:

Теоретична частина

Поняття про увагу. Поняття про увагу в психології. Природа уваги. Види уваги. Властивості уваги. Якості уваги. Форми уваги. Колективна, групова та індивідуальна увага. Уважність як властивість особистості. Чинники уваги. Формування уваги під час навчання в школі.

Питання для обговорення:

1. Подумайте, в чому суть зовнішньої та внутрішньої уваги?
2. У чому виявляється уважність особистості?
3. Чи відрізняється увага в дитини та дорослої людини?

Практична частина

Завдання 1: Діагностика уваги: Дослідження переключення уваги за допомогою таблиць Шульце (в модифікації В.Марищука).

Завдання виконується в три етапи:

Інструкція випробуваному для I етапу: «Знайдіть у таблиці числа чорного кольору, причому в зростаючій послідовності (від 1 до 25), і запишіть до протоколу їхні символи».

Інструкція випробуваному для II етапу: «Знайдіть у таблиці числа червоного кольору в спадній послідовності і також запишіть їхні символи до протоколу».

Інструкція випробуваному для III етапу: «У таблиці 25 чорних — від 1 до 25 і 24 червоні числа — від 24 до 1. Кожне число має свій буквений символ. Необхідно одночасно вести рахунок чорних і червоних чисел, поперемінно записуючи в

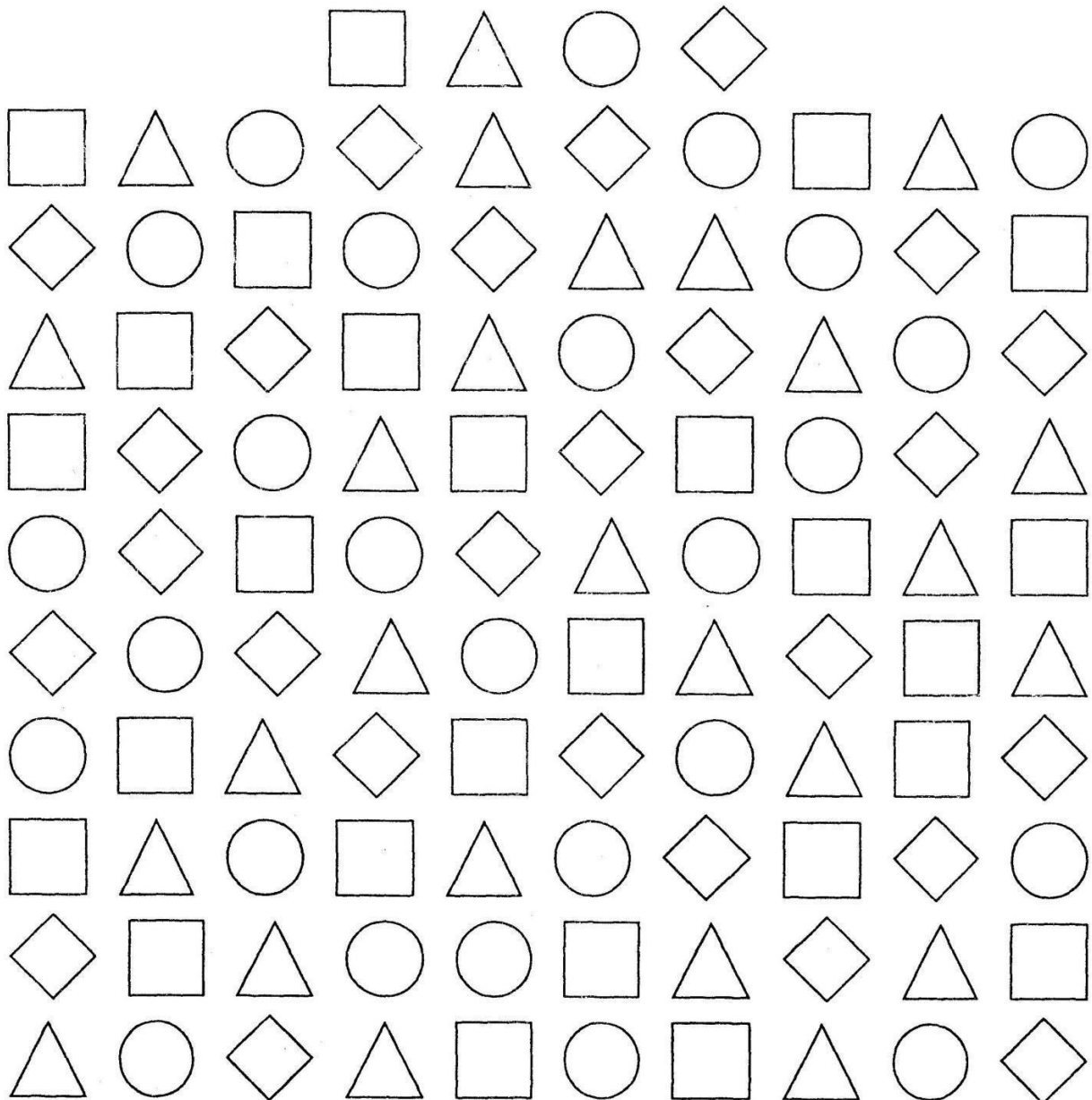
I	Чорні числа			-	-	S'bc	-		
II	Червоні числа					-	S'bc		
III	Чорні червоні числа	+				S''сов	S''сов		

Завдання 2: Діагностика уваги: визначення рівня концентрації уваги тестом П'єрона-Рузера.

Діагностованим пропонується тест із зображенням на ньому чотири геометричними фігурами: квадрат, трикутник, коло і ромб. За сигналом «Починаємо» потрібно розставити знаки послідовно у ці фігури такі знаки: у квадрат – плюс, у трикутник – мінус, у коло – нічого, у ромб – крапку. Розставляти варто знаки послідовно у кожній фігурі по рядках зліва направо. За командою «Стоп» припинити роботу.

Бланк тесту:

Тест



Обробка та аналіз результатів

Визначення кількості заповнених досліджуваним за 1 хв, геометричних фігур з врахуванням кіл та кількості допущених помилок. Рівень концентрації уваги визначається за таблицею:

Число опрацьованих фігур	Ранг	Рівень концентрації
100	1	дуже високий
91-99	2	високий
80-90	3	середній
65-79	4	низький
64 і менше	5	дуже низький

Заняття №7 (4 години)

Тема: *Поняття про здібність та інтелект.*

Діагностика здібностей особистості

Мета заняття:

1. Формування у слухачів знань про здібності та інтелект.
2. Відпрацювання навичок діагностики здібностей особистості.

Хід заняття:

Теоретична частина

Поняття про здібність та інтелект. Мислення і творчість. Інтуїція в мисленні. Поняття здібностей. Види здібностей. Обдарованість. Талант. Геніальність. Розвиток здібностей. Поняття інтелекту. Індивідуальні особливості інтелекту. Гендерні, расові та соціальні особливості інтелекту. Моделі будови інтелекту. Види інтелекту.

Питання для обговорення:

1. На вашу думку, для чого людині потрібен інтелект?
2. Яка різниця між продуктивним та репродуктивним мисленням?
3. У чому виявляються індивідуальні особливості інтелекту?
4. Які особливості розвитку здібностей?

Практична частина

Завдання 1: Діагностика здібностей особистості за тестом «Діагностика творчого потенціалу та креативності».

Методика визначення рівня творчого потенціалу та креативності містить 18 питань. Оберіть лише один з варіантів відповідей.

Текст методики

1. Чи вважаєте ви, що навколишній світ можна покращити?
 - а) так;
 - б) ні;
 - в) так, але тільки у деякий випадках.

2. Чи думаєте ви, що самі зможете брати участь у значних змінах навколишнього світу?
- а) так, у більшості випадків;
 - б) ні;
 - в) так, у деяких випадках.
3. Чи вважаєте ви, що деякі з ваших ідей принесуть значний прогрес у тій сфері діяльності, яку ви оберете?
- а) так;
 - б) звідки у мене можуть бути такі ідеї?
 - в) можливо, мої ідеї принесуть не надто значний прогрес, але деякий успіх можливий.
4. Чи вважаєте ви, що в майбутньому будете грати настільки важливу роль, що зможете у навколишньому світі щось принципово змінити?
- а) так, напевно;
 - б) дуже малоймовірно;
 - в) може бути.
5. Коли ви вирішуєте щось зробити, чи впевнені в тому, що справа вийде?
- а) звичайно;
 - б) часто охоплюють сумніви;
 - в) частіше впевнений, ніж невпевнений.
6. Чи виникає у вас бажання зайнятися справою, у якій ви на даний момент некомпетентні і абсолютно її не знаєте?
- а) так, невідоме мене приваблює;
 - б) ні;
 - в) все залежить від самої справи й обставин.
7. Якщо ви займаєтеся незнайомою справою, чи буде у вас бажання домогтися досконалості?
- а) так;
 - б) що вийде, те й добре;
 - в) якщо це не дуже важко, то так.
8. Якщо справа, яку ви не знаєте, вам подобається, чи хочете ви дізнатись про неї усе?
- а) так;
 - б) ні, треба вчитися найбільш важливому;
 - в) ні, я тільки вдовольнятиму свою цікавість.
9. Коли ви зазнаєте невдачі, то:
- а) якийсь час наполягаєте, навіть всупереч здоровому глузду;
 - б) відразу махнете рукою на справу, як тільки зрозумієте її нереальність;
 - в) продовжуєте робити свою справу, поки здоровий глузд не покаже непереборність перешкод.

10. Професію потрібно обирати, виходячи з:
- а) своїх можливостей і перспектив для себе;
 - б) стабільності, значимості, потрібності професії;
 - в) престижу й переваг, які вона забезпечить.
11. Подорожуючи, чи могли б ви легко орієнтуватися на маршруті, по якому вже пройшли?
- а) так;
 - б) ні;
 - в) якщо місце сподобалося й запам'яталося, то так.
12. Чи можете ви згадати відразу ж після бесіди все, про що говорилось?
- а) так;
 - б) ні;
 - в) згадаю все, що мені цікаво.
13. Коли ви чуєте слово незнайомою мовою, чи можете ви повторити його по складам без помилок, навіть не знаючи його значення?
- а) так;
 - б) ні;
 - в) повторю, але не зовсім правильно.
14. У вільний час ви волієте:
- а) залишатися наодинці, поміркувати;
 - б) перебувати в компанії;
 - в) мені байдуже, чи буду я один або в компанії.
15. Ви займаєтеся якоюсь справою. Ви вирішуєте припинити її тільки коли:
- а) справа закінчена і, як вам здається, виконана відмінно;
 - б) ви більш-менш задоволені зробленими;
 - в) справа здається зробленою, хоча можна зробити краще. Але навіщо?
16. Коли ви на самоті, ви:
- а) любите мріяти про якісь речі, можливо, й абстрактних;
 - б) за всяку ціну намагаєтеся знайти собі конкретне заняття;
 - в) іноді любите помріяти, але про речі, які пов'язані з вашими справами.
17. Коли якась ідея захоплює вас, то ви станете думати про неї:
- а) незалежно від того, де й з ким ви перебуваєте;
 - б) тільки наодинці;
 - в) тільки там, де є тиша.
18. Коли ви відстоюєте якусь ідею, ви:
- а) можете відмовитися від її, якщо аргументи опонентів здадуться вам переконливими;
 - б) залишитесь при своїй думці, які б аргументи не висувалися;
 - в) зміните свою думку, якщо опір виявиться занадто сильним.

Ключ до тесту

Додайте бали за наступною схемою: Відповідь «а» - 3 бали, «б» - 1, «в» - 2 бали.

Інтерпретація результатів тесту

48 і більше балів – у вас закладено значний творчий потенціал, що надає вам багатий вибір творчих можливостей. Якщо ви на ділі зможете застосувати ваші здібності, то вам доступні найрізноманітніші форми творчості.

18 - 47 балів – у вас є якості, які дозволяють вам творити, але є й бар'єри. Найнебезпечніший бар'єр – страх, особливо для людей, орієнтованих на обов'язковий успіх. Острах невдачі сковує уяву – основу творчості. Страх може бути й соціальним, страхом суспільного осуду. Будь-яка нова ідея проходить через етап несподіванки, подиву, невизнання, осуду навколишніми. Острах осуду за нове та незвичне для інших, а також здивовані погляди, сковують творчу активність, знищують творчу особистість.

Завдання 2: Визначити рівень розвитку креативності в особистості за тестом «Діагностика творчого потенціалу та креативності».

діагностованим пред'являються три субтести.

Тест № 1. “Інтерпретація зображень”. Пропонуються три зображення, які можна витлумачити (відповісти на запитання: що це таке?) найрізноманітнішим чином (в тому числі, у гумористичній формі). На кожне зображення відводиться три хвилини часу. Завдання діагностованого полягає в тому, щоб поряд з кожним запропонованим зображенням написати якомога більше його тлумачень, інтерпретацій.

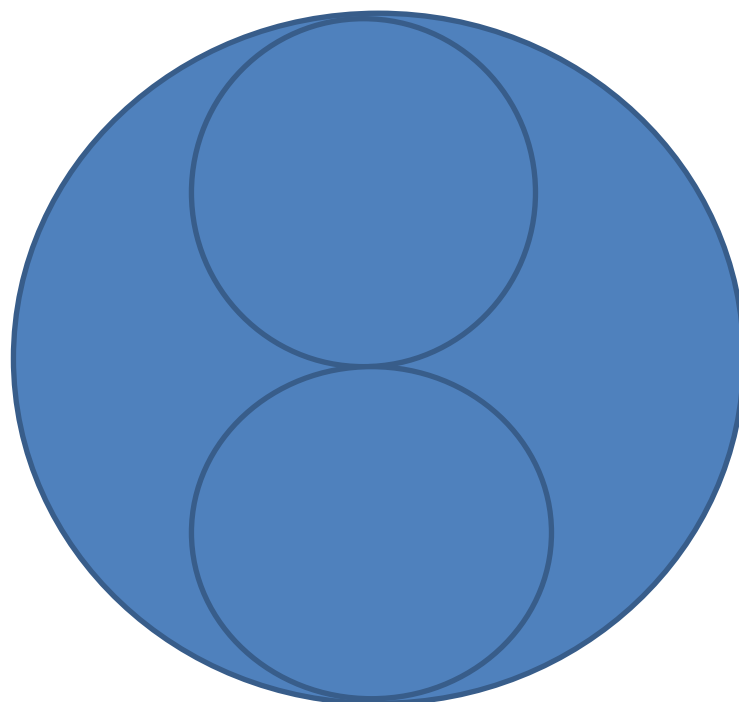


Рисунок 1.

Рисунок 2.

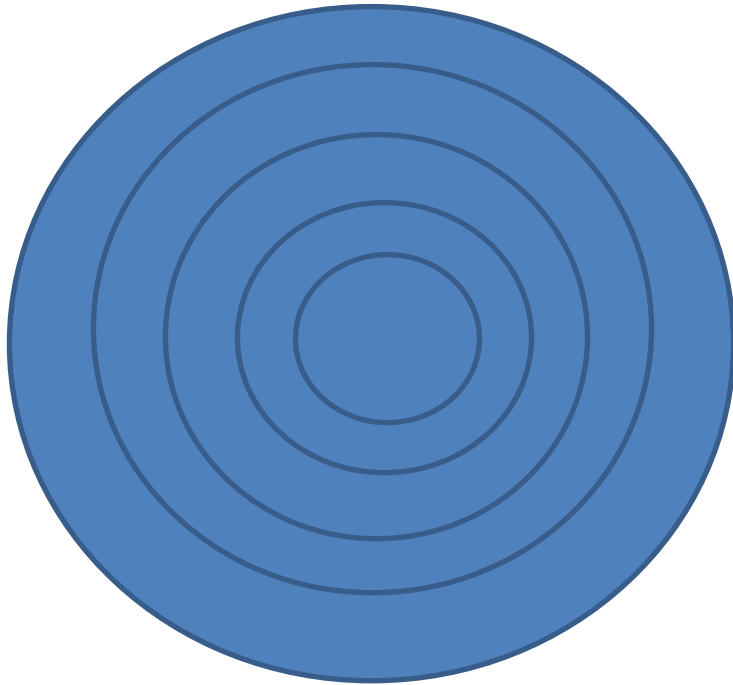
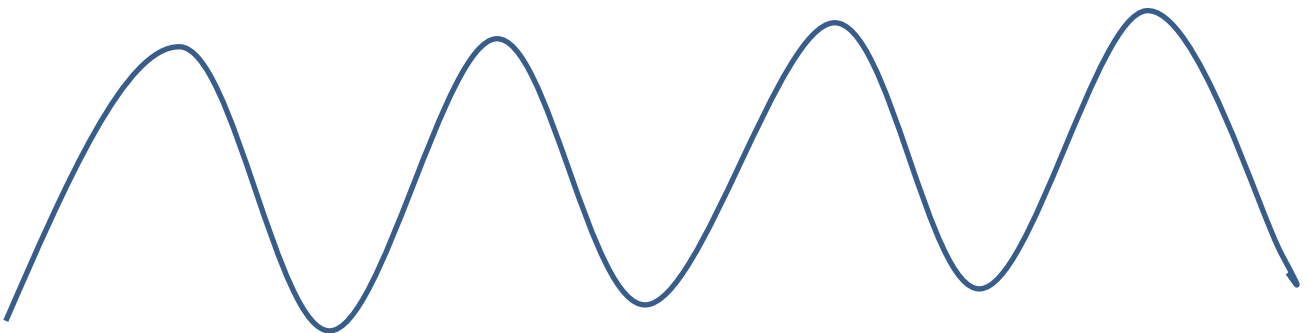


Рисунок 3.



У субтесті №2 «Використання предметів» діагностованим потрібно запропонувати якомога більше можливих способів/варіантів використання:

- скляних пляшок (однієї чи необмеженої їх кількості);
- цвяхів (одного чи необмеженої їх кількості);
- тирси.

На кожне завдання відводиться дві хвилини часу.

У субтесті №3 «Конкретизація» потрібно перелічити якомога більше принципово різних предметів, які можуть бути:

- червоними;
- круглими;
- нескінченними.

На кожне завдання відводиться дві хвилини часу.

Обробка результатів

В тесті № 1 «Інтерпретація зображень» найбільш розповсюдженими є наступні варіанти відповідей:

- зображення № 1 – кола на воді; мішень; кришка люка стічної системи; сомбреро, вигляд згори; рулетка; сонячна система; орбіти електронів; вигляд всередині трубки, складеної з тьюбінгів; піраміда, вигляд згори; земляний черв'як, вигляд з голови;
- зображення № 2 – два барила у каналізаційному люкові; яблука на тарілці; залишок штампувального листа;
- зображення № 3 – скакалка; гори; хвилі; графік; спина змія-горинича; вигляд генеральної лінії.

При підрахунку набраних тестових балів за даним тестом враховуються : загальна кількість виборів за відведений час, нестандартність цих виборів. Так, щодо першого завдання: за вибори аналогічні першим трьома з вищенаведених до цього завдання нараховується по одному балу; за вибори, аналогічні другим відповідним чотирьом варіантам - по два бали; за вибори, аналогічні двом останнім - по три бали за кожен такий варіант.

Щодо другого зображення: за кожен вибір, аналогічний вищенаведеним до цього завдання, тестований отримує по 2 бали.

Щодо третього зображення: за кожен вибір, аналогічний будь-якому з відповідних перших чотирьох тестованому зараховується по 1 балу; за кожен вибір, аналогічний двом останнім - по 2 бали.

Нормативні показники за першим субтестом

Наявність творчої обдарованості	Рівень її вираженості	Кількість набраних балів (співвідносно з віком тестованих)		
		12-15	15-18	18-21
Наявність	Високий	Понад 26	Понад 32	Понад 36
	Помірний	18-26	24-32	30-36
Відсутність		Менше 18	Менше 24	Менше 30

В тесті №2 «Використання предметів» можливі варіанти:

- скляні пляшки - будувати стіну будинку; розбити і зробити з денця лупу; розкочувати тісто; вживати в якості: ударного музичного інструменту; зброї у бійці.
- цвяхи - для скріплення речей, як гострий предмет у якості шила, як підстилку для йога, як палички до мініатюрного барабану, для висікання іскор.
- тирсу - як паливо, як матеріал для виготовлення ДСП, як сировину для виготовлення метилового спирту, для теплоізоляції будівель, для виробництва паперу.

За кожен осмислений варіант використання тестваному зараховується 1 бал. Як кількісний показник роботи з даним тестом виступає підсумкове сукупне число набраних балів.

Нормативні показники за другим субтестом

Наявність творчої обдарованості	Рівень її вираженості	Кількість набраних балів (співвідносно з віком тестованих)		
		12-15	15-18	18-21
Наявність	Високий	Понад 24	Понад 30	Понад 36
	Помірний	16-24	22-30	28-36
Відсутність		Менше 16	Менше 22	Менше 28

В тесті № 3 «Конкретизація» за кожний осмислено вказаний предмет тестованому зараховується 1 бал.

Нормативні показники за третім субтестом

Наявність творчої обдарованості	Рівень її вираженості	Кількість набраних балів (співвідносно з віком тестованих)		
		12-15	15-18	18-21
Наявність	Високий	Понад 26	Понад 32	Понад 38
	Помірний	19-26	24-32	29-38
Відсутність		Менше 19	Менше 24	Менше 29

Відповідна достовірність досягається лише при виведенні сукупного бала як кількісного результату роботи тестованого зі всіма трьома тестами, які повинні проводитись підряд, без помітних часових інтервалів. Сукупний бал є простою арифметичною сумою балів, отриманих за кожним окремим тестом.

Сукупний час проведення тестів - 21 хвилина.

Заняття №8 (4 години)

Тема: Умови підвищення інтелектуального рівня людини.

Визначення коефіцієнту інтелекту.

Мета заняття:

1. Формування у слухачів знань про умови підвищення інтелектуального рівня людини.
2. Відпрацювання навичок визначення коефіцієнту інтелекту.

Хід заняття:

Теоретична частина

Умови підвищення інтелектуального рівня людини. Структура родини та інтелект. Психологічні особливості родини та здатності. Ефект Флінна (інтелектуальна акселерація).

Питання для обговорення:

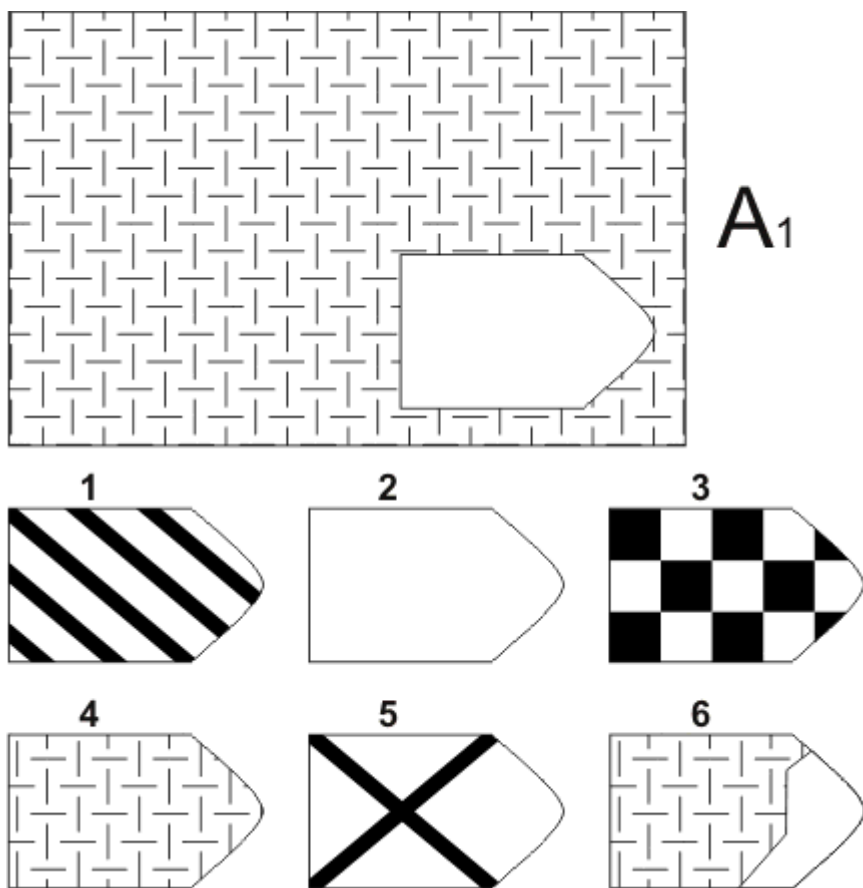
1. На вашу думку, чи є у тварин інтелект?
2. Чи є вікові відмінності в рівні інтелекту?

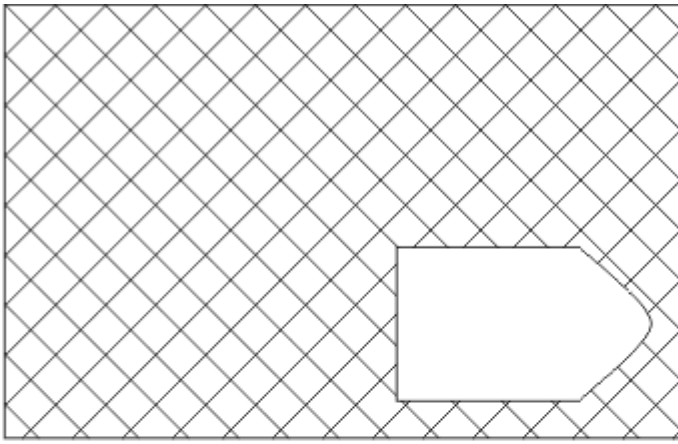
3. Які види інтелекту ви знаєте?

Практична частина

Завдання 1: Визначення коефіцієнту інтелекту за допомогою методики «Прогресивні матриці Равена». Методика призначена для вивчення логічного мислення. Досліджуваним запропоновані зображення-матриці квазігеометричних фігур, які пов'язані між собою певною закономірністю. На кожній з пропонуваніх матриць в основному зображенні не вистачає однієї фігури (чи якогось фрагмента даного зображення), а під зображенням на матриці серед восьми подібних фігур міститься та одна, яка в даному випадку якраз і є відсутньою в основному зображенні. Завдання полягає в тому, щоб вірно виявити закономірність, яка пов'язує між собою фігури на даному зображенні, і, спираючись на виявлену закономірність, встановити, якої з запропонованих в нижній частині даної матриці фігур не вистачає в основному зображенні. Встановивши відповідну фігуру, вписати її номер у бланк для відповідей навпроти номера даного завдання (тобто, даної матриці-зображення). Загальний час роботи з усіма 60 завданнями (5 серій по 12 завдань) обмежується 30 хвилинами.

Стимульний матеріал





A₂

1



2



3



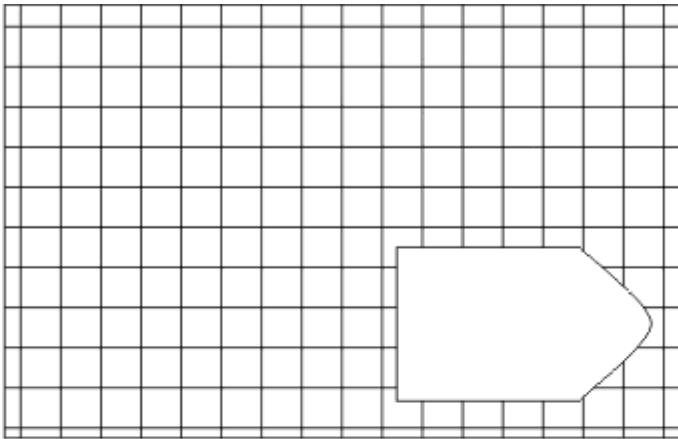
4



5

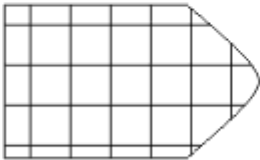


6



A₃

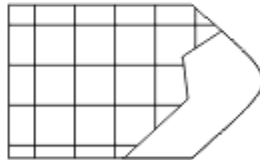
1



2



3



4

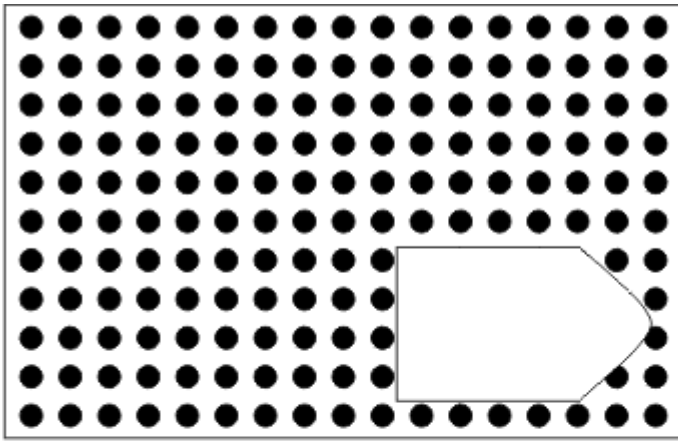


5

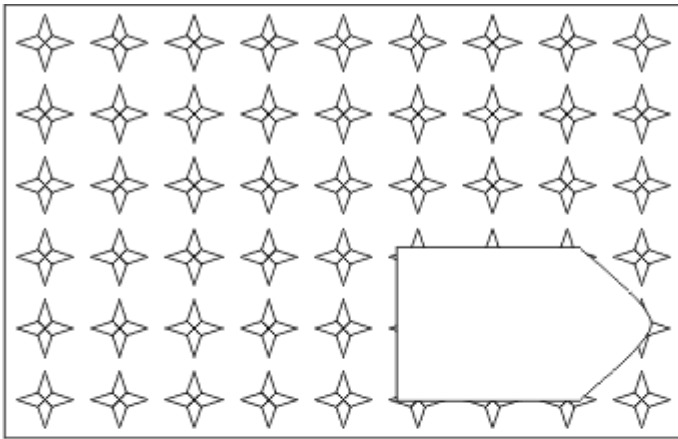
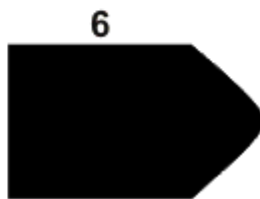
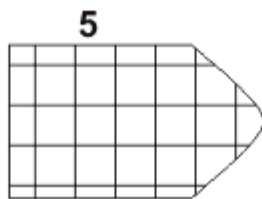
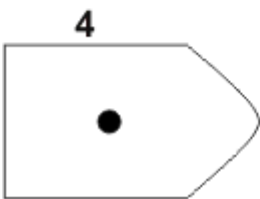
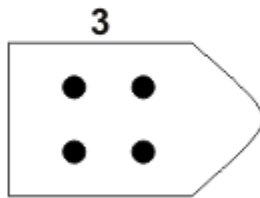
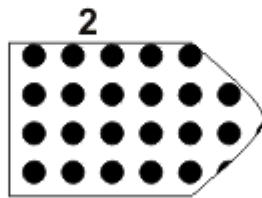
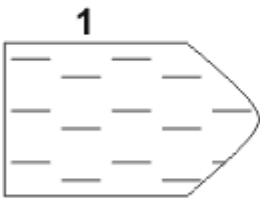


6

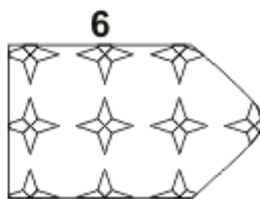
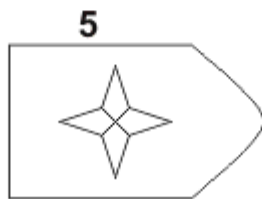
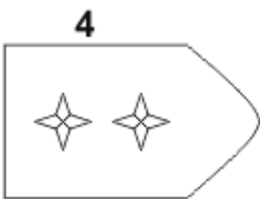
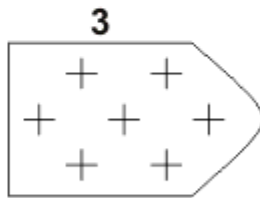
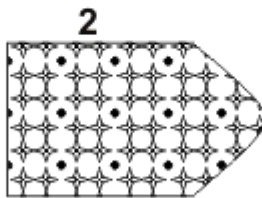
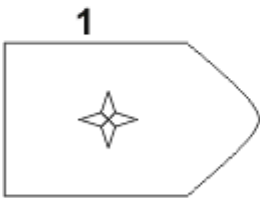


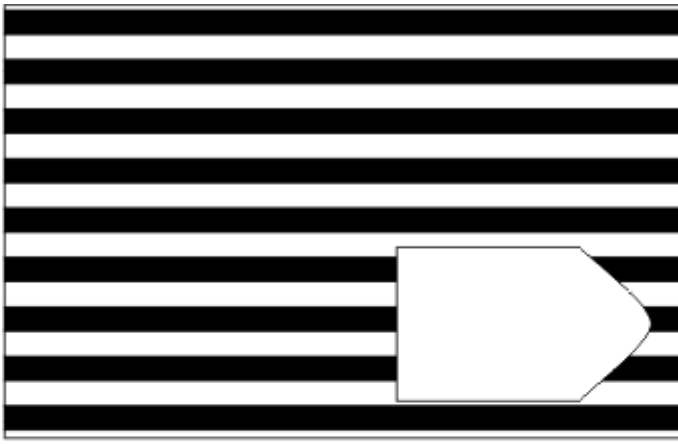


A₄

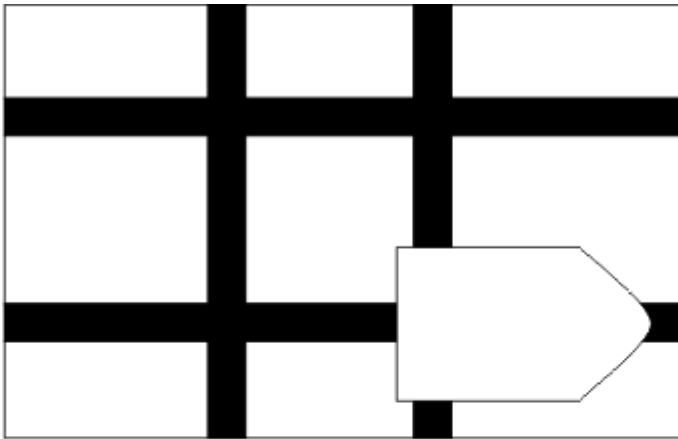
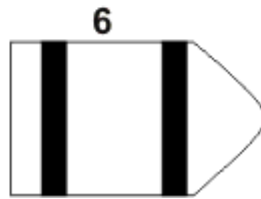
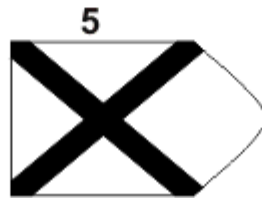
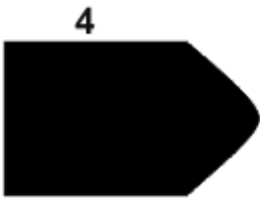
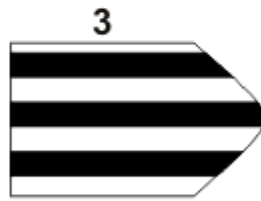
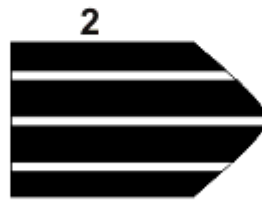
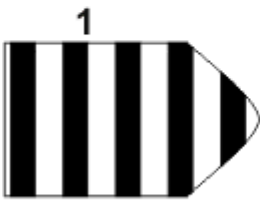


A₅

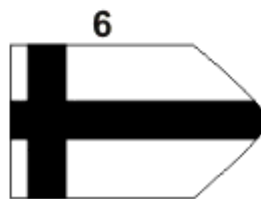
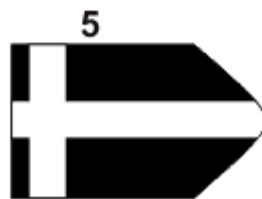
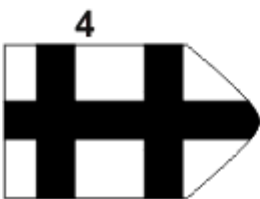
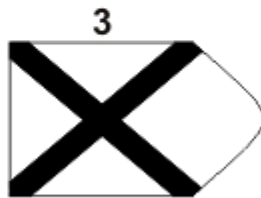
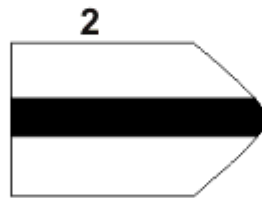
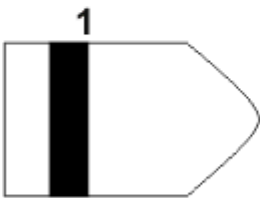


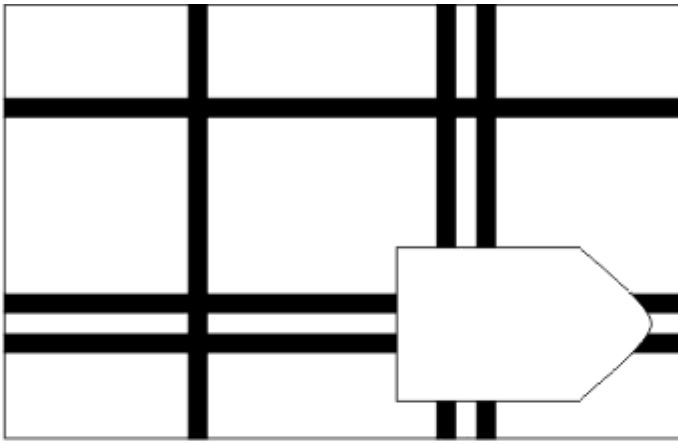


A₆

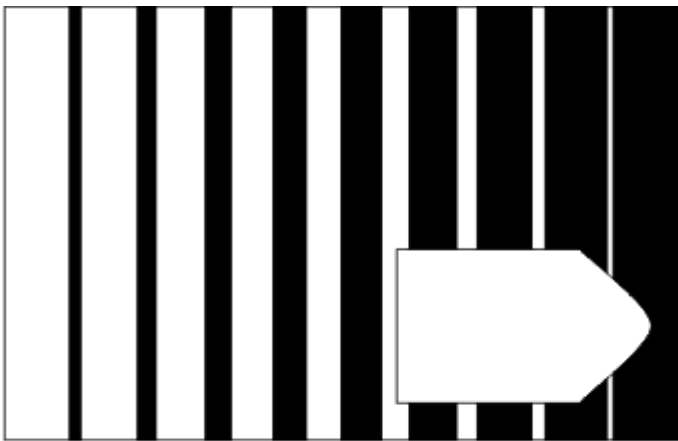
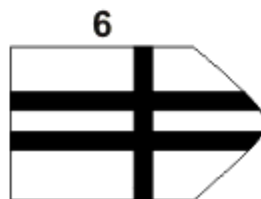
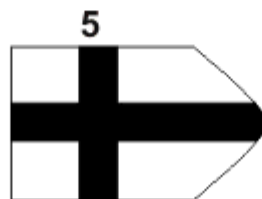
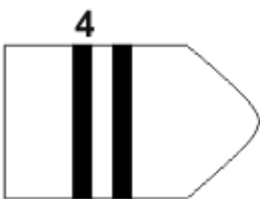
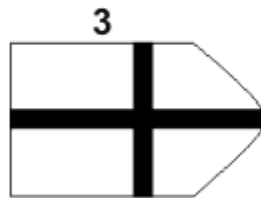
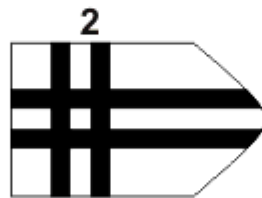
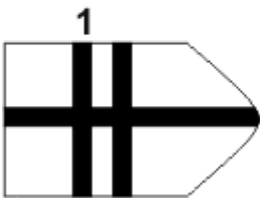


A₇

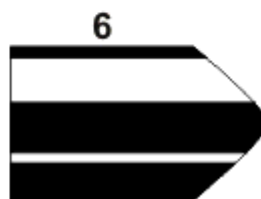
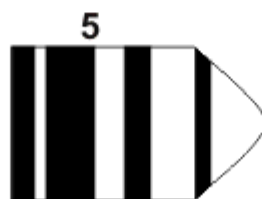
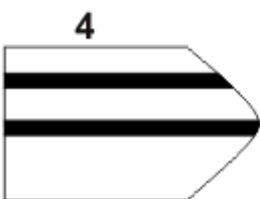
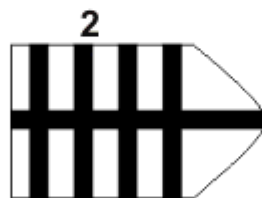


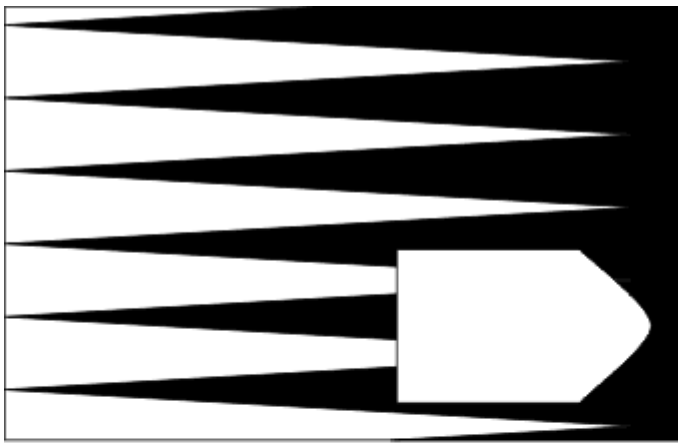


A₈

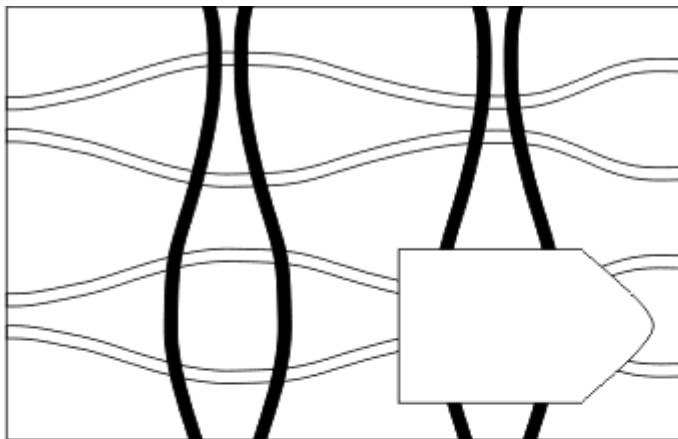
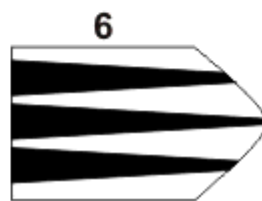
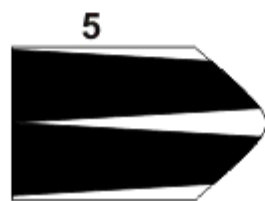
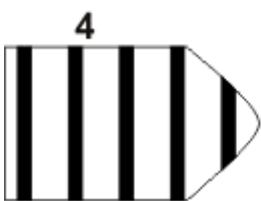
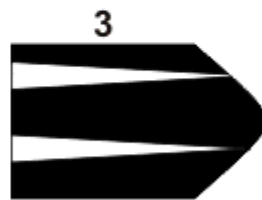
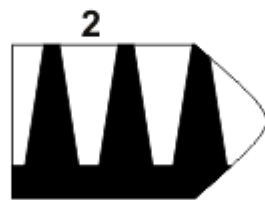
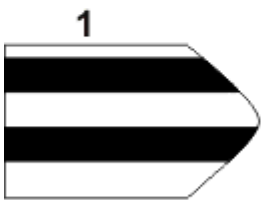


A₉

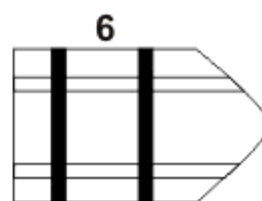
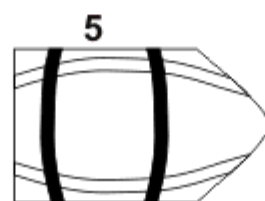
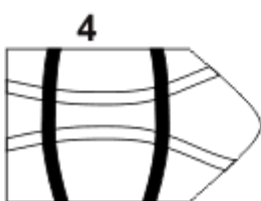
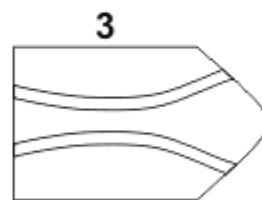
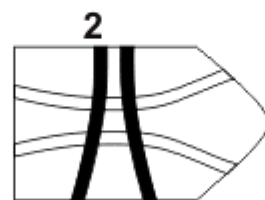
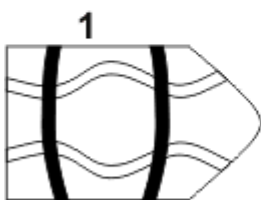


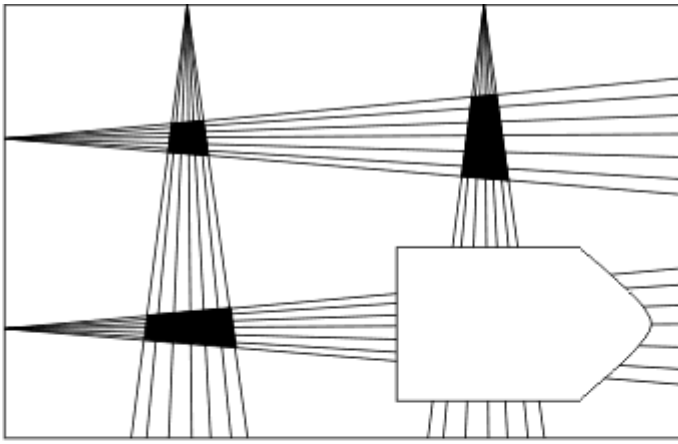


A₁₀

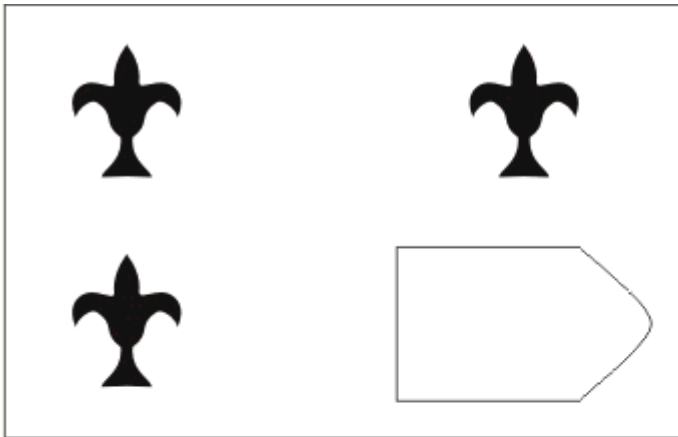
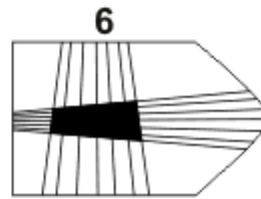
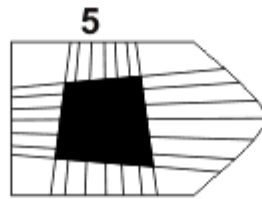
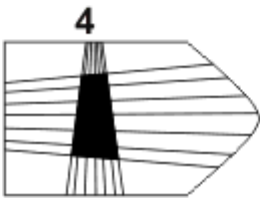
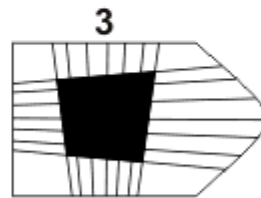
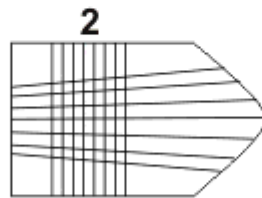
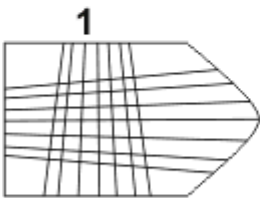


A₁₁

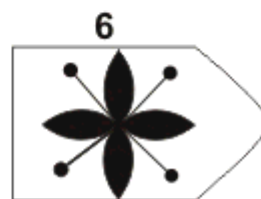
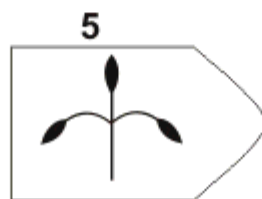
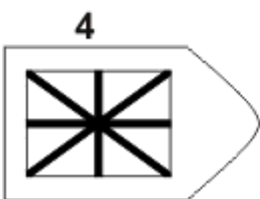
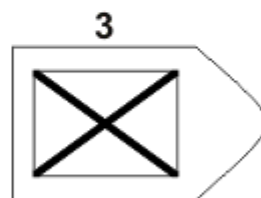
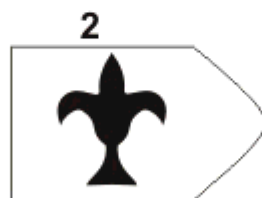
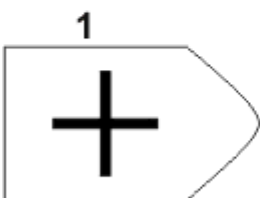


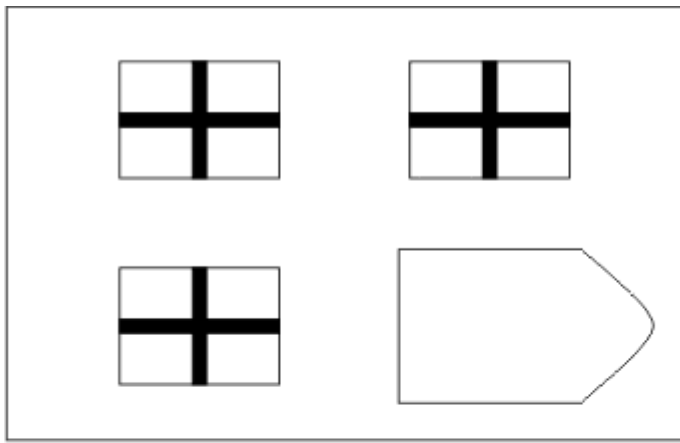


A₁₂

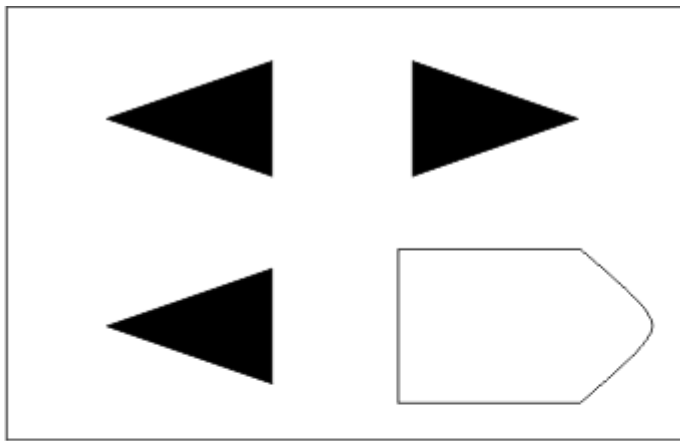
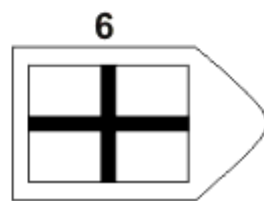
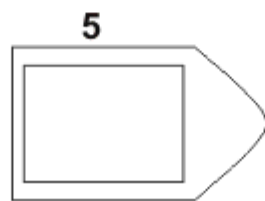
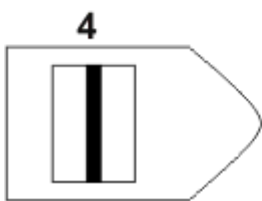
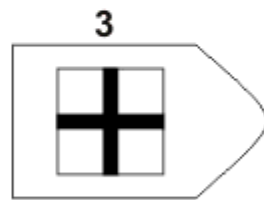
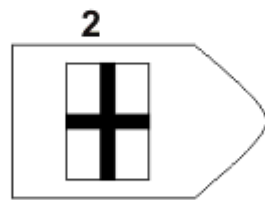
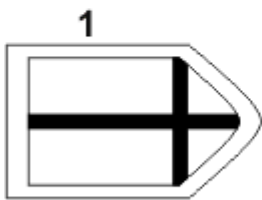


B₁

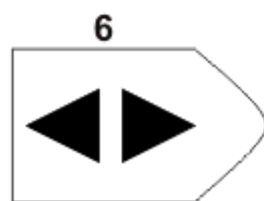
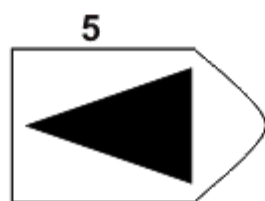
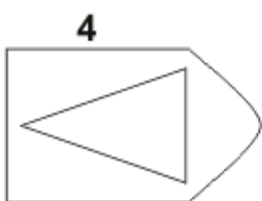
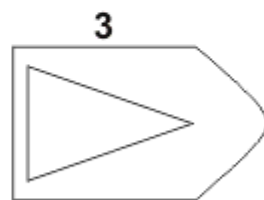
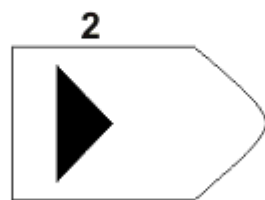
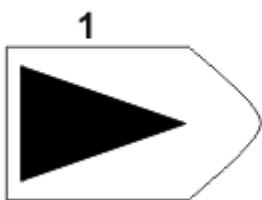


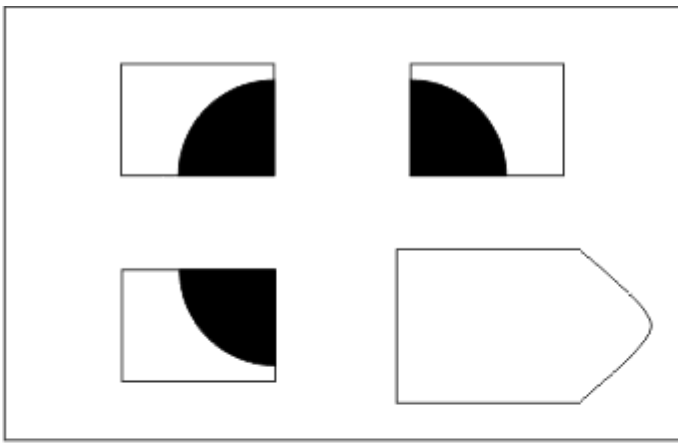


B₂

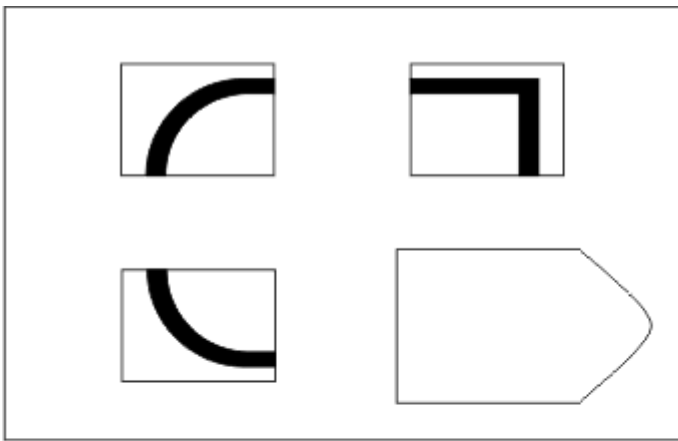
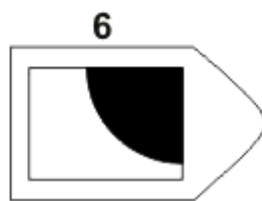
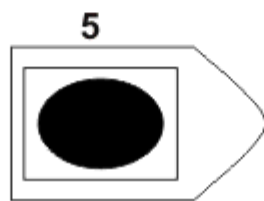
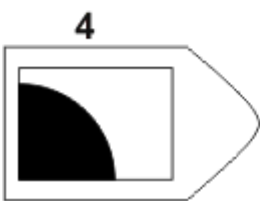
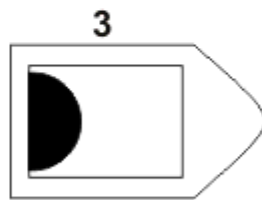
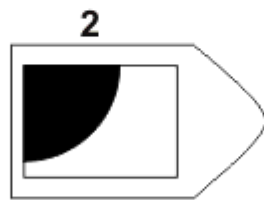
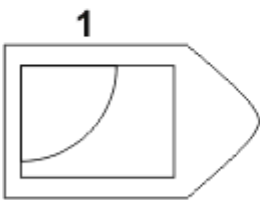


B₃

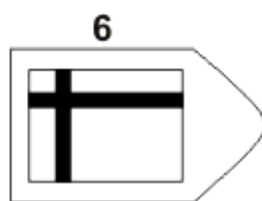
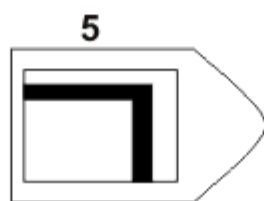
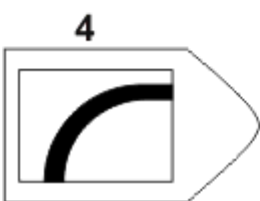
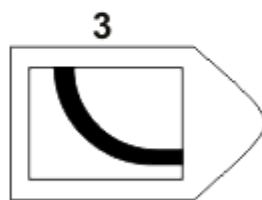
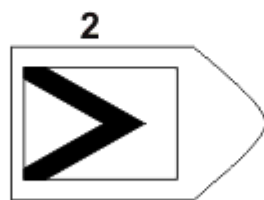
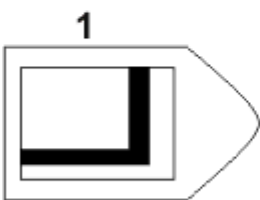


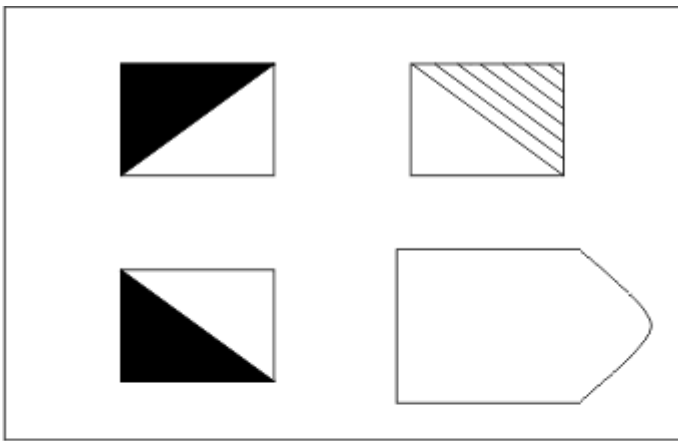


B₄

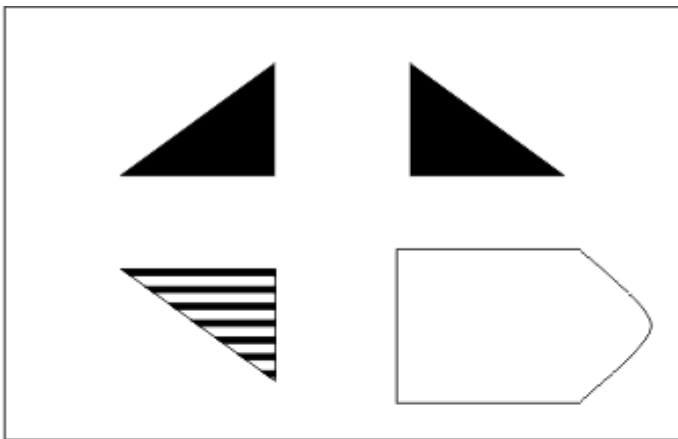
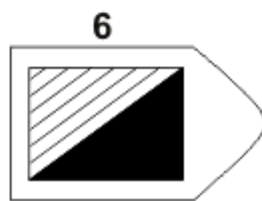
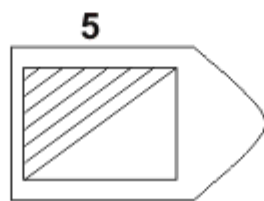
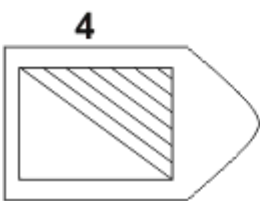
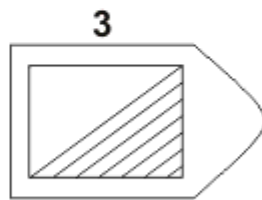
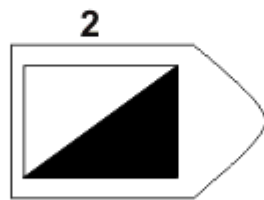
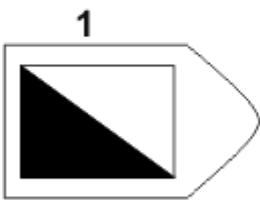


B₅

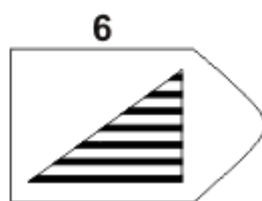
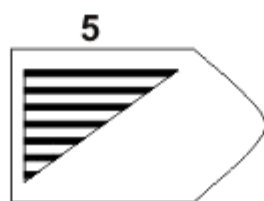
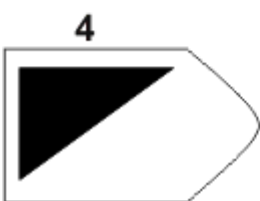
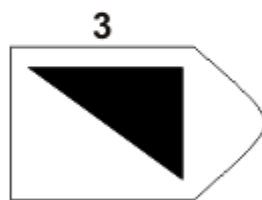
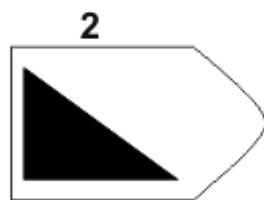
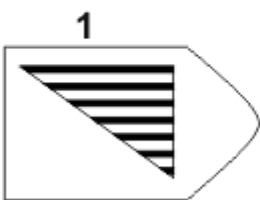


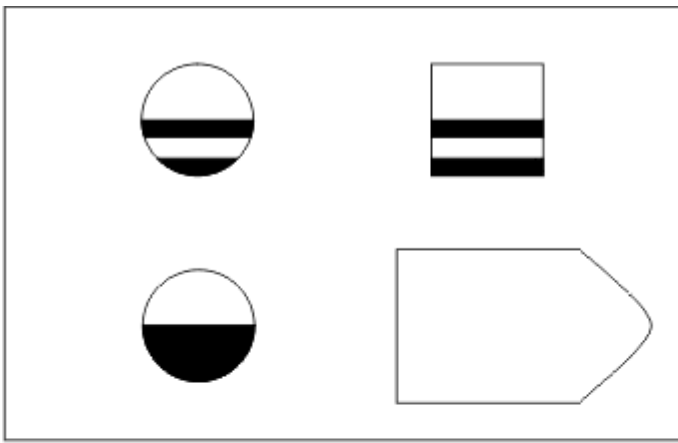


B₆

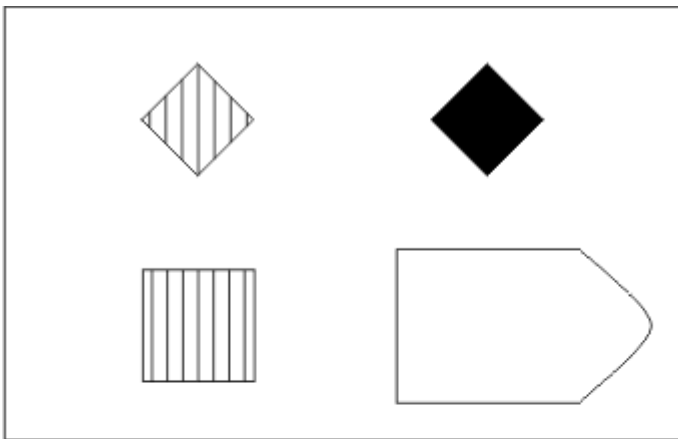
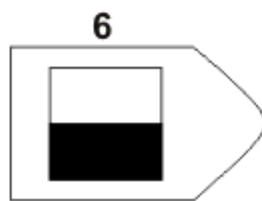
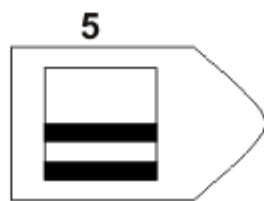
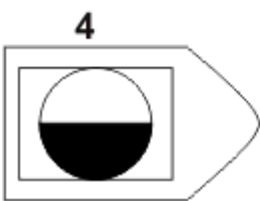
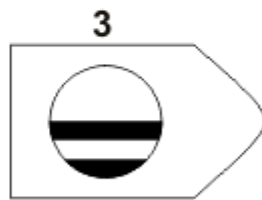
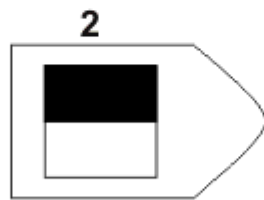
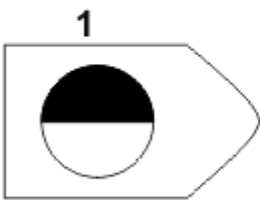


B₇

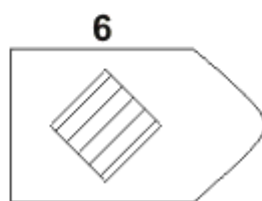
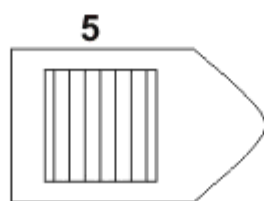
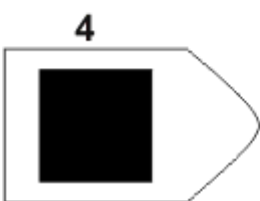
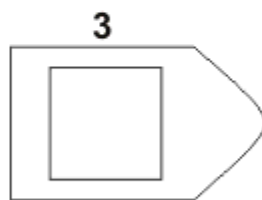
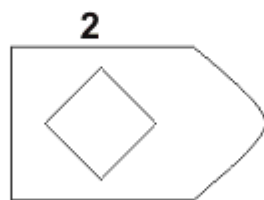
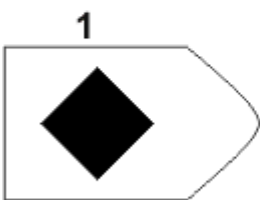


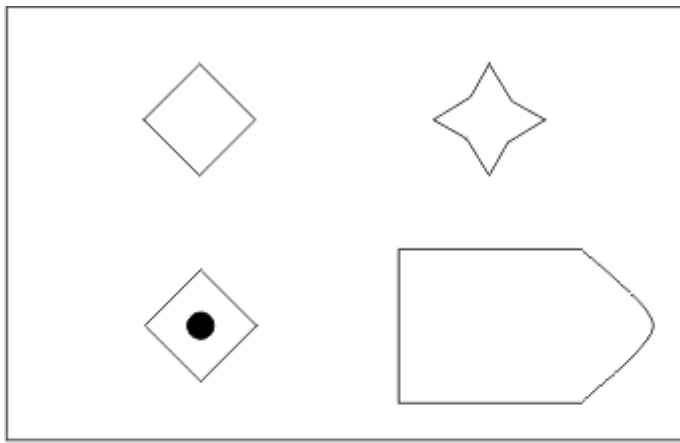


B₈

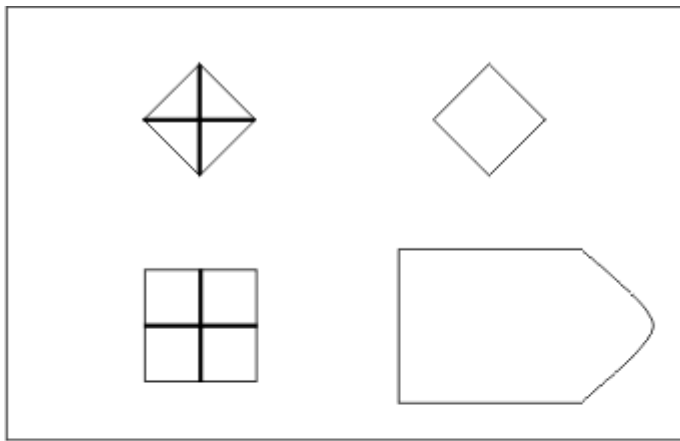
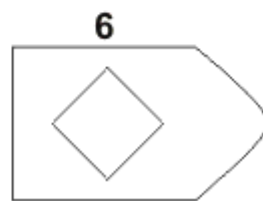
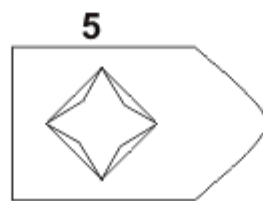
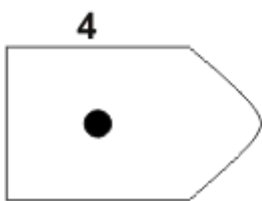
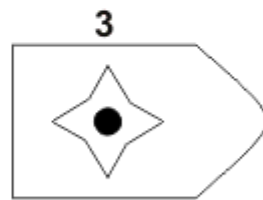
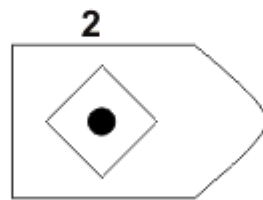
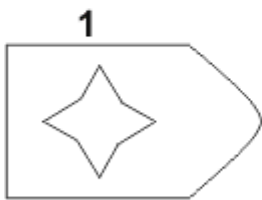


B₉

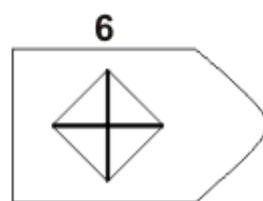
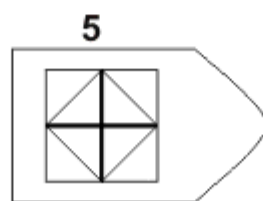
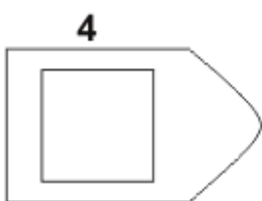
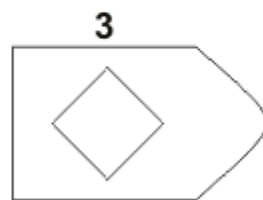
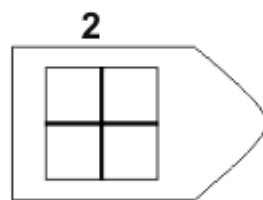
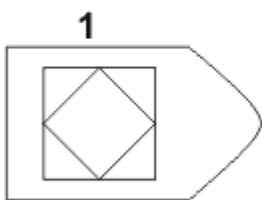


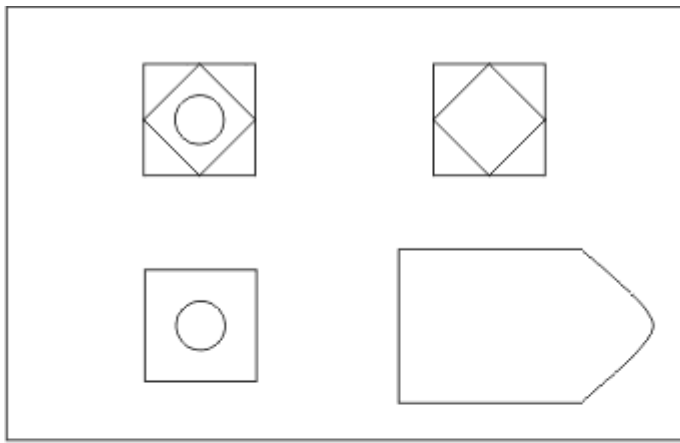


B₁₀

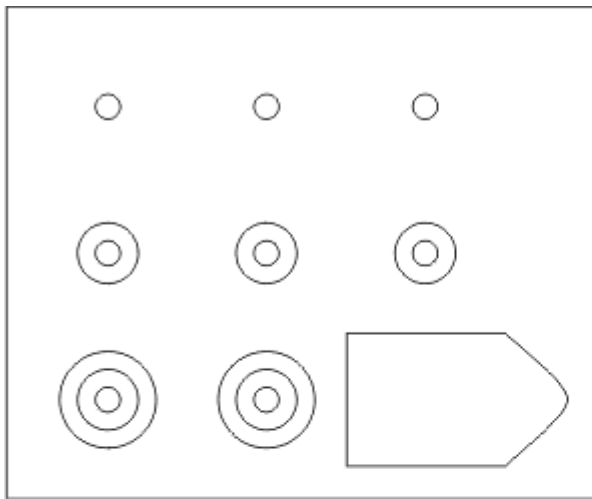
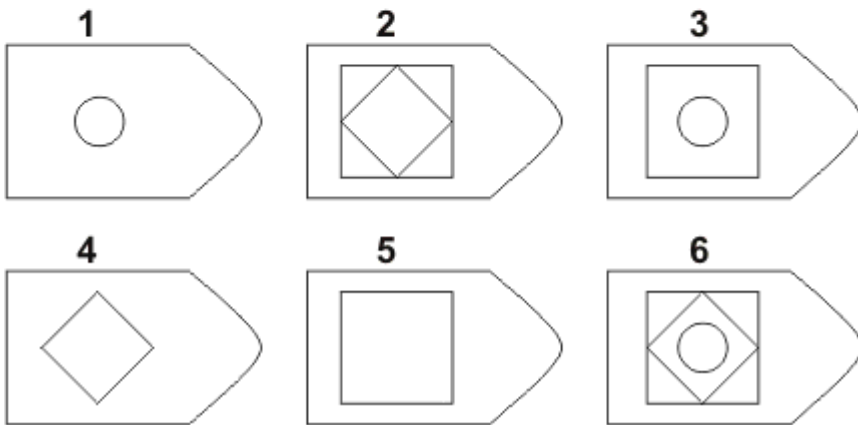


B₁₁

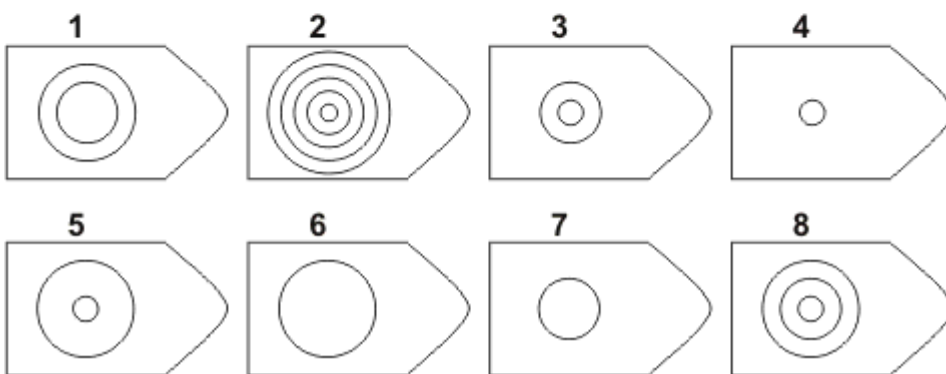


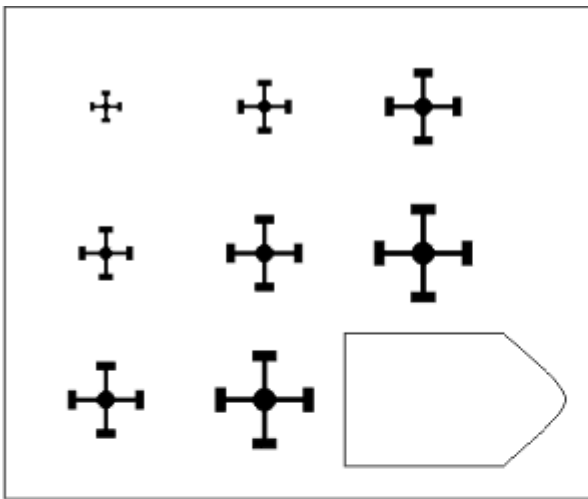


B₁₂

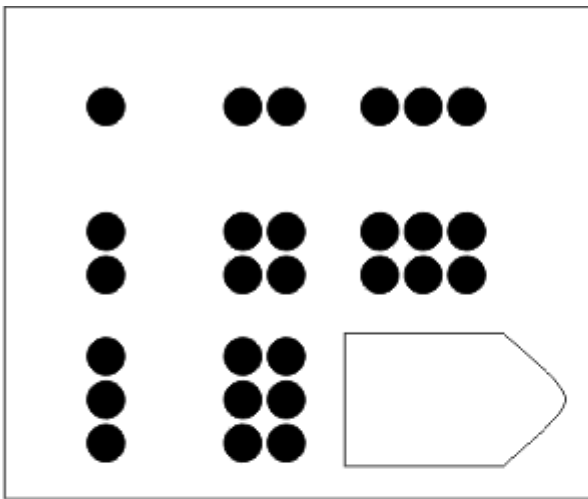
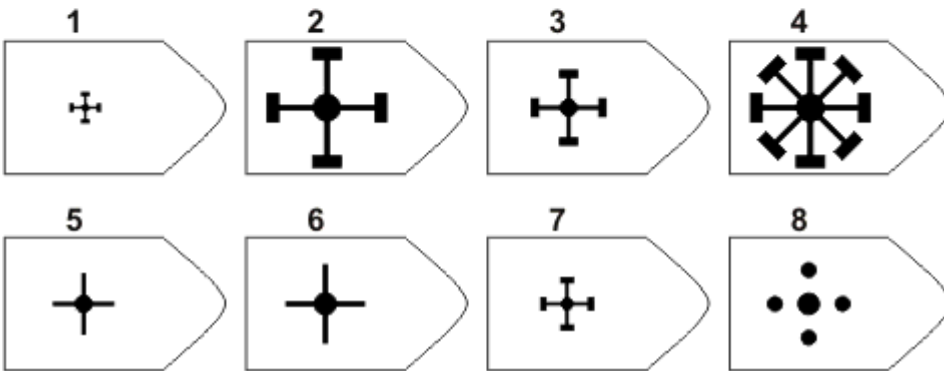


C₁

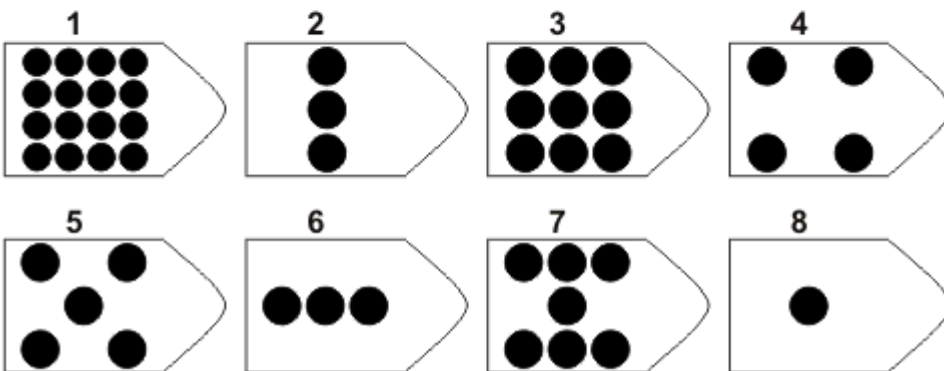


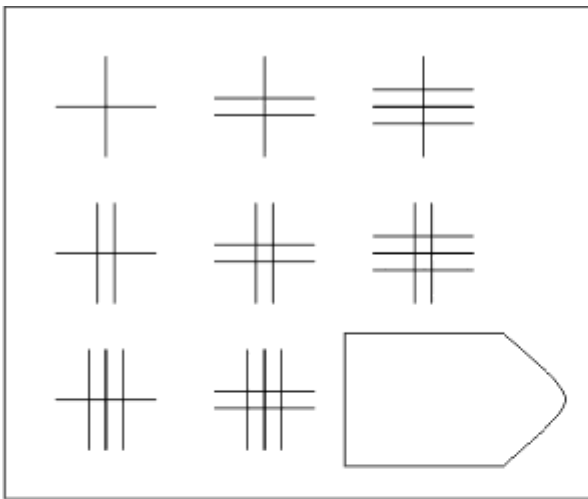


C_2

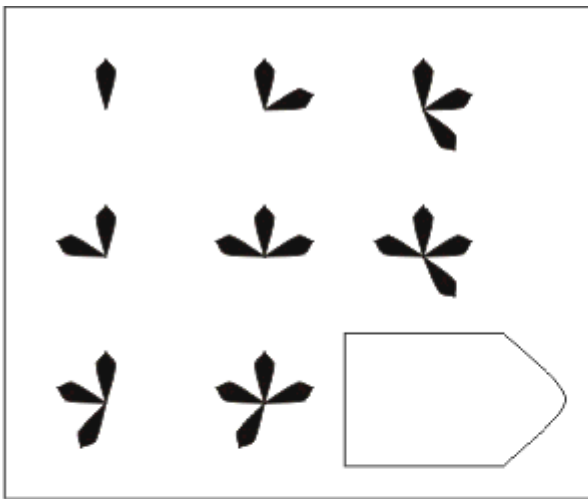
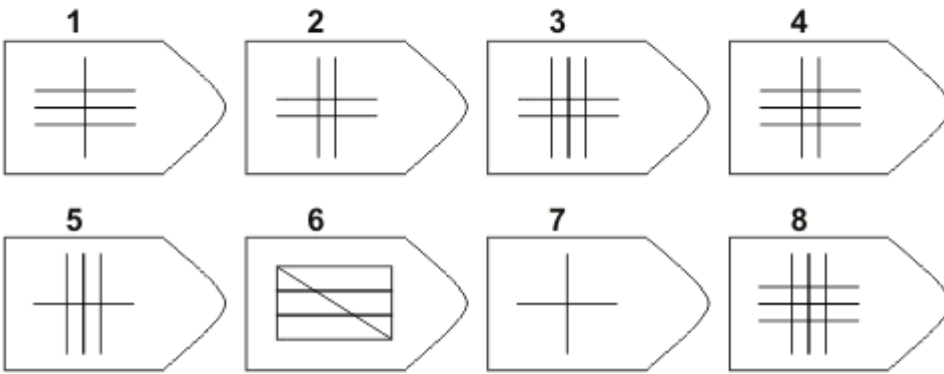


C_3

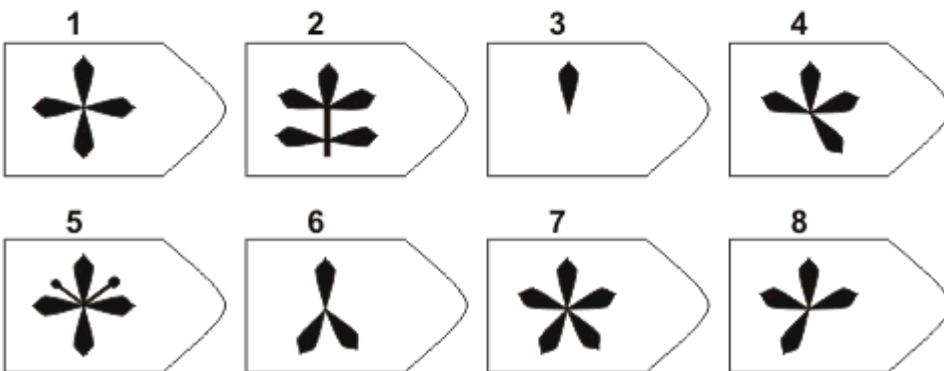


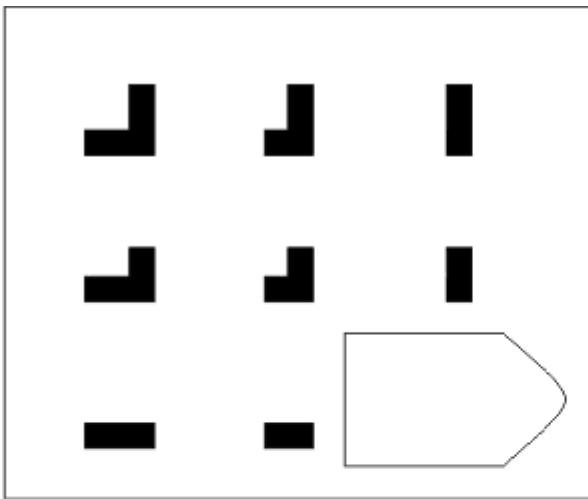


C₄

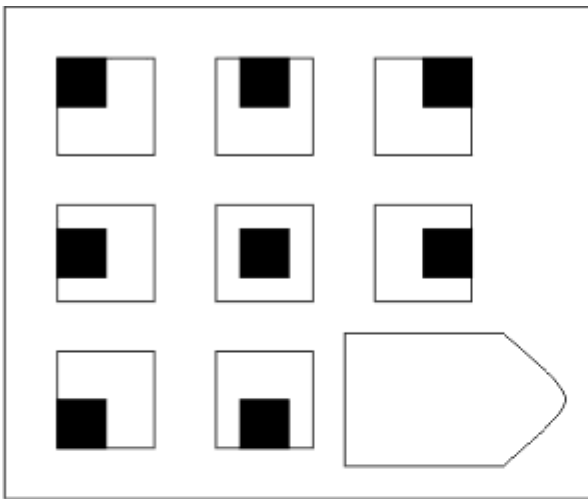
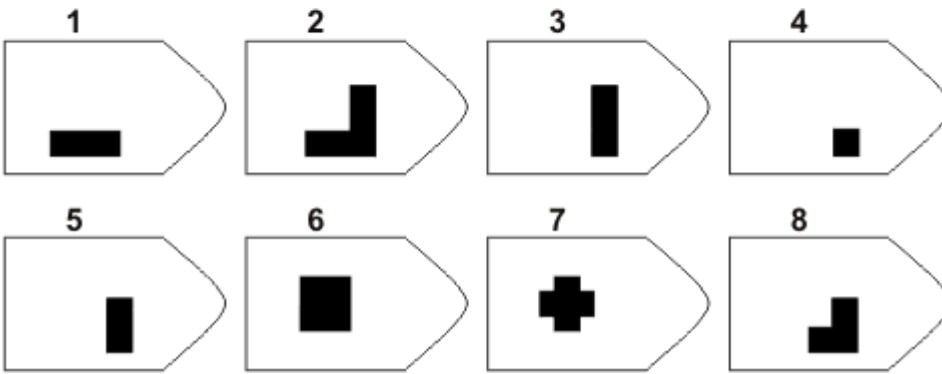


C₅

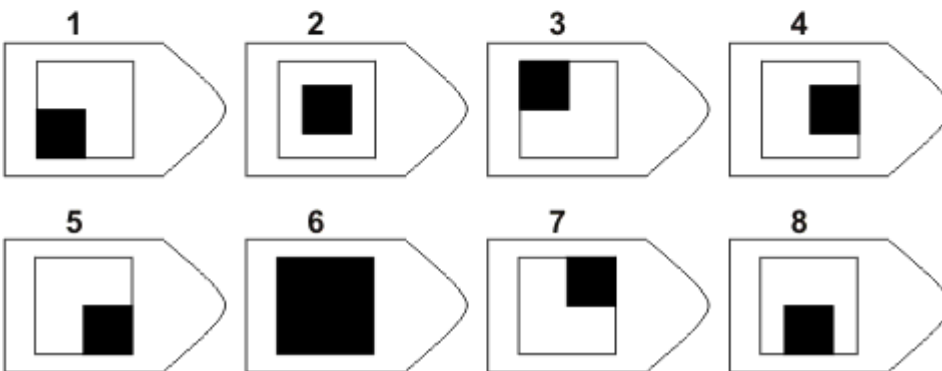


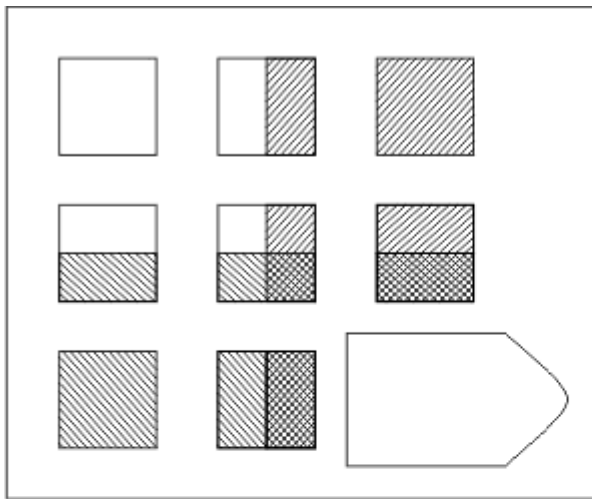


C₆

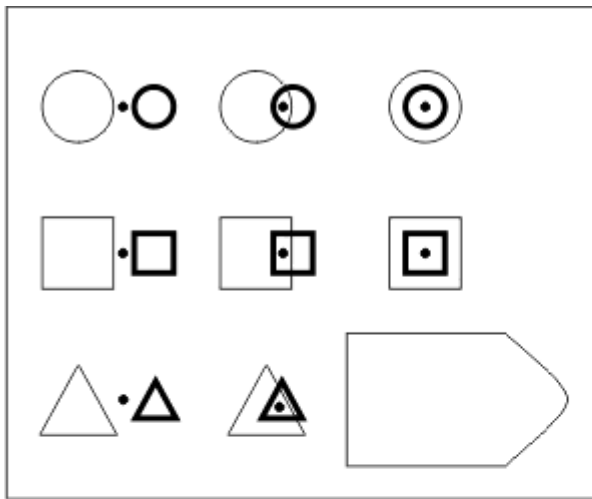
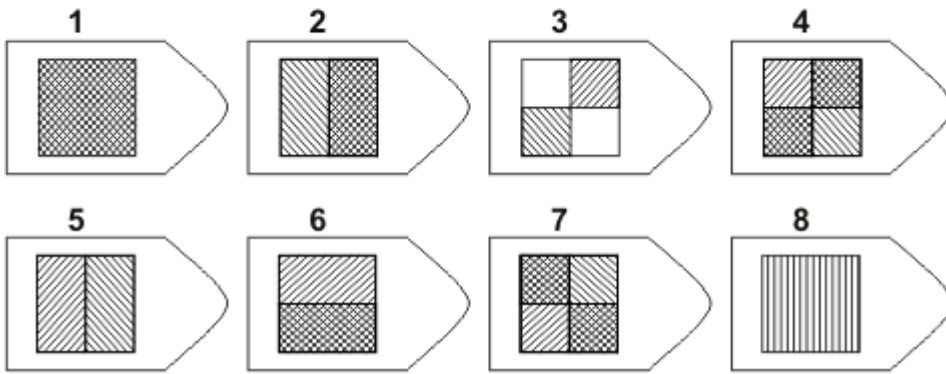


C₇

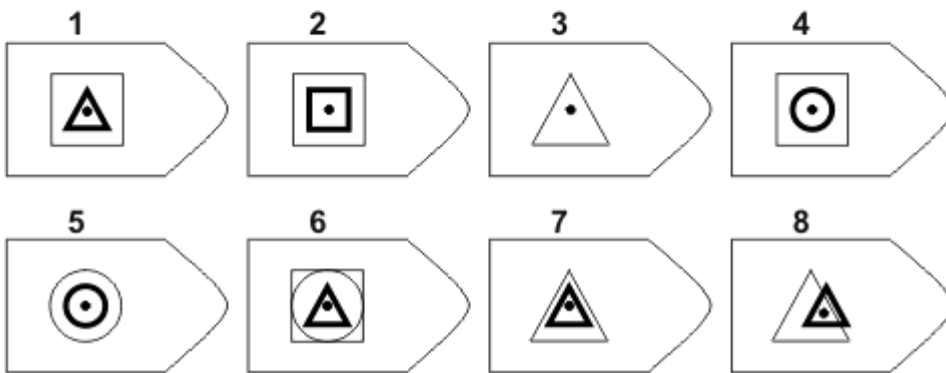


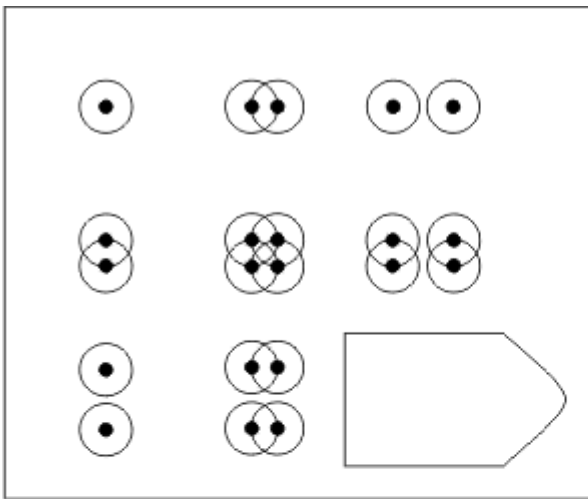


C₈

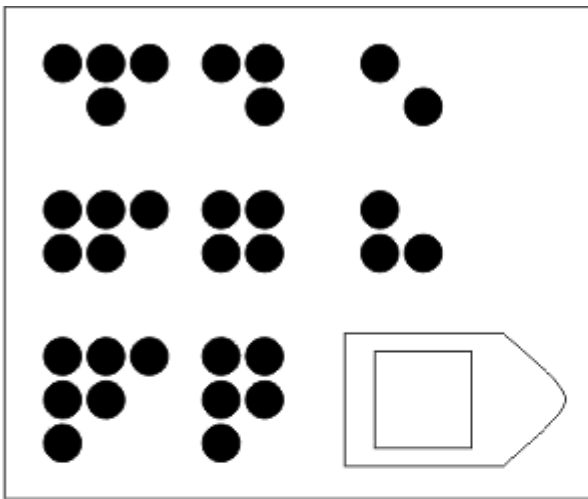
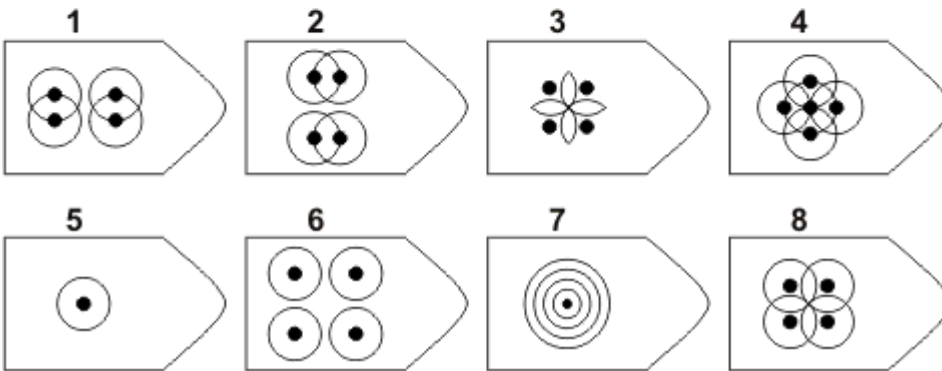


C₉

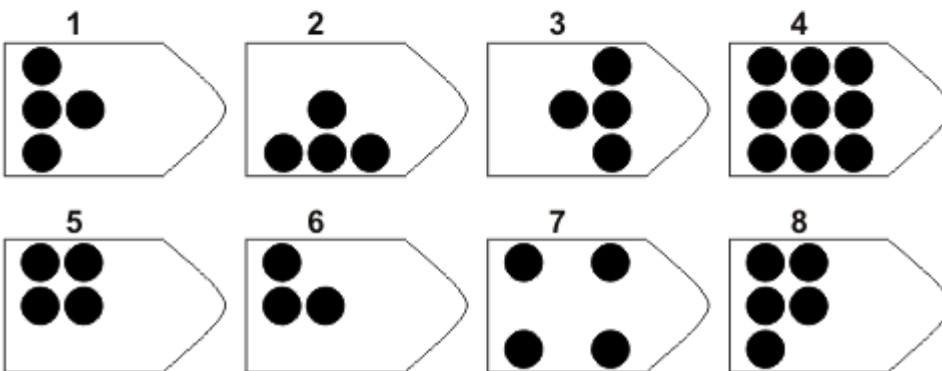


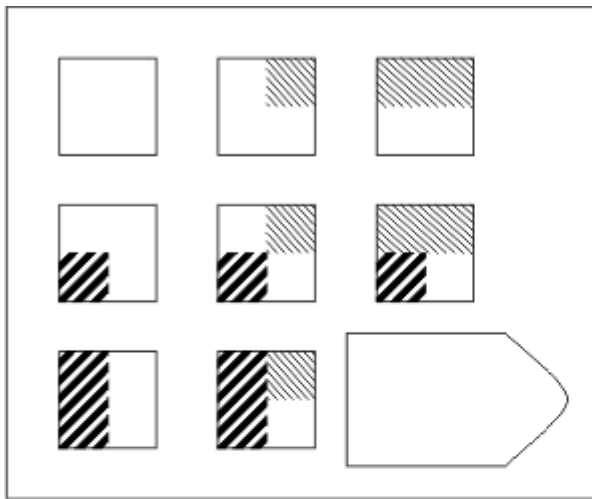


C₁₀

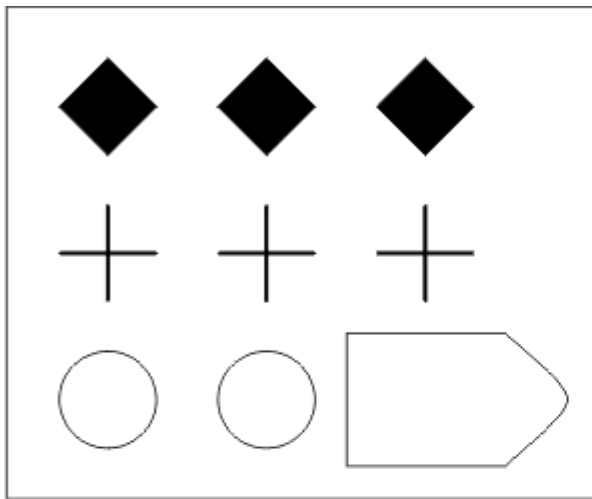
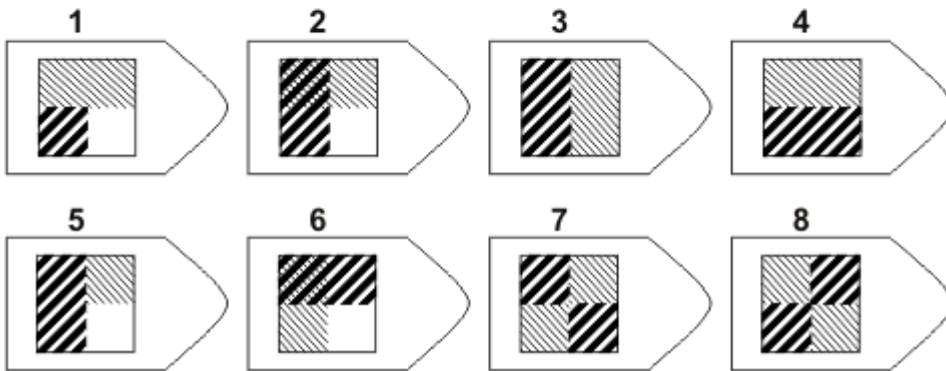


C₁₁

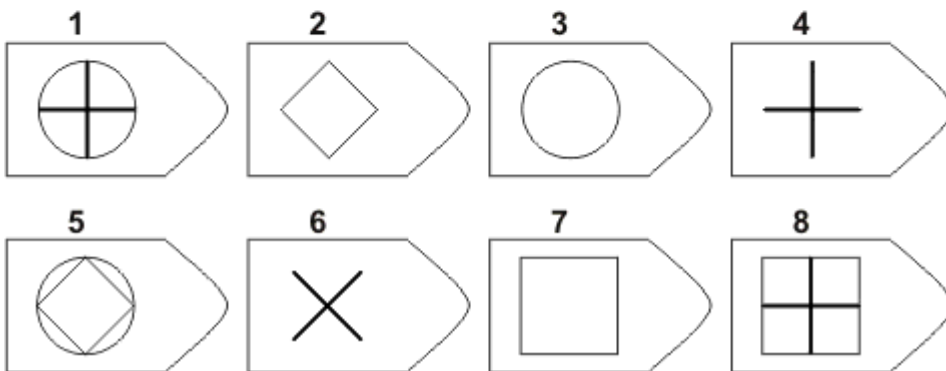


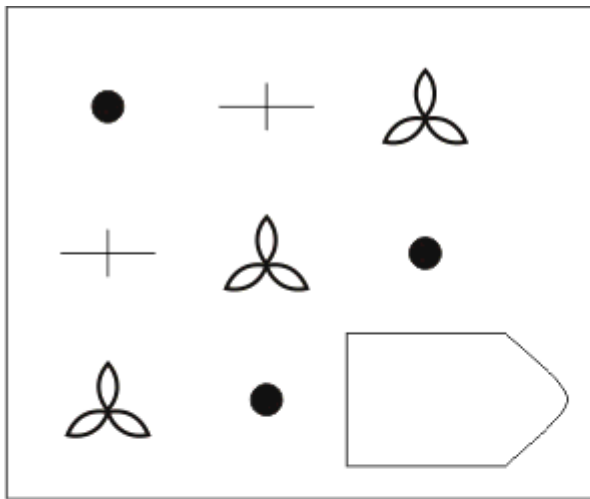


C₁₂

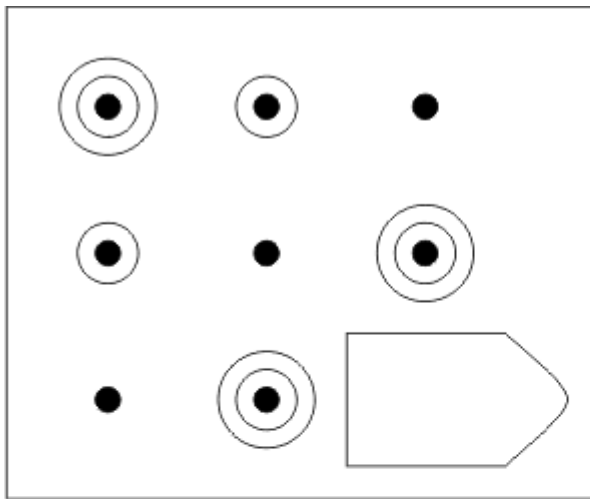
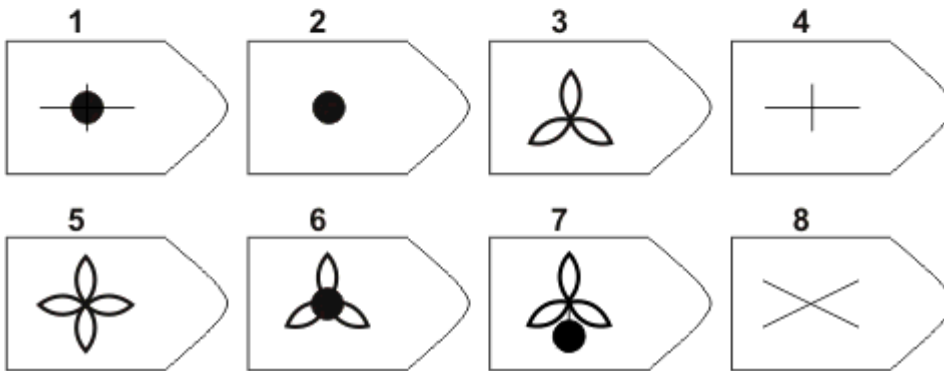


D₁

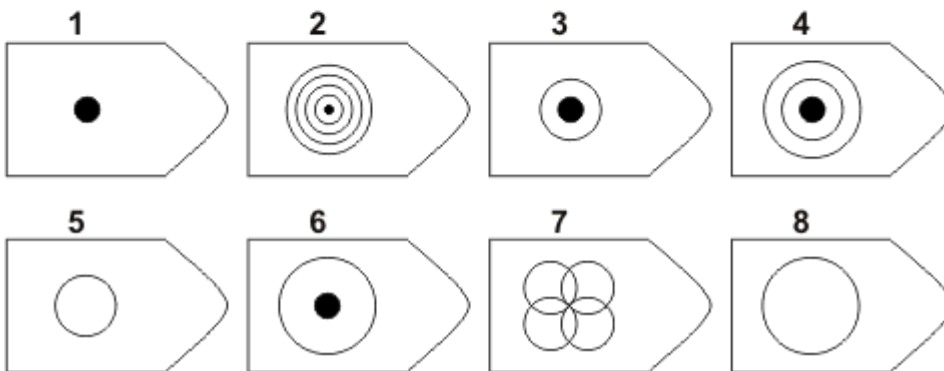


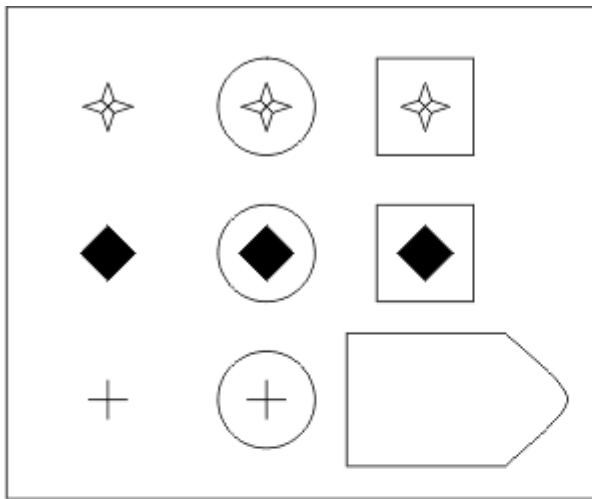


D_2

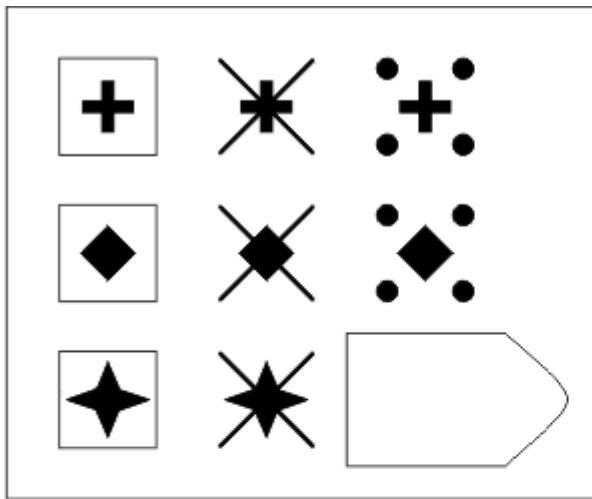
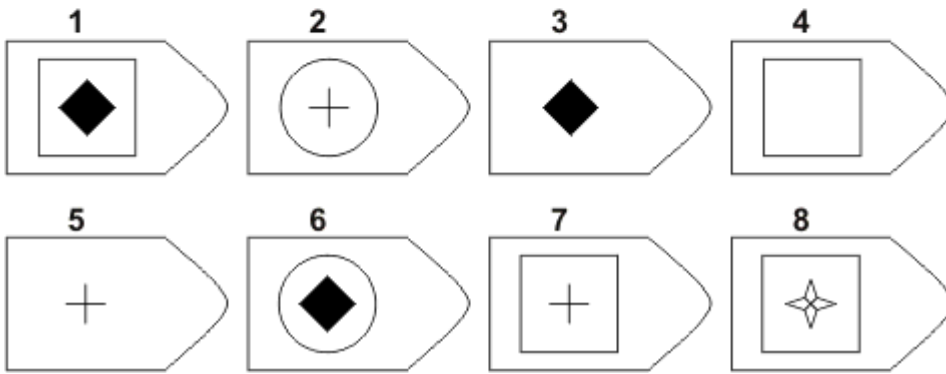


D_3

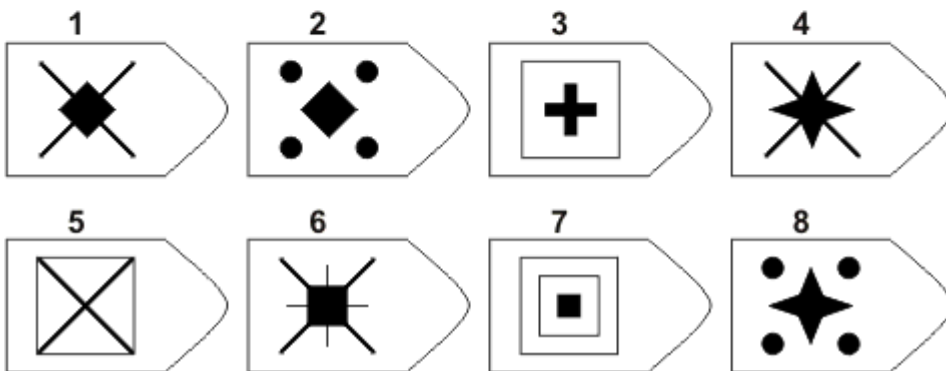


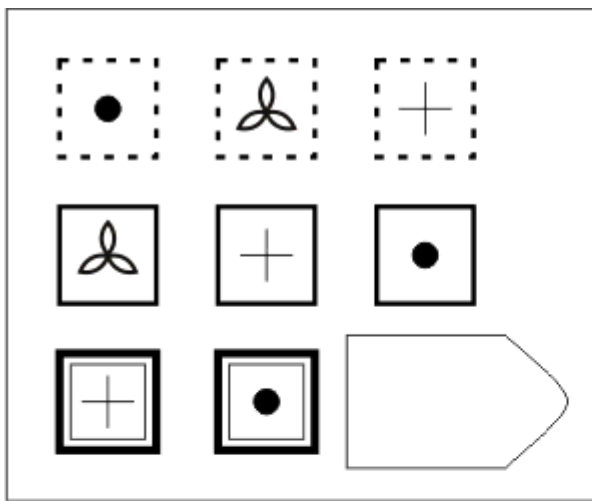


D₄

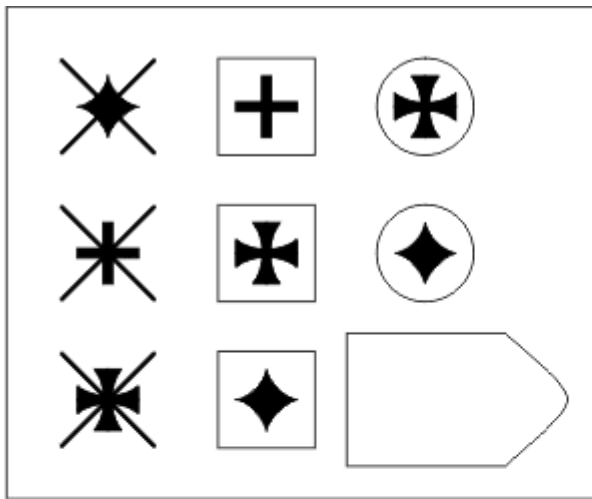
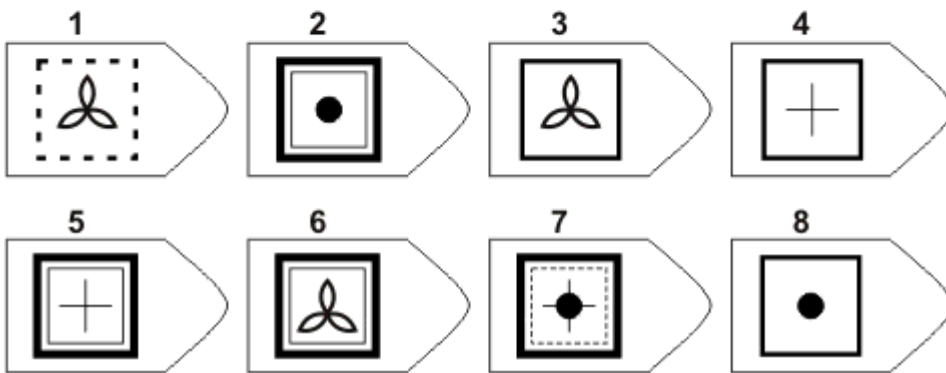


D₅

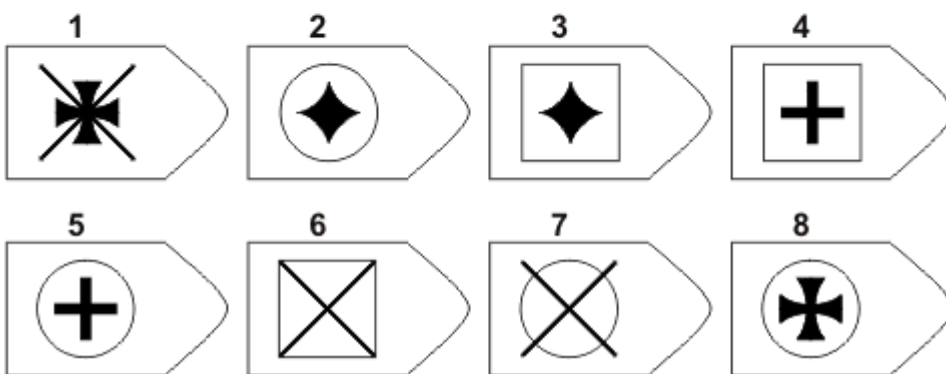


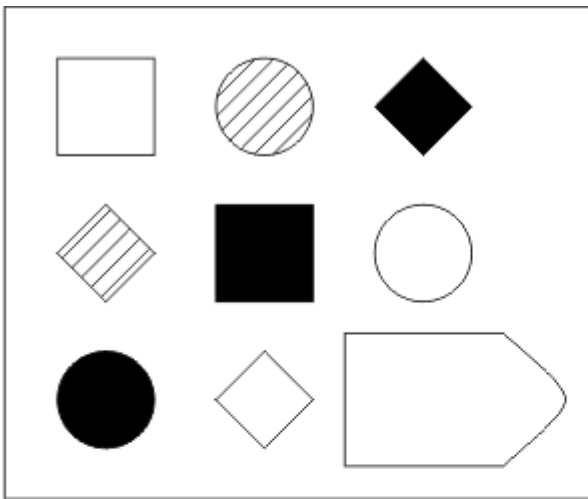


D₆

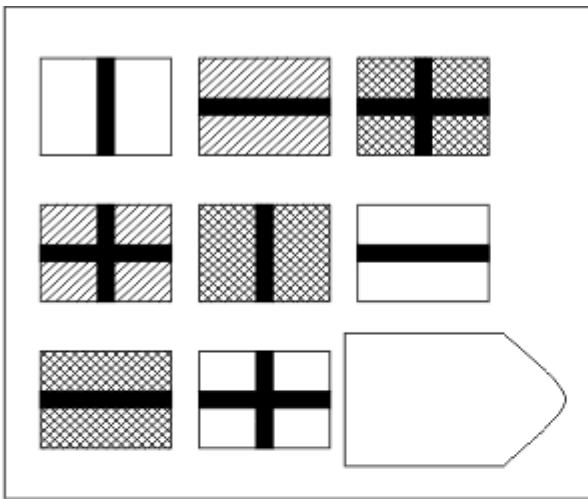
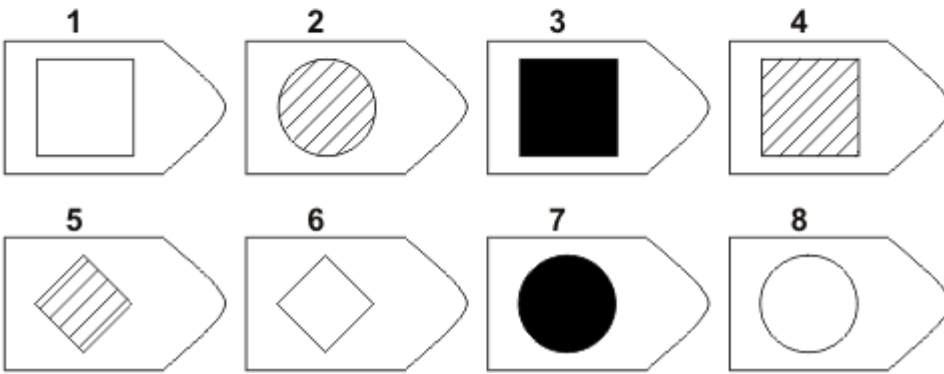


D₇

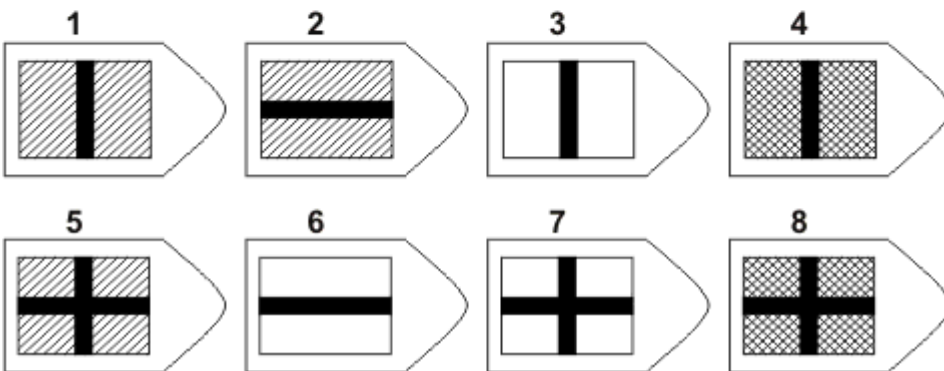


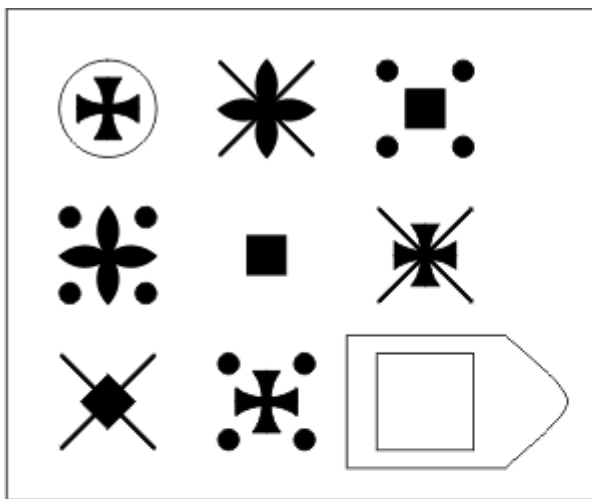


D₈

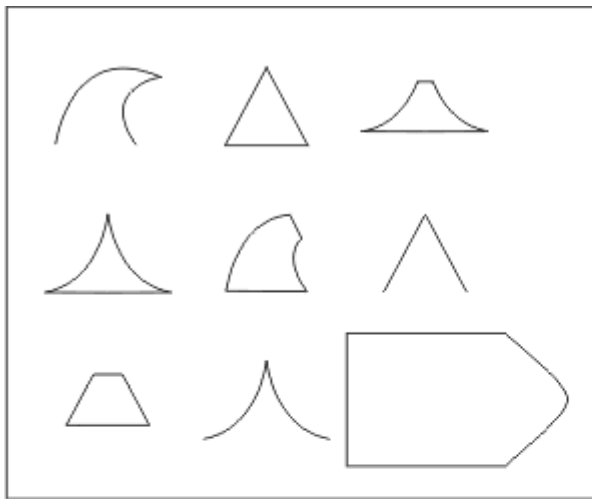
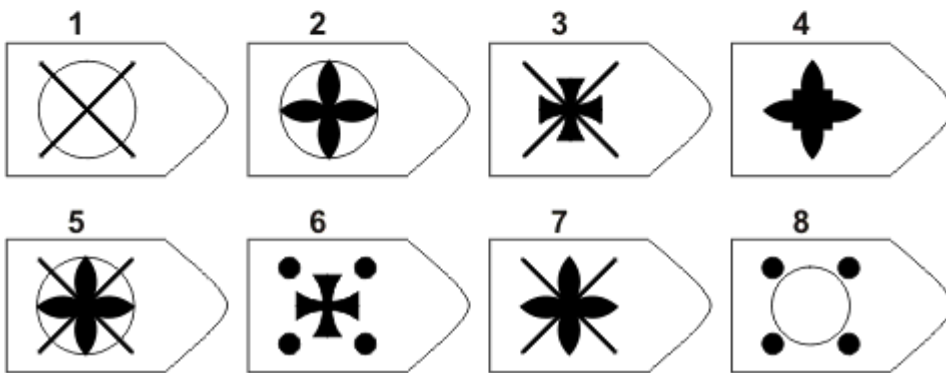


D₉

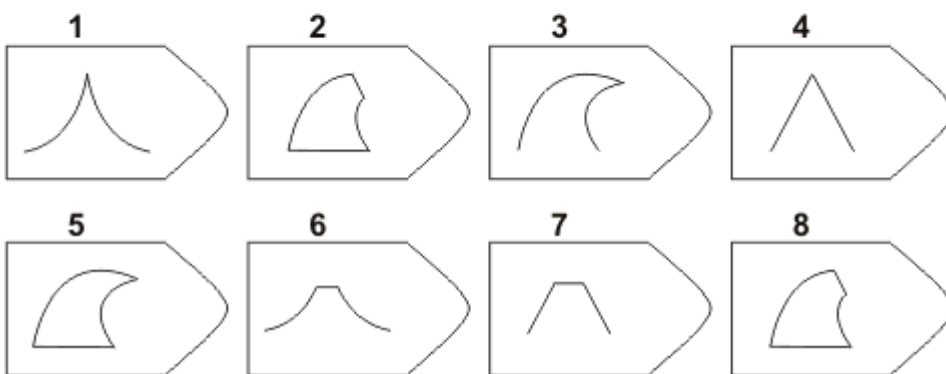


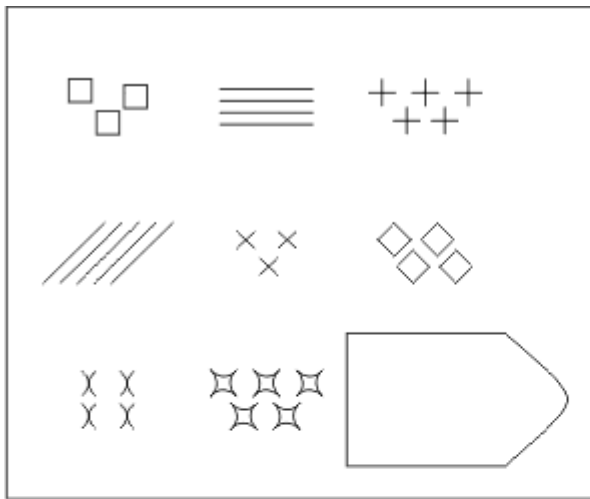


D₁₀

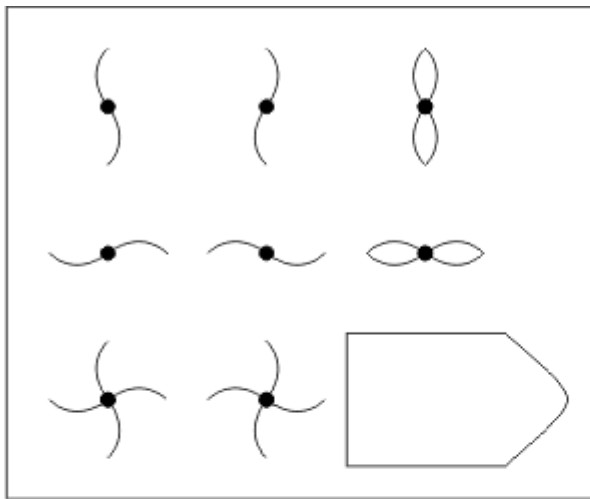
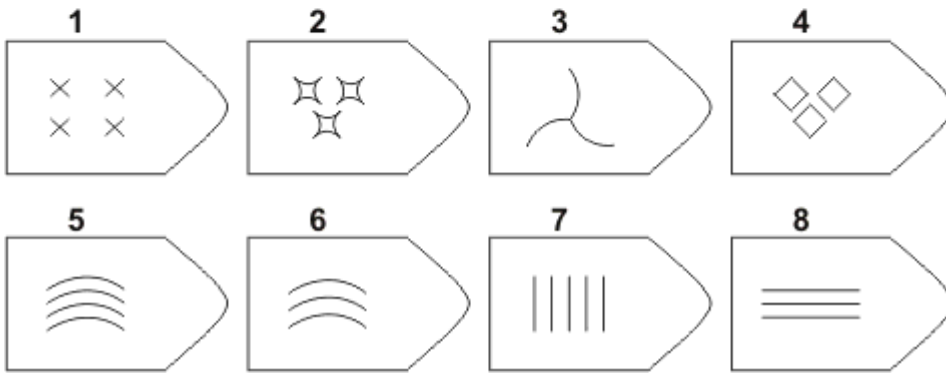


D₁₁

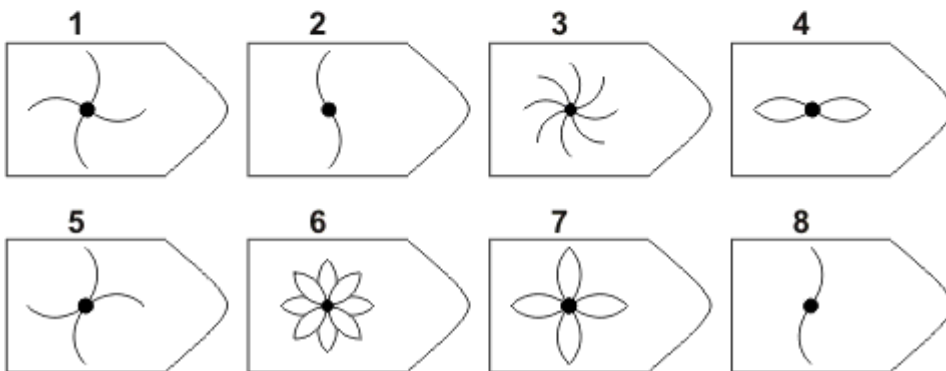


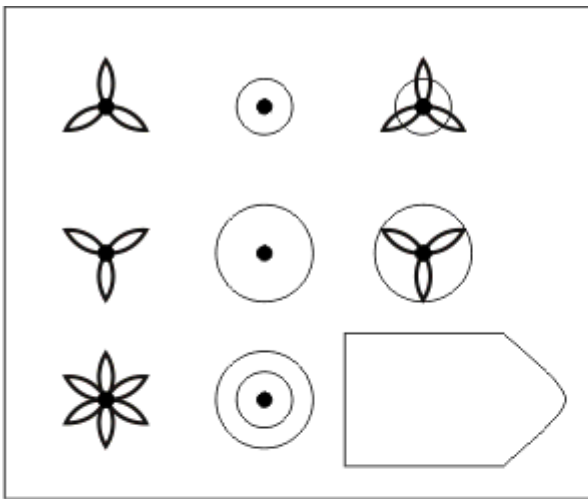


D₁₂

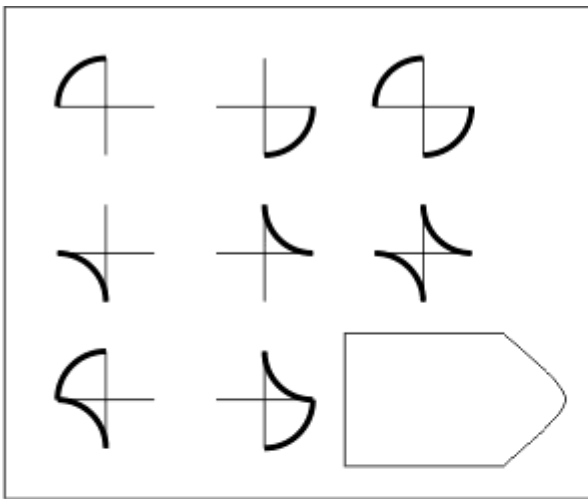
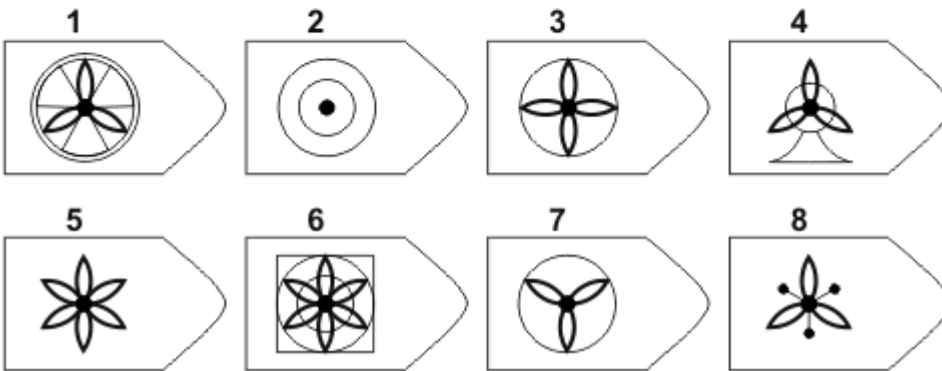


E₁

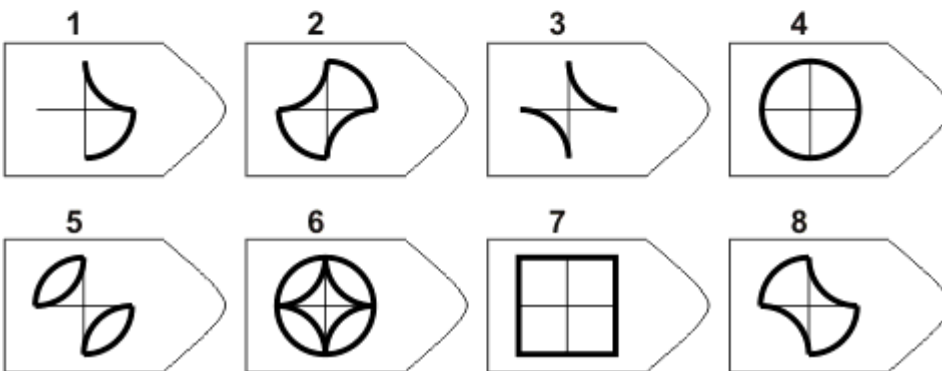


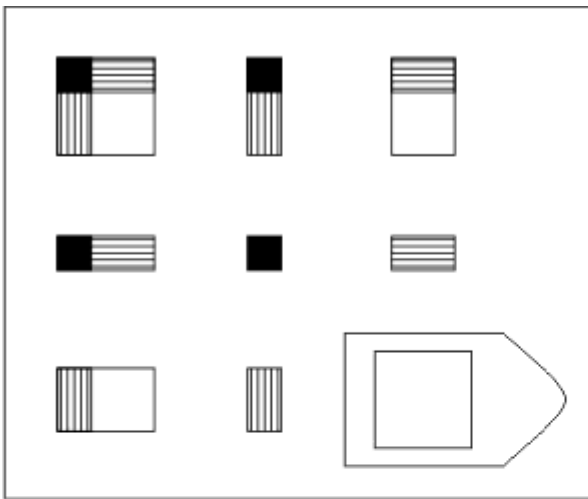


E_2

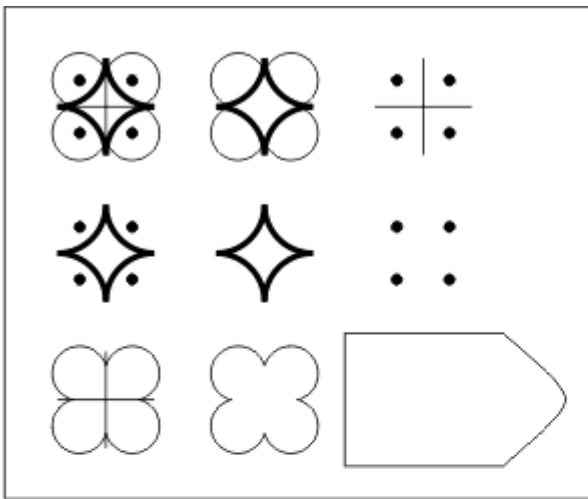
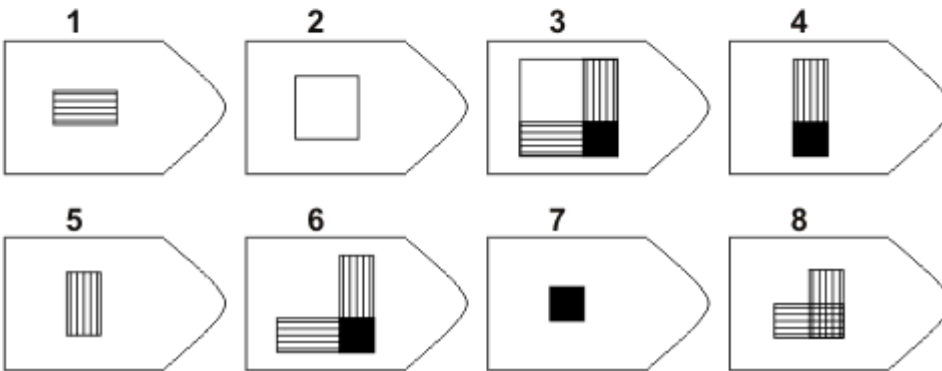


E_3

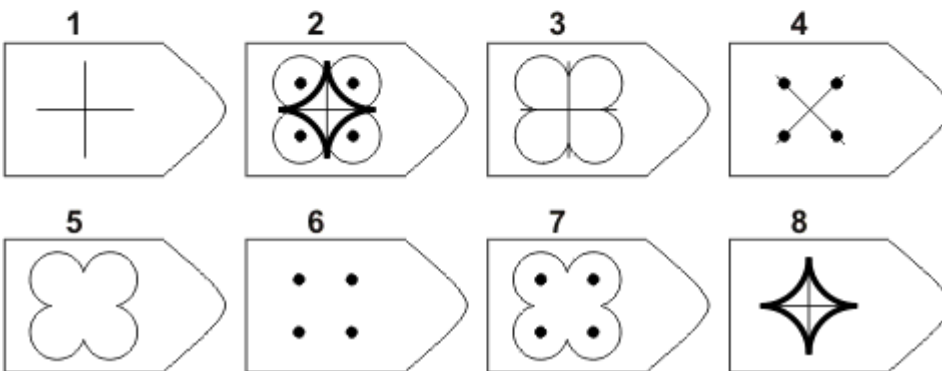


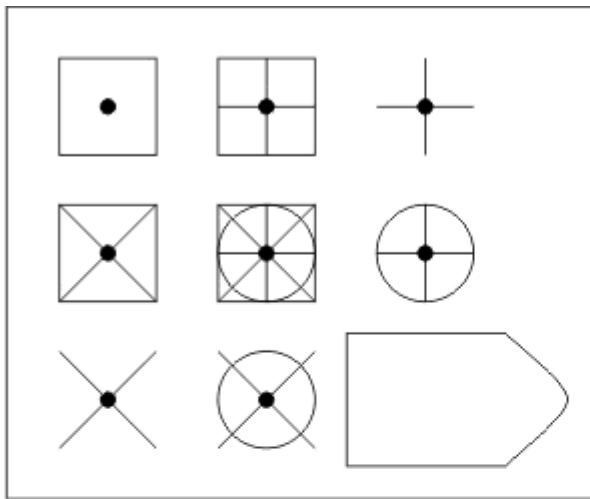


E₄

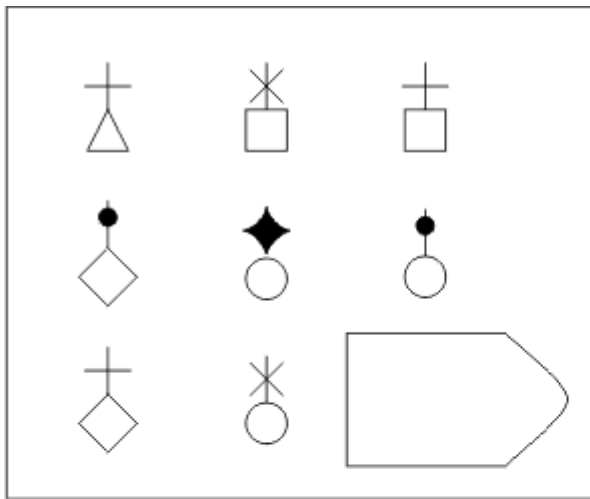
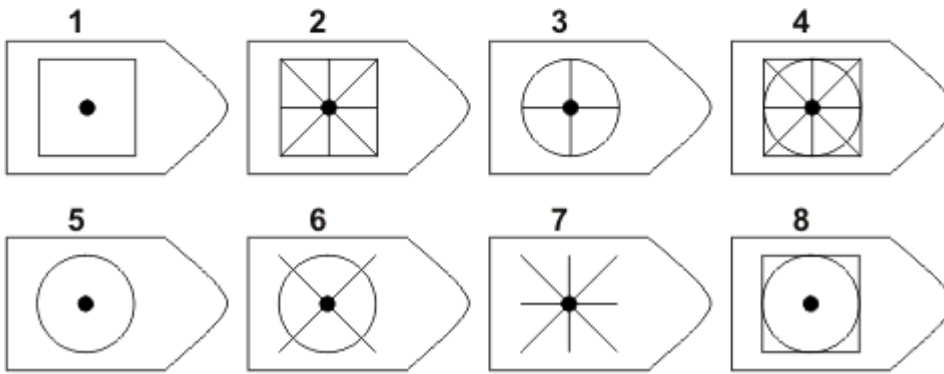


E₅

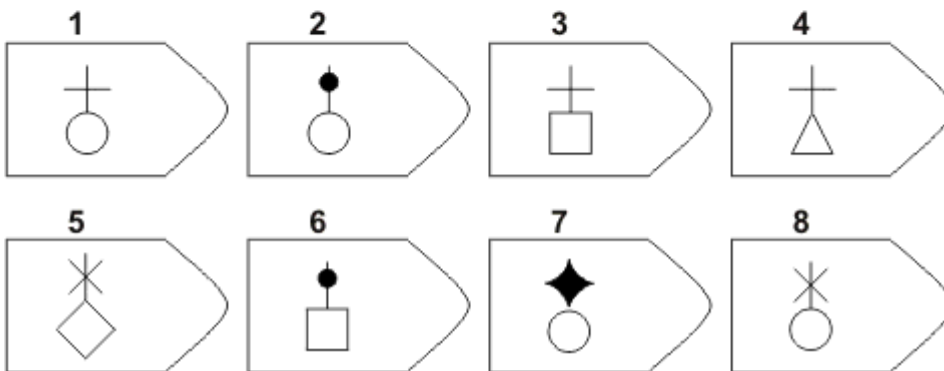


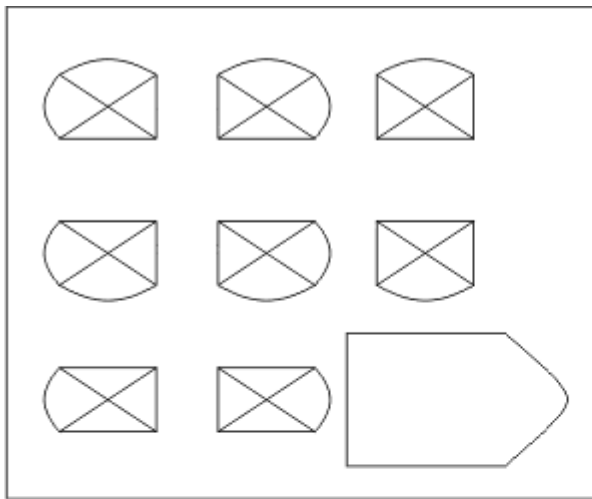


E₆

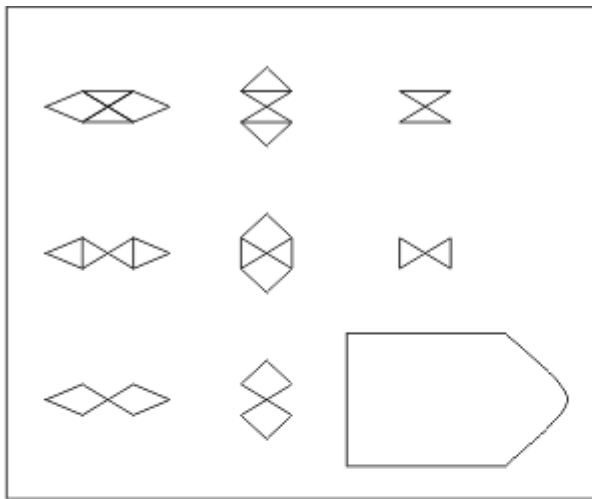
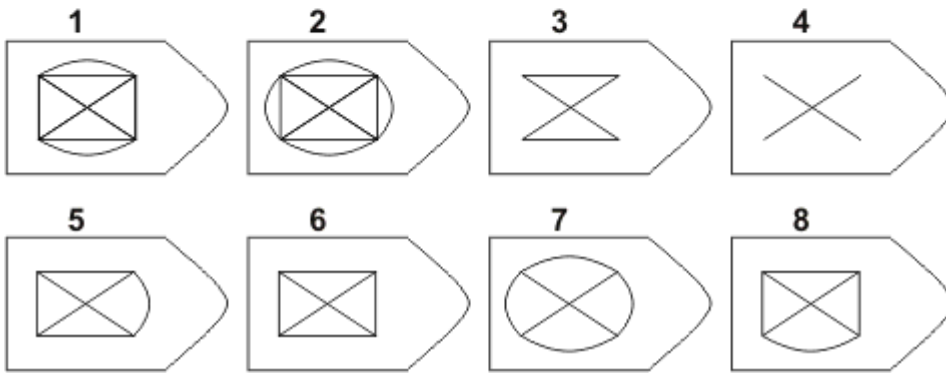


E₇

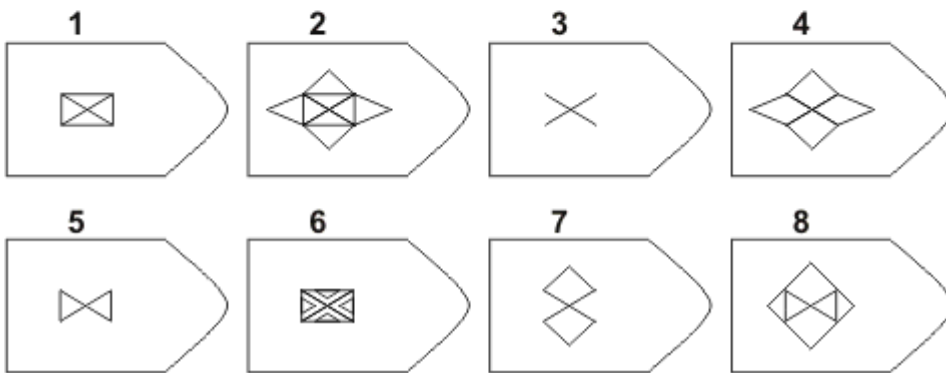


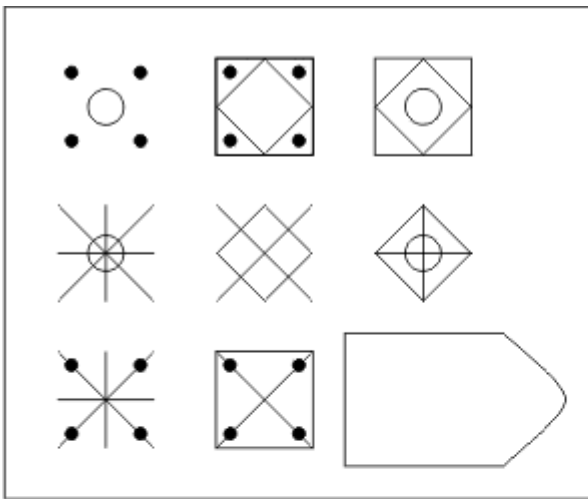


E₈

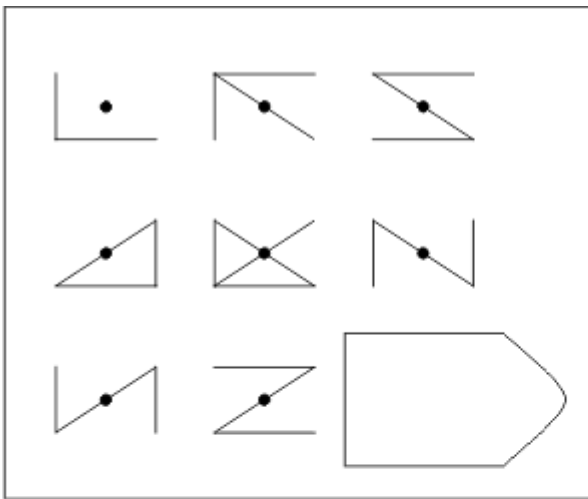
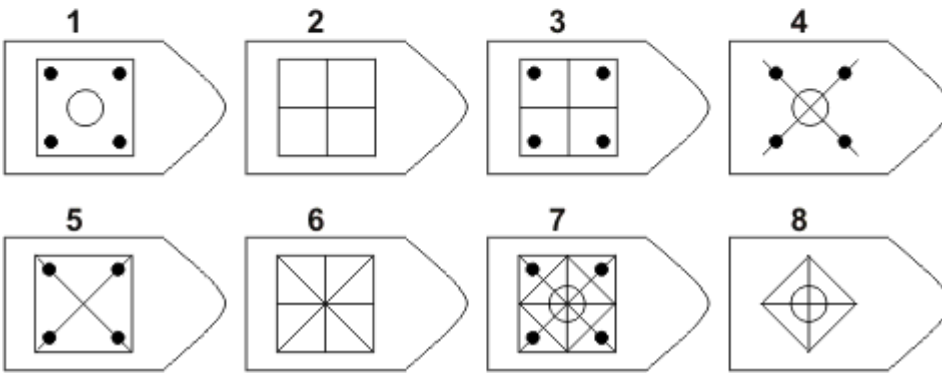


E₉

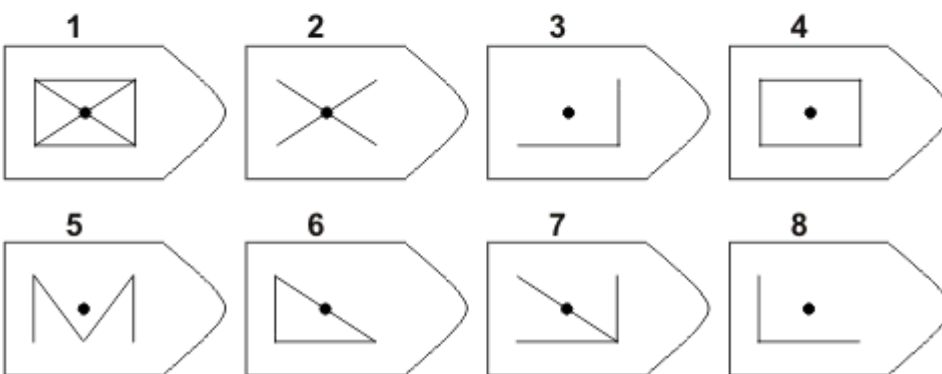


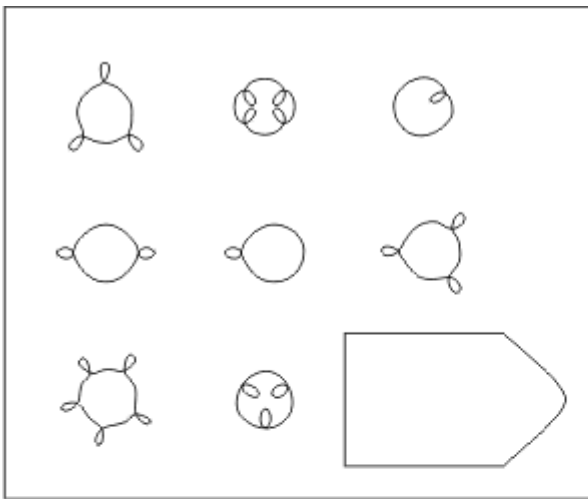


E₁₀

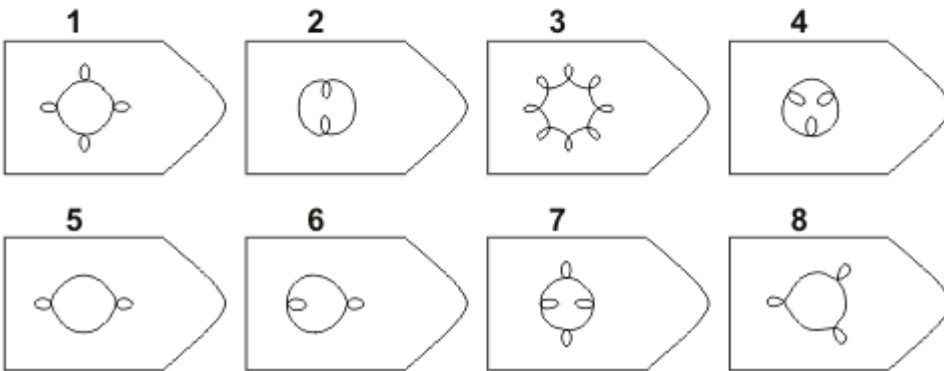


E₁₁





E₁₂



Бланк відповідей методики

№ завдання	Серія А	Серія В	Серія С	Серія D	Серія Е
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					

12					
Сума правильних відповідей					
Нормативний розподіл балов					

Ключ до тесту Равена

№	Серія А	Серія В	Серія С	Серія D	Серія Е
1	4	2	8	3	7
2	5	6	2	4	6
3	1	1	3	3	8
4	2	2	8	7	2
5	6	1	7	8	1
6	3	3	4	6	5
7	6	5	5	5	1
8	2	6	1	4	6
9	1	4	7	1	3
10	3	3	6	2	2
11	4	4	1	5	4
12	5	5	2	6	5

Результати оцінюються за кількістю правильно підібраних фрагментів по кожному завданню. Виділяється п'ять ступенів розвитку інтелекту по тесту Равена:

I ступінь – більше 57 вірних відповідей (балів), тобто більше 95% - особливо високорозвинутий інтелект.

II ступінь – від 45 до 57 балів (75 – 94%) – інтелект вище середнього.

III ступінь – від 15 до 45 балів (25 – 74%) – інтелект середній.

IV ступінь – від 3 до 15 балів (5 – 24%) – інтелект нижче середнього.

V ступінь – менше 3 балів (5%) – інтелектуальний дефект.

Залежно від віку діагностованого IQ обраховується за формулою:

$$IQ = (IQ_{в} / \%) * 100,$$

де % визначається за таблицею (Корректировка на вік):

Вік	14-30	35	40	45	50	55	60
-----	-------	----	----	----	----	----	----

%	100	97	93	88	82	76	70
---	-----	----	----	----	----	----	----

Заняття №9 (4 години)

Тема: *Емоційна сфера особистості.
Діагностика емоційної сфери*

Мета заняття:

1. Формування у слухачів знань про особливості емоційної сфери особистості.
2. Відпрацювання навичок діагностики емоційної сфери.

Хід заняття:

Теоретична частина

Емоційна сфера особистості. Поняття про емоції. Функції почуттів та емоцій. Роль емоцій у житті людини. Види емоцій. Базові емоції за Плутчиком. Фрустраційні емоції. Комунікативні емоції. Основні емоційні стани. Індивідуальні емоційні прояви.

Питання для обговорення:

1. На вашу думку, для чого потрібні людям емоції?
2. Чи є статеві особливості у вияві емоцій? Які?
3. Як ви опановуєте свої емоції?
4. Як наші емоції виявляються у спілкуванні з іншими людьми?

Практична частина

Завдання 1: Діагностика емоційної сфери: визначення оцінки самопочуття, активності і настрою. Методика САН. Досліджуваних просять співвіднести свій стан з низкою ознак за багатоступеневою шкалою. Шкала ця складається з індексів (3 2 1 0 1 2 3) і розташована між тридцятьма парами слів протилежного значення. Досліджуваний повинен вибрати і відзначити цифру, яка найбільш точно відображає його стан у момент обстеження.

При обробці ці цифри перекодовуються наступним чином: індекс 3, відповідний незадовільного самопочуттю, низької активності і поганому настрою, приймається за 1 бал; наступний за ним індекс 2 – за 2; індекс 1 – за 3 бали і так до індексу 3 з протилежного боку шкали, який відповідно приймається за 7 балів (врахуйте, що полюса шкали постійно змінюються). Отже, позитивні оцінки стану завжди отримують високі бали, а негативні низькі. За цими балами і розраховується середнє арифметичне як в цілому, так і окремо по шкалах.

Бланк методики

Хороше самопочуття	3	2	1	0	1	2	3	Погане самопочуття
Відчуваю себе сильним	3	2	1	0	1	2	3	Відчуваю себе слабким
Пасивний	3	2	1	0	1	2	3	Активний

Малорухливий	3	2	1	0	1	2	3	Рухливий
Веселий	3	2	1	0	1	2	3	Сумний
Хороший настрої	3	2	1	0	1	2	3	Поганий настрої
Працездатний	3	2	1	0	1	2	3	Розбитий
Повний сил	3	2	1	0	1	2	3	Безсилий
Повільний	3	2	1	0	1	2	3	Швидкий
Бездіяльний	3	2	1	0	1	2	3	Діяльний
Щасливий	3	2	1	0	1	2	3	Нещасний
Життєрадісний	3	2	1	0	1	2	3	Похмурий
Напружений	3	2	1	0	1	2	3	Розслаблений
Здоровий	3	2	1	0	1	2	3	Хворий
Безучасний	3	2	1	0	1	2	3	Захоплений
Байдужий	3	2	1	0	1	2	3	Схвильований
Захоплений	3	2	1	0	1	2	3	Похмурий
Радісний	3	2	1	0	1	2	3	Засмучений
Відпочивший	3	2	1	0	1	2	3	Втомлений
Свіжий	3	2	1	0	1	2	3	Виснажений
Сонливий	3	2	1	0	1	2	3	Збуджений
Бажання відпочити	3	2	1	0	1	2	3	Бажання працювати
Спокійний	3	2	1	0	1	2	3	Стурбований
Оптимістичний	3	2	1	0	1	2	3	Песимістичний
Витривалий	3	2	1	0	1	2	3	Стомлений
Бадьорий	3	2	1	0	1	2	3	Млявий
Міркувати важко	3	2	1	0	1	2	3	Міркувати легко
Розсіяний	3	2	1	0	1	2	3	Уважний
Повний надій	3	2	1	0	1	2	3	Розчарований
Задоволений	3	2	1	0	1	2	3	Незадоволений

Ключ

Шкала «самопочуття» – 1, 2, 7, 8, 13, 14, 19, 20, 25, 26.

Шкала «активність» – 3, 4, 9, 10, 15, 16, 21, 22, 27, 28.

Шкала «настрої» – 5, 6, 11, 12, 17, 18, 23, 24, 29, 30.

Завдання 2: Діагностика емоційної сфери: визначення рівня схильності до афективних станів за тестом «Схильність до афективних станів».

Дайте відповідь на нижченаведені ситуації: «+» – у випадку згоди або «-» – при незгоді.

Текст методики

1. Ви довго пам'ятаєте образи.
2. Практично постійно з'ясовуєте з кимось стосунки (або з однією і тією ж людиною, або з різними партнерами).
3. Вам дуже важко зробити перший крок до примирення, коли Вас хтось образив.

4. Довго переживаєте через несправедливість стосовно себе.
5. Дрібні неприємності зазвичай розповідаєте ближнім, шукаючи співчуття.
6. Часто подумки з'ясовуєте свої стосунки з кривдником («висловлюєте» йому, що думаєте, доводите свою правоту тощо).
7. Посварившись з близькою людиною, можете не розмовляти з нею по довгий час.
8. Довго переживаєте, що з Вами трапилася неприємна історія, Ви допустили помилку в роботі/навчанні тощо.
9. Довго переживаєте конфлікти з близькими людьми.
10. Після конфлікту вдома (на роботі/навчанні) буваєте до того засмучені до такої міри, що йти додому (на роботу/навчання) Вам здається просто нестерпним.
11. Часто важко засинаєте через те, що проблеми прожитого або майбутнього дня весь час крутяться у ваших думках.
12. Не в змозі відволіктися від важких проблем, що потребують вирішення.

Обробка результатів

Підрахуйте кількість ствердних відповідей за усіма питаннями тесту.

Чим більше ствердних відповідей отримано діагностованим, тим більше дисфункціональним є стереотип його емоційної поведінки: 10 – 12 балів – афективність є невід'ємною рисою вашого характеру; 5 – 9 балів – афективність властива вам, можливо досягла рівня тенденції; 4 бали і менше – вам не властиві дисфункціональні афективні стани.

Завдання 3: Діагностика емоційної сфери: визначення рівня схильності до афективних станів за тестом «Схильність до зниженого настрю».

Дайте відповідь на нижченаведені ситуації: «+» – у випадку згоди або «-» – при незгоді.

Текст методики

1. Ви часто сумуєте.
2. Вам важко бути абсолютно безтурботно веселим, «відключитися» від усіх турбот.
3. Вас важко чим-небудь порадувати.
4. Оцінюєте життя в цілому песимістично.
5. У майбутньому не очікуєте радості.
6. У вас часто дещо пригнічений настрій.
7. Життя здається Вам важким.
8. Ви байдужі до анекдотів (або не любите їх).
9. У розмові не активні.
10. У Вас часто з'являються похмурі думки.
11. Хороша сонячна погода не викликає у вас душевного підйому.
12. Ви відчуваєте себе не зовсім затишно в галасливій, веселій компанії.

Обробка результатів

Підрахуйте кількість ствердних відповідей за усіма питаннями тесту.

Якщо Ви отримали 10 – 12 балів – у діагностованого дистимія, постійно знижений настрій, що визначає стиль усього життя; 5 – 9 балів – помітна тенденція до

зниженого настрою; 4 бали і менше – такої тенденції у емоційному стереотипі опитуваного немає.

Заняття №10 (4 години)

Тема: Поняття почуттів.

Особливості діагностики почуттів

Мета заняття:

1. Формування у слухачів знань про почуття.
2. Відпрацювання навичок діагностики почуттів.

Хід заняття:

Теоретична частина

Поняття почуттів. Поняття про почуття в психології. Функції почуттів. Роль почуттів у практичній та пізнавальній діяльності. Види почуттів. Форми переживання почуттів. Характерні особливості почуттів.

Питання для обговорення:

1. Яка відмінність між емоціями та почуттями?
2. Як можна маніпулювати емоціями та почуттями особистості?
3. Які почуття пов'язані з цінностями особистості?

Практична частина

Завдання 1: Діагностика почуттів за методикою Діагностика рівня полікомунікативної емпатії (І. Юсупова).

Досліджуваний повинен оцінити, якою мірою він з ним згоден або не згоден, використовуючи варіанти відповідей: «не знаю», «ніколи»/»ні», «іноді», «часто»/»майже завжди», «завжди», «так». Кожному варіанту відповіді відповідає числове значення: 0,1,2,3,4,5.

Текст опитувальника

1. Мені більше подобаються книги про подорожі, ніж книги із серії «Життя видатних людей».

2. Дорослих дітей дратує турбота батьків.

3. Мені подобається міркувати про причини успіхів та невдач різних людей.

4. Серед всіх музичних телепередач кращими вважаються «Сучасні ритми».

5. Надмірну дратівливість і несправедливі нарікання хворого потрібно терпіти, навіть якщо вони тривають роками.

6. Хворій людині можна допомогти, навіть словом.

7. Сторонім людям не слід втручатися в конфлікт між двома людьми.

8. Старі люди як правило ображаються без причин.

9. Коли в дитинстві я слухав сумну історію, на мої очі самі по собі наверталися сльози.

10. Роздратований стан моїх батьків впливає на мій настрій.

11. Я байдужий критиці в свою сторону.

12. Мені більше подобається розглядати портрети ніж картини і пейзажі.

13. Я завжди вибачав все батькам, навіть якщо вони були не праві.

14. Якщо кінь погано тягне, потрібного його шмагати.
15. Коли я читаю про драматичні події в житті людей, то відчуваю, немов це відбувається зі мною.
16. Батьки ставляться до своїх дітей справедливо.
17. Бачачи підлітків або дорослих, які сваряться я втручаюсь.
18. Я не звертаю увагу на поганий настрій своїх батьків.
19. Я довго спостерігаю за поведінкою тварин, відкладаючи інші справи.
20. Фільми та книги можуть викликати сльози тільки у несерйозних людей.
21. Мені подобається спостерігати за виразом обличчя і поведінкою незнайомих мені людей.
22. В дитинстві я приводив додому бездомних кішок і собак.
23. Всі люди необґрунтовано озлоблені.
24. Дивлячись на сторонню людину, мені хочеться вгадати, як складеться її життя.
25. У дитинстві молодші за віком ходили за мною слідом.
26. При вигляді покаліченої тварини, я намагаюся їй допомогти.
27. Людині стане легше якщо уважно вислухати її скарги.
28. Побачивши вуличну подію, я намагаюся не потрапляти в число свідків.
29. Молодшим подобається коли я пропоную ним свою ідею, справу або розваги.
30. Люди перебільшують здатність тварин відчувати настрій свого господаря.
31. В важкій конфліктній ситуації людина повинна виходити самостійно.
32. Якщо дитина плаче на це є свої причини.
33. Молодь повинна завжди задовольняти будь-які прохання і дивацтва людей похилого віку.
34. Мені хотілося б розібратися чому деякі мої однокласники були задумливі.
35. Безпритульних домашніх тварин слід відловлювати і знищувати.
36. Якщо мої друзі починають обговорювати зі мною свої особисті проблеми я стараюся перевести тему.

Обробка результатів.

Слід починати з визначення достовірності даних. Для цього необхідно підрахувати скільки відповідей певного типу дано на вказаний номер твердження опитувальника:

«не знаю»: 2, 4, 16, 18, 33;

«завжди або так»: 2, 7, 11, 13, 16, 18, 23.

Крім того, слід виявити, скільки раз відповідь типу «завжди» або «так» отриманими на два твердження в наступних парах:

7 і 17; 10 і 18; 17 і 31; 22 і 35; 34 і 36;

Скільки раз відповідь типу «завжди» або «так» отримана для одного із тверджень, а відповідь типу «ніколи» або «ні» для іншого в наступних парах: 3 і 36; 1 і 3; 17 і 28. Після цього додаються результати окремих підрахунків. Якщо загальна сума 5 або більше, то результат дослідження недостовірний; при сумі, рівній 4, результат сумнівний; якщо ж сума не більше 3, результат дослідження може бути визнаний достовірним.

При не достовірних і сумнівних результатах доцільно, якщо це можливо, в'яснити

причини відношення досліджуваного до дослідження. Слід мати на увазі, що крім небажання обстежитися або прагнення навмисно давати суперечливі, не щирі відповіді, не достовірні результати можуть бути обумовлені, наприклад, порушення деяких психічних функцій, з розвитку, а також соціальним інфантилізмом.

При достовірних результатах дослідження подальша обробка даних направлена на отримання кількісних показників емпатії і її рівня.

Єдина метрична уніполярна шкала інтервалів дозволяє, користуючись ключем-дешифратором, отримати характеристику емпатії на підставі даних, які представляють всі діагностичні шкали і дають характеристику окремих складових емпатії.

Ключ

Шкала		Номер твердження
Номер	Прояв емпатії	
1	Батькам	10, 13, 16
2	Тваринам	19, 22, 26
3	Людям похилого віку	2, 5, 8
4	Дітям	25, 29, 32
5	Героям художніх творів	9, 12, 15
6	Незнайомим чи мало знайомим людям	21, 24, 27

За допомогою таблиці на підставі отриманих бальних оцінок діагностується рівень емпатії по кожній зі складових і в цілому.

Рівень	Кількість балів	
	За шкалами	Всього
Дуже високий	15	82-90
Високий	13-14	63-81
Середній	5-12	37-62
Низький	2-4	12-36
Дуже низький	0-1	5-11

Рівневі характеристики емпатії:

82 до 90 балів – це дуже високий рівень емпатійності. У вас болісно розвинено співпереживання. В спілкуванні ви, як барометр, тонко реагуєте на настрої співрозмовника, який ще не встиг сказати, ані слова. Ви погано відчуваєте себе в оточенні «важких» людей. Дорослі й діти охоче довіряють вам свої таємниці і йдуть за порадою. Ви часто відчуваєте комплекс провини, побоюючись завдати людям клопоти; не тільки словом, а й поглядом. Переживання за рідних і близьких не полишає вас. Ви дуже ранимі. Будучи засмученими ви потребуєте емоційної підтримки зі сторони.

63 - 81 бали – високий рівень розвитку емпатії. Такі особи зі справжнім інтересом ставляться до людей, їм подобається «читати» інших. Вони емоційно чутливі, швидко встановлюють контакти та знаходять спільну мову. Оточуючі цінують їх за щирість. Вони намагаються не допускати конфліктів, знаходити компромісні рішення. Добре переносять критику на свою адресу. В

оцінці подій більше довіряють своїм почуттям та інтуїції, ніж аналітичним висновкам. Віддають перевагу праці з людьми, ніж наодинці. Постійно потребують схвалення своїх дій з боку оточуючих.

37 - 62 балів – середній рівень розвитку емпатії. Таких осіб можна віднести як до числа «товстошкірих», так й до чутливих осіб. У взаєминах із людьми міркують про інших насамперед по вчинках, менше цікавлячись їх мотивами. Здебільшого тримають свої емоції під контролем. Уважні до співрозмовника, намагаються зрозуміти, що стоїть за його словами, однак при зайвому виявленні ним почуттів втрачають терпіння. У них немає розкутості у почуттях, що заважає певному сприйняттю оточуючих та є перешкодою у становленні повноцінних взаємин співробітництва з іншими.

12 - 36 балів – низький рівень розвитку емпатії. Ця категорія осіб відчуває суттєві труднощі у налагодженні взаємин з оточуючими, їм дискомфортно в гучних компаніях. Для них незрозумілі емоційні прояви зі сторони інших, вони ставляться до них з іронією. Таким особам часто важко першими почати розмову, особливо в ситуації з незнайомими людьми. Їх взаємини з оточуючими формалізовані, побудовані здебільшого за статусно-рольовим принципом.

11 балів і менше – дуже низький рівень розвитку емпатії. Надмірна концентрація на власній персоні створює труднощі у порозумінні з оточуючими. Це особи – прихильники точних формулювань і раціональних вирішень. Вони надають перевагу роботі, де контакти з людьми зведено до мінімуму. Можуть бути високопродуктивними в індивідуальній роботі, однак у взаємодії з іншими виглядають далеко не у кращому світлі. Болісно сприймають критику на свою адресу.

Завдання 2: Діагностика почуттів: визначення рівня емоційного інтелекту за методикою діагностика емоційного інтелекту (Н.Холл).

Методика призначена для виявлення здібності особистості розуміти відносини, що репрезентуються в емоціях, і керувати своєю емоційною сферою на основі прийняття рішень. Потрібно оцінити кожне твердження, виходячи зі ступеня згоди з ним:

- абсолютно не згоден (-3 бали);
- не згоден (-2 бали);
- частково не згоден (-1 бал);
- частково згоден (+1 бал);
- згоден (+2 бали);
- абсолютно згоден (+3 бали).

Тестовий матеріал

1. Для мене як негативні, так і позитивні емоції слугують джерелом знання про те, як поступати в житті.
2. Негативні емоції допомагають мені зрозуміти, що я повинен змінити у своєму житті.
3. Я спокійний, коли відчуваю тиск збоку.
4. Я здатний спостерігати зміну своїх почуттів.

5. Коли потрібно, я можу бути спокійним і зосередженим, щоб діяти відповідно до запитів життя.
6. Коли треба, я можу викликати в себе широкий спектр позитивних емоцій, таких як веселощі, радість, внутрішній підйом і гумор.
7. Я стежу за тим, як себе почуваю.
8. Після того, як щось засмутило мене, я можу легко впоратися зі своїми почуттями.
9. Я здатний вислуховувати розповіді про проблеми інших людей.
10. Я не зациклююся на негативних емоціях.
11. Я чутливий до емоційних потреб інших.
12. Я можу діяти на інших людей заспокійливо.
13. Я можу змусити себе знову й знову встати перед обличчям перешкоди.
14. Я намагаюся підходити до життєвих проблем творчо.
15. Я адекватно реагую на настрої, спонукання й бажання інших людей.
16. Я можу легко входити в стан спокою, готовності та зосередженості.
17. Коли є час, я звертаюся до своїх негативних почуттів і з'ясовую, у чому проблема.
18. Я здатний швидко заспокоїтися після несподіваного засмучення.
19. Знання моїх справжніх почуттів важливе для підтримки «хорошої форми».
20. Я добре розумію емоції інших людей, навіть якщо вони не виражені відкрито.
21. Я можу добре розпізнавати емоції за виразом обличчя.
22. Я можу легко відкинути негативні почуття, коли потрібно діяти.
23. Я добре вловлюю знаки в спілкуванні, які вказують на те, чого потребують інші.
24. Люди вважають мене добрим знавцем переживань інших.
25. Люди, які усвідомлюють свої справжні почуття, краще управляють своїм життям.
26. Я спроможний поліпшити настрій інших людей.
27. Зі мною можна порадитися щодо питань відносин між людьми.
28. Я добре налаштовуюся на емоції інших людей.
29. Я допомагаю іншим використовувати їх спонукання для досягнення особистих цілей.
30. Я можу легко відключитися від переживання неприємностей.

Ключ:

Шкала «Емоційна обізнаність» – пункти 1, 2, 4, 17, 19, 25. Шкала «Управління своїми емоціями» (емоційна відхідливість, емоційна неригідність) – пункти 3, 7, 8, 10, 18, 30. Шкала «Самотивація» (довільне керування своїми емоціями) – пункти 5, 6, 13, 14, 16, 22. Шкала «Емпатія» – пункти 9, 11, 20, 21, 23, 28. Шкала «Розпізнавання емоцій інших людей» (уміння впливати на емоційний стан інших) – пункти 12, 15, 24, 26, 27, 29.

Рівні парціального емоційного інтелекту відповідно до знаку результатів: 14 і більше – високий; 8–13 – середній; 7 і менше – низький.

Інтегративний рівень емоційного інтелекту з урахуванням домінуючого знака визначається за такими кількісними показниками: 70 і більше – високий; 40–69 – середній; 39 і менше – низький.

Заняття №11 (2 години)

Тема: *Вольова активність особистості.*

Мета заняття:

Формування у слухачів знань про вольову активність особистості.

Хід заняття:

Теоретична частина

Вольова активність особистості. Поняття про волю в психології. Вольові дії. Вольові зусилля. Класифікація вольових якостей особистості. Вольові особливості особистості. Вольова активність людини. Типи вольової активності. Поняття локусу контролю. Розвиток виховання вольової активності людини.

Питання для обговорення:

1. На вашу думку, які є ознаки вольових дій?
2. В чому виявляється слабкість та сила волі особистості?
3. Які функції волі?
4. Чи могли б ви себе назвати людиною з сильною волею? Чому?
5. Як воля пов'язана з іншими психологічними характеристиками особистості?

Практична частина

Завдання 1: Діагностика вольових якостей особистості за тестом-опитувальником А.В. Зверкова й Е.В. Ейдмана.

Текст методики

1. Якщо щось не клеїться, у мене нерідко з'являється бажання кинути цю справу.
2. Я не відмовляюся від своїх планів і справ, навіть якщо доводиться вибирати між ними й приємною компанією.
3. При необхідності мені неважко стримати вибух гніву.
4. Звичайно я зберігаю спокій чекаючи приятеля, що спізнюється до призначеного часу.
5. Мене важко відволікти від початої роботи.
6. Мене сильно вибиває з колії фізичний біль.
7. Я завжди намагаюся вислухати співрозмовника, не перебиваючи, навіть якщо не терпиться йому заперечити.
8. Я завжди «гну» свою лінію.
9. Якщо треба, я можу не спати ніч безперервно (наприклад, робота, чергуванні) і весь наступний день бути в «гарній формі».
10. Мої плани занадто часто перекреслюються зовнішніми обставинами.
11. Я вважаю себе терплячою людиною.
12. Не так-то просто мене змусити себе холодокровно спостерігати хвилююче видовище.
13. Мені рідко вдається змусити себе продовжувати роботу після серії образливих невдач.
14. Якщо я ставлюся до когось погано, мені важко приховувати свою неприязнь до нього.

15. При необхідності я можу займатися своєю справою у незручній і невідповідній обстановці.
16. Мені сильно ускладнює роботу розуміння того, що їй необхідно будь-що зробити на певний термін.
17. Вважаю себе рішучою людиною.
18. З фізичною втомою я справляюся легше, ніж інші.
19. Краще почекати ліфт, чим підніматися по сходам.
20. Зіпсувати мені настрої не так-то просто.
21. Іноді якась дрібниця опановує моїми думками, не дає спокою, і я ніяк не можу її спекатись.
22. Мені важче зосередитися на завданні або роботі, чим іншим.
23. Переспорити мене важко.
24. Я завжди прагну довести почату справу до кінця.
25. Мене легко відволікти від справ.
26. Я іноді розумію, що намагаюся домогтися свого всупереч об'єктивним обставинам.
27. Люди часом заздять моєму терпінню й скрупульозності.
28. Мені важко зберегти спокій у стресовій ситуації.
29. Я розумію, що під час монотонної роботи мимоволі починаю змінювати спосіб дії, навіть якщо це часом приводить до погіршення результатів.
30. Мене зазвичай сильно дратує, коли «перед носом» зачиняються двері транспорту, що йде, або ліфта.

Обробка результатів

Ціль обробки результатів - визначення величин індексів вольової самоконтролю по пунктах загальної шкали (З) та індексів по субшкалам «наполегливість» (Н) і «самовладання» (С).

Кожен індекс – це сума балів, отримана при підрахунку збігів відповідей випробуваного із ключем загальної шкали або субшкали.

У опитувальнику 6 маскувальних тверджень. Тому загальний сумарний бал по шкалі “З” повинен перебувати у діапазоні від 0 до 24, по субшкалі «наполегливість» – від 0 до 16 та по субшкалі «самовладання» – від 0 до 13:

Для підрахунку індексів вольового самоконтролю

Загальна шкала: 1-, 2+, 3+, 4+, 5+, 6-, 7+, 9+, 10-, 11+, 13-, 14-, 16-, 17+, 18+, 20+, 21-, 22-, 24+, 25-, 27+, 28-, 29-, 30-.

«Наполегливість»: 1-, 2+, 5+, 6-, 9+, 10-, 11+, 13-, 16-, 17+, 18+, 20+, 22-, 24+, 25-, 27+.

«Самовладання»: 3+, 4+, 5+, 7+, 13-, 14-, 16-, 21-, 24+, 27+, 28-, 29-, 30-.

Заняття № 12 (2 години)

Тема: Мотиваційна сфера особистості

Мета заняття:

Формування у слухачів знань про мотиваційну сферу особистості.

Хід заняття:

Теоретична частина

Мотиваційна сфера особистості. Поняття мотиву та мотивації в психології. Процесуальний та результативний компоненти мотивації. Види мотивів. Ієрархія та зміна мотивів. Спрямованість особистості, види спрямованості. Поняття інтересу та рівня домагань у психології.

Питання для обговорення:

1. На вашу думку, чи може зовнішня мотивація трансформуватися у внутрішню? За яких умов?
2. Як може виявлятися мотив самоствердження та влади?
3. Від чого залежить рівень домагань особистості?

Практична частина

Завдання 1: Мотиваційна сфера особистості: Експерс-діагностика рівня особистісної фрустрації (В.Бойко). Діагностованим пропонується дати відповіді на запропоновані ситуації. У випадку згоди з твердженням – «+», незгоди – «-».

Текст методики:

- 1) Ви задрите успішності своїх знайомих.
- 2) Ви незадоволені стосунками в сім'ї.
- 3) Ви вважаєте, що гідні кращої долі.
- 4) Ви вважаєте, що могли б досягти більшого в особистому житті і в роботі, якби не певні обставини.
- 5) Вас засмучує те, що не здійснюються плани і мрії.
- 6) Ви часто приховуєте зло чи образу на когось.
- 7) Вас злить те, що комусь щастить в житті більше ніж вам.
- 8) Вас засмучує те, що вам не вдається відпочивати чи проводити вільний час так як хочеться.
- 9) Ваше матеріальне становище пригнічує вас.
- 10) Ви вважаєте, що життя проходить повз вас (проходить даремно)
- 11) Хтось чи щось постійно пригнічує вас.
- 12) Невирішення побутових проблем виводить вас із рівноваги.

Обробка даних

Кожна позитивна відповідь оцінюється в 1 бал, а негативна – 0 балів.

Підраховується загальна кількість балів.

Про рівень соціальної фрустрації можна говорити за наступними показниками:

- 10-12 балів – дуже високий рівень фрустрації;
- 5-9 балів – стійка тенденція до фрустрації;
- 4 бали і менше – низький рівень фрустрації.

Завдання 2: Мотиваційна сфера особистості: Діагностика мотиваторів соціально-психологічної активності особистості.

Опитуваним потрібно висловити свою згоду («повністю згоден» – ПС) або незгоду («не згоден» – НС) можна за п'ятибальною системою від 5 до 1 бала (де 5 – абсолютно згоден, 1 – абсолютно не згоден).

Текст методики:

1. Я докладаю всіх зусиль для того, щоб поліпшити показники своєї роботи (навчання), порівняно з тими, що були раніше.
2. Я отримую задоволення від того, що мені доводиться змагатися з ким-небудь, особливо якщо я при цьому виграю.
3. Я часто помічаю, що розмовляю зі своїми колегами по роботі на «неробочі» теми.
4. Мені подобається виконувати складну роботу.
5. Мені подобається брати на себе відповідальність.
6. Мені подобається, коли навколишні добре до мене ставляться.
7. Я хочу знати, наскільки добре я виконав те чи інше завдання.
8. Я конфлікую з людьми, які скоюють неприйнятні для мене вчинки.
9. У мене хороші взаємини з колегами по роботі.
10. Мені подобається ставити перед собою реальні завдання й виконувати їх.
11. Мені подобається впливати на інших людей і використовувати цю перевагу у власних цілях.
12. Мені подобається належати до будь-яких груп чи входити до складу тих чи інших організацій.
13. Я отримую задоволення від виконання складних завдань.
14. Я часто працюю над тим, щоб контролювати, що відбувається навколо мене.
15. Мені більше подобається працювати в групі, ніж на самоті.

Обробка й інтерпретація результатів:

Досягнення успіху в цілому: 1, 4, 7, 10, 13

Прагнення до влади: 2, 5, 8, 11, 14

Тенденція до афіліації (групового визнання та поваги): 3, 6, 9, 12, 15.

РОЗДІЛ 3. ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ВИВЧЕННЯ ОСОБИСТОСТІ

Заняття №1 (2 години)

Тема: *Поняття про особистість в психології.*

Розвиток особистості

Мета заняття:

Формування у слухачів знань про особистість та особливості її розвитку.

Хід заняття:

Теоретична частина

Поняття про особистість в психології. Поняття індивіда, особи, особистості та індивідуальності. Поняття квазіособистості. Історія Каспара Гаузера.

Розвиток особистості. Сутності розвитку особистості: гетерохронність, асинхронність, стадіальність, диференціація та інтеграція, співвідноення детермінант психічного розвитку, пластичність. Суперечності у розвитку особистості. Проблема соціалізації особистості.

Питання для обговорення:

1. На вашу думку, чи був Мауглі особистістю?
2. Чи є психічно хвора людина особистістю?
3. Чи є злочинець людина особистістю?

Практична частина

Завдання 1: Вправа «Я подарунок для світу». Слухачам пропонується впродовж 10 хвилин подумати та навести якомога розлогу аргументацію твердження «Я подарунок для світу...». Результати роботи представляються в групі, після чого відбувається обговорення:

Чи легко/складно було продовжувати твердження?

Що ви відчували, коли робили цю вправу?

Чия аргументація найбільше сподобалась? Чия відгукнулася?

Як зараз себе відчуваєте?

Заняття №2 (4 години)

Тема: *Значення діяльності у становленні особистості. Структура особистості*

Мета заняття:

1. Формування у слухачів знань про значення діяльності у становленні особистості.
2. Ознайомлення з основними підходами психологів у визначенні структури особистості.

Хід заняття:

Теоретична частина

Значення діяльності у становленні особистості. Поняття про діяльність в психології. Види діяльності. Психологічна структура діяльності: макро- та

мікроструктури діяльності. Рухи та дії. Знання, вмінні та навички. Перенесення та інтерференція навичок. Різновиди навичок та вмінь.

Структура особистості. Структура особистості за: З. Фрейдом, К. Юнгом, А.Адлером, К. Хорні, А. Маслоу, Е. Фроммом, Г. Костюком, О. Платоновим, С. Рубінштейном та іншими.

Питання для обговорення:

1. В чому специфіка ігрової діяльності?
2. В чому відмінність розумової та фізичної діяльності?
3. На вашу думку, чи впливає діяльність на психіку людини?
4. В чому суть професійної діяльності психолога?
5. В особливості навчальної діяльності школярів?

Практична частина

Завдання 1: Групова робота: слухачі діляться на підгрупи; завдання кожній з підгруп порівняти підхід у визначенні структури особистості:

- З. Фрейда та К. Юнга;
- А. Адлера та К. Хорні;
- А. Маслоу та Е. Фромма.

Результати представляються в групі для обговорення.

Завдання 2: Визначення планів майбутньої професійної діяльності за допомогою «Методики вивчення ціннісних орієнтацій, життєвих і професійних планів особистості».

Діагностовани пропонується ряд незавершених тверджень, які потрібно самостійно закінчити. Це треба зробити якомога швидше (по 8-10 секунд на кожне закінчення) і без пропусків.

1. Випускники шкіл вступають до навчальним закладів тому, що _____ .
2. Щоб стати хорошим фахівцем потрібно _____ .
3. Вибираючи професію, люди найчастіше всього керуються _____ .
4. У професії найголовніше _____ .
5. Свій вступ до навчального закладу я розцінюю як _____ .
6. Приємно усвідомлювати, що майбутня професійна діяльність _____ .
7. Я вибрав (ла) майбутню професію тому, що _____ .
8. Хороша та робота, яка _____ .
9. Моя майбутня професія дасть мені можливість _____ .
10. Для людини важливо, щоб її товариші по праці _____ .
11. Люди працюють для того, щоб _____ .
12. Найбільшим авторитетом для мене є _____ .
13. Думаю, що моя майбутня професія дозволить мені _____ .
14. Успіх професійної діяльності багато в чому залежить від _____ .
15. У житті для мене найголовніше _____ .
16. Випускника педагогічних навчальних закладів _____ .
17. До 22 років я _____ .

18. До 25 років я обов'язково _____ .
 19. Щоб я успішно працював (ла), потрібно _____ .
 20. Більш за все в людині я ціную _____ .

Дешифратор до бланку відповідей

Відповіді на запитання №	Про що свідчать відповіді
2, 4, 6, 8, 12, 14, 16, 20	Про ціннісні орієнтації учнів
15, 17, 18	Про життєві плани
5, 9, 10, 13, 19	Про професійні плани
1, 3, 7, 11	Про мотиви вибору професії

Обговорення результатів методики в групі.

Заняття №3 (2 години)

Тема: *Методики діагностики особистості: 16-факторний тест Р.Кеттелла, тест трансактний аналіз*

Мета заняття:

Формування у слухачів навичок застосування 16-факторного тесту Р.Кеттелла та тесту трансактний аналіз.

Хід заняття:

Теоретична частина

Методики діагностики особистості: інформація про 16-факторний тест Р.Кеттелла та тест Трансактний аналіз Е. Берна (Тест дитина, дорослий, батько).

Практична частина

Завдання 1: 16-факторний тест Р.Кеттелла. Лемак М.В., В.Ю Петрище «Психологу для роботи : діагностичні методики». Режим доступу: https://wp.nmc-pto.rv.ua/DOK/MZPsSI/Psyhologu_dla_roboty.pdf

Завдання 2: Тест Трансактний аналіз Е. Берна (Тест дитина, дорослий, батько). Спробуйте оцінити, як поєднуються ці три «Я» (Тест дитина, дорослий, батько) у вашій поведінці. Для цього оцініть наведені висловлювання в балах від 0 до 10.

Текст методики:

1. Мені часом не вистачає витримки.
2. Якщо мої бажання заважають мені, то я вмію їх придушувати.
3. Батьки як більш дорослі люди повинні влаштовувати сімейне життя своїх дітей.
4. Я іноді перебільшую свою роль в які-небудь події .
5. Мене провести нелегко.
6. Мені б сподобалося бути вихователем.
7. Буває, мені хочеться подуріти, як маленькому.
8. Думаю, що правильно розумію всі події, що відбуваються.
9. Кожен повинен виконувати свій обов'язок.
10. Нерідко я роблю не як треба, а як хочеться.
11. Приймаючи рішення, я намагаюся продумати його наслідки.

12. Молодше покоління має вчитися у старших, як йому слід жити.
13. Я, як і багато людей, буваю уразливий.
14. Мені вдається бачити в людях більше, ніж вони говорять про себе.
15. Діти повинні безумовно слідувати вказівкам батьків.
16. Я - захоплюється.
17. Мій основний критерій оцінки людини - об'єктивність.
18. Мої погляди непохитні.
19. Буває, що я не поступаюся в суперечці лише тому, що не хочу поступатися.
20. Правила виправдані лише до тих пір, поки вони корисні.
21. Люди повинні дотримуватися всіх правил незалежно від обставин.

Ключ, інтерпретація та обробка результатів

Рольові позиції в міжособистісних відносинах по Е. Берну:

I (стан «дитина»): 1, 4, 7, 10, 13, 16, 19.

II (стан «дорослий»): 2, 5, 8, 11, 14, 17, 20.

III (стан «батько»): 3, 6, 9, 12, 15, 18, 21.

Обговорення результатів проведених методики в групі.

Заняття №4 (2 години)

Тема: *Поняття про свідомість та самосвідомість*

Мета заняття:

Формування у слухачів знань про свідомість та самосвідомість

Хід заняття:

Теоретична частина

Поняття про свідомість та самосвідомість. Свідомість як рівень психічного відображення. Процес усвідомлення. Поняття самосвідомості в психології. Структура самосвідомості. Неусвідомлювані форми психічної діяльності людини. Поняття психологічного захисту.

Питання для обговорення:

1. На вашу думку, чи є самосвідомість в тварин?
2. Як відбувається формування самосвідомості особистості?
3. Яким чином пов'язані самосвідомість та самоствалення особистості?

Практична частина

Завдання 1: Визначення самовідношення за методикою В.Пантелеєва, С.Столїна. Опитуваним потрібно прочитати запропоновані твердження та дати відповідь: «+» - у випадку згоди або «-» - у випадку незгоди.

Текст опитувальника

1. Мої слова не так й часто розходяться зі справами.
2. Випадковому знайомому я швидше за все видамся людиною приємною.
3. До чужих проблем я завжди ставлюсь з тим же розумінням, що і до своїх.
4. У мене часто виникає відчуття, що те, про що я подумки з собою розмовляю, мені неприємне.

5. Думаю, що більшість моїх знайомих ставиться до мене з симпатією.
6. Найрозумніше, що може зробити людина у своєму житті, – це підкоритися власній долі.
7. У мене достатньо здібностей та енергії втілити в життя задумане.
8. Якби Я роздвоївся, то мені було б дуже цікаво спілкуватися зі своїм двійником.
9. Я не здатен завдати душевного болю коханим та рідним мені людям.
10. Я вважаю, що іноді не гріх пожаліти самого себе.
11. Зробивши якийсь промах, я часто не можу зрозуміти, як мені могло прийти в голову, що із задуманого могло вийти щось хороше.
12. Частіше я схвалюю свої плани і вчинки.
13. В моїй особистості є, мабуть, щось таке, що здатне викликати у інших гостру неприязнь.
14. Коли я намагаюся себе оцінити, я насамперед бачу свої недоліки.
15. У мене не виходить бути для коханої людини цікавим тривалий час.
16. Можна сказати, що я ціную себе досить високо.
17. Мій внутрішній голос рідко підказує мені те, з чим би я кінець кінцем погодився.
18. Багато моїх знайомих не сприймають мене серйозно.
19. Бувало, і не раз, що я сам сильно ненавидів себе.
20. Мені дуже заважає нестача волі, енергії та цілеспрямованості.
21. В моєму житті виникали такі обставини, коли я йшов на угоду з власною совістю.
22. Іноді я сам себе погано розумію.
23. Часом мені буває дуже болісно спілкуватися з самим собою.
24. Думаю, що без великих зусиль міг би знайти спільну мову з будь-якою розумною та знаючою людиною.
25. Якщо я і ставлюся до кого-небудь з докором, то насамперед до самого себе.
26. Іноді я сумніваюсь, чи можна любити мене по-справжньому.
27. Часто мої суперечки з самим собою обриваються думкою, що все одно вийде не так, як я вирішив.
28. Моє ставлення до самого себе можна назвати дружнім.
29. Навряд чи знайдуться люди, яким я не по душі.
30. Часто я не без сарказму жартую над собою.
31. Якби моє друге «Я» існувало, то для мене це був би найнудніший партнер по спілкуванню.
32. Я вважаю, що я достатньо склався як особистість і тому не витрачаю багато сили на те, щоб в чомусь стати іншим.
33. В цілому мене влаштовує те, який я є.
34. На жаль, дуже багато не розділяють моїх поглядів на життя.
35. Загалом я можу сказати, що поважаю себе.
36. Я думаю, що маю надійного і розумного порадника в самому собі.
37. Я досить часто дратуюсь від самого себе.
38. Я часто, але досить безуспішно, намагаюсь в собі щось змінити.

39. Я думаю, що моя особистість значно цікавіша і багатша, ніж це може видатися на перший погляд.
40. Мої достоїнства загалом переважають над моїми недоліками.
41. Я рідко залишаюсь незрозумілим в самому важливому для мене.
42. Думаю, що інші в цілому оцінюють мене досить високо.
43. Те, що зі мною трапляється, - це справа моїх рук.
44. Якщо я сперечаюсь з собою, то завжди впевнений, що знайду єдине правильне рішення.
45. Коли зі мною трапляються неприємності, як правило, я кажу: «Так тобі і треба».
46. Я не вважаю, що достатньо духовно цікавий для того, щоб бути привабливим для багатьох людей.
47. У мене часто виникають сумніви, чи такий я насправді, яким себе уявляю.
48. Я не здатен зрадити навіть подумки.
49. Частіше всього я думаю про себе з дружньою іронією.
50. Мені здається, що мало хто може подумати про мене погано.
51. Я впевнений, що на мене можна покластися у самих відповідальних справах.
52. Я можу сказати, що в цілому я контролюю свою долю.
53. Я ніколи не видаю думки, які мені сподобались за свої.
54. Яким би я не видавався оточуючим, я знаю, що в глибині душі я кращий, ніж більшість інших.
55. Я хотів би залишитися таким, який я є.
56. Я завжди радий критиці на мою адресу, якщо вона обґрунтована і справедлива.
57. Мені здається, що якби таких людей як я було більше, то життя змінилося б на краще.
58. Моя думка має достатню вагу в очах оточуючих.
59. Щось заважає мені зрозуміти себе по-справжньому.
60. У мені є чимало такого, що навряд чи викликає симпатію.
61. В складних обставинах я зазвичай не чекаю, доки проблеми вирішаться самі собою.
62. Іноді я намагаюсь видати себе не за того, хто я є.
63. Бути поблажливим до власних слабостей цілком природно.
64. Я впевнився, що глибоке проникнення в себе – малоприємне та досить ризиковане заняття.
65. Я ніколи не дратуюсь і не злюсь без особливих на те причин.
66. В мене бували такі моменти, коли я розумів, що мене є за що зневажати.
67. Я часто відчуваю, що мало впливаю на те, що зі мною відбувається.
68. Саме багатство та глибина мого внутрішнього світу і визначають мою цінність як особистості.
69. Тривалі суперечки з собою частіше залишають гіркий осадок в моїй душі, ніж приносять полегшення.
70. Думаю, що спілкування зі мною приносить людям відверте задоволення.
71. Якщо говорити відверто, іноді я буваю дуже неприємним.
72. Можна сказати, що я собі подобаюсь.

73. Я – людина надійна.
74. Здійснення мої бажань мало залежить від везіння.
75. Моє внутрішнє “Я” завжди мені цікаве.
76. Мені дуже просто переконати себе не засмучуватися через дрібниці.
77. Близьким людям притаманно мене недооцінювати.
78. У мене в житті часто бувають хвилини, коли я сам собі огидний.
79. Мені здається, що я все-таки не вмю сердитися на себе по-справжньому.
80. Я переконався, що в серйозних справах на мене краще не розраховувати.
81. Іноді мені здається, що я якийсь дивний.
82. Я не схильний пасувати перед труднощами.
83. Моє власне «Я» не видається мені чимось вартим уваги.
84. Мені здається, що глибоко обдумуючи свої внутрішні проблеми, я навчився значно краще себе розуміти.
85. Навряд чи я викликаю симпатію у більшості моїх знайомих.
86. Мені траплялось робити такі вчинки, яким навряд чи можна знайти виправдання.
87. Десь у глибині душі я вважаю себе слабаком.
88. Якщо я відверто і звинувачую себе в чомусь, то, як правило, викривального запалу вистачає ненадовго.
89. Мій характер, яким би він не був, цілком мене влаштовує.
90. Я цілком ясно уявляю собі, що чекає мене попереду.
91. Іноді мені буває досить важко знайти спільну мову зі своїм внутрішнім “Я”.
92. Мої думки про себе найчастіше зводяться до звинувачень на власну адресу.
93. Я не хотів би сильно мінятися навіть на краще, тому що кожна зміна – це втрата якоїсь дорогої часточки самого себе.
94. В результаті моїх дій досить часто виходить зовсім не те, на що я розраховував.
95. Навряд чи в мені є щось, чого б я не знав.
96. Мені ще багато чого не вистачає, щоб з впевненістю сказати собі: ”Так, я цілком зріла особистість”.
97. В мені цілком мирно вживаються як мої достоїнства, так і мої недоліки.
98. Іноді я надаю “безкорисну” допомогу людям лише для того, щоб краще виглядати у власних очах.
99. Мені досить часто і безуспішно доводиться виправдовуватися перед самим собою.
100. Ті, хто мене не любить, просто не знають, яка я людина.
101. Переконати себе в чомусь для мене нескладно.
102. Я не відчуваю нестачі в близьких та розуміючих мене людях.
103. Мені здається, що мало хто поважає мене по-справжньому.
104. Якщо не бути дріб’язковим, то в цілому мене себе немає в чому дорікнути.
105. Я сам створив себе таким, який я є.
106. Думка інших про мене цілком співпадає з моєю власною.
107. Я сам хотів багато в чому себе переробити.
108. До мене ставляться так, як я того заслуговую.
109. Думаю, що моя доля все-одно складеться не так, як мені хотілося тепер.

110. Впевнений, що в житті я на своєму місці.

Обробка та аналіз результатів:

Проводиться підрахунок «сирих балів» – шкальних значень згідно ключа. При співпаданні з ключем нараховується 1 бал, при неспівпаданні – 0 балів.

1. Відвертість:

«+»: 1, 3, 9, 48, 53, 56, 65. «-»: 21, 62, 86, 98.

2. Самовпевненість:

«+»: 7, 24, 30, 35, 36, 51, 52, 58, 61, 78, 82. «-»: 20, 80, 103.

3. Самокерівництво:

«+»: 43, 44, 45, 74, 76, 84, 90, 105, 106, 108, 110. «-»: 109.

4. Дзеркальне «Я»:

«+»: 2, 5, 29, 41, 42, 50, 102. «-»: 13, 18, 34, 85.

5. Самоцінність:

«+»: 8, 16, 39, 54, 57, 68, 70, 75, 100. «-»: 15, 26, 31, 46, 83.

6. Самоприйняття:

«+»: 10, 12, 17, 28, 40, 49, 63, 72, 77, 79, 88, 97.

«-»: -

7. Самоприв'язаність:

«+»: 6, 32, 33, 55, 89, 95, 101, 104. «-»: 96, 107.

8. Конфліктність:

«+»: 4, 11, 22, 23, 27, 38, 47, 59, 64, 67, 69, 81, 91, 94, 99. «-»: -

9. Самозвинувачення:

«+»: 14, 19, 25, 37, 60, 66, 71, 78, 87, 92. «-»: -

Надалі «сірі бали» переводяться у стенові показники:

Шкала \ Стен	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	0	0	1	2-3	4-5	6-7	8	9	10	11
2	0-1	2	3-4	5-6	7-9	10	11-12	13	13	14
3	0-1	2	3	4-5	6	7	8	9-10	11	12
4	0	1	2	3-4	5	6-7	8	9	10	11
5	0-1	2	3	4-5	6-7	8	9-10	11	12	13-14
6	0-1	2	3-4	5-6	6-7	8	9	10	11	12
7	0	1	2-3	4-5	6	7-8	7-8	9	10	11
8	0	0	1-2	3-4	5-7	8-9	11-12	13	14	15
9	0	1	2	3-4	5	6-7	8	9	10	10

Шкали об'єднані у три незалежних фактори:

1-ий фактор – Самоповага: шкали 1, 2, 3, 4. Відображає оцінку власного «Я» щодо соціально-нормативних критеріїв модальності.

2-ий фактор – Аутосимпатія: шкали 5, 6, 7. Відображає емоційне ставлення суб'єкта до свого «Я».

3-ій фактор – Самоприниження: шкали 8, 9. Відображає негативне самоствавлення.

Заняття №5 (4 години)

Тема: «Я-концепція» особистості. Діагностика «Я-концепції» особистості

Мета заняття:

1. Формування у слухачів знань про «Я-концепцію» особистості.
2. Відпрацювання навичок діагностики «Я-концепції» особистості.

Хід заняття:

Теоретична частина

«Я-концепція» особистості. Поняття «Я-концепції» особистості. «Я-концепція» особистості. Структурні елементи «Я-концепції»: когнітивний, емоційно-оцінний, поведінковий структурні елементи. Поняття самооцінки. Види самооцінки. Роль психологічного захисту у збереженні самооцінки особистості.

Питання для обговорення:

1. На вашу думку, яку роль в «Я-концепції» відіграє самооцінка особистості? Які її функції?
2. Від чого залежить самооцінка особистості?
3. В чому виявляється адекватна самооцінка?
4. В чому виявляється неадекватна самооцінка?
5. У чому, на вашу думку, виявляється комплекс меншовартості?

Практична частина

Завдання 1: Діагностика «Я-концепції» особистості. Досліджуваним пропонується відповісти на питання, згруповані по 6-ти блоках. У кожному блоці по 5 питань. Кожна група позначається буквою. Потрібно відповісти на кожне питання «так» або «ні».

Текст опитувальника

- A1. У тебе є почуття гумору?
- A2. Чи довірливий і відвертий ти з друзями?
- A3. Тобі легко просидіти більш години, не розмовляючи?
- A4. Ти охоче позичаєш свої речі?
- A5. Чи багато в тебе друзів?
- B1. Ти вмієш розважати гостей?
- B2. Чи властиві тобі точність і пунктуальність?
- B3. Ти збираєш гроші?
- B4. Тобі імponує діловий стиль одягу?
- B5. Чи вважаєш ти, що правила внутрішнього розпорядку необхідні?
- V1. Чи виявляєш ти свою антипатію до кого-небудь публічно?
- V2. Ти зарозумілий?
- V3. Тобі притаманна риса неприйняття?
- V4. Ти стараєшся бути в центрі уваги компанії?

В5. Чи наслідують тебе?

Г1. Ти вживаєш лайливі слова, говорячи з людьми, яких це шокує?

Г2. Ти любиш перед екзаменом похвалитись, що прекрасно все знаєш?

Г3. Ти маєш звичку робити зауваження, читати нотації тощо?

Г4. Чи буває у тебе бажання вразити друзів оригінальністю?

Г5. Ти отримуєш задоволення, висміюючи думку інших?

Д1. Чи надаєш ти перевагу професії джокера, актора, телевізійного диктора професіям інженера, лаборанта, бібліографа?

Д2. Чи почуваєшся ти невимушено в компанії малознайомих людей?

Д3. Ти надаєш перевагу ввечері заняттю спортом замість того, щоб посидіти спокійно вдома і почитати книжку?

Д4. Ти здатний зберігати таємниці?

Д5. Чи любиш ти святкову атмосферу?

Е1. Чи суворо ти дотримуєшся у листах правил пунктуації?

Е2. Ти готуєшся раніше до відпочинку у неділю?

Е3. Ти можеш достовірно скласти звіт про свої витрати, коли щось купуєш?

Е4. Ти дотримуєшся порядку в усьому?

Е5. Ти береш близько до серця якусь інформацію?

Обробка та аналіз результатів:

Пропонується підрахувати кількість відповідей «так» у кожній частині тесту - блоці, позначеній буквою. У тих частинах, де більшість відповідей «так», потрібно поставити індекс блоку: А, Б, В, Г, Д, Е. Потім там, де більшість відповідей «ні» - «О». Респонденти повинні отримати один із варіантів відповіді з кожної групи індексів: А, Б, В; 2) Г, Д, Е. Наприклад, 1) АОВ; 2) ОДО.

Інтерпретація відповідей:

1. Із трьох перших груп (А, Б, В), чи **«Яким тебе сприймають оточуючі люди».**

АОО. Тебе часто вважають надійною людиною, хоча насправді ти трішечки легковажний. Ти веселий та балакучий, робиш інколи менше, ніж обіцяєш. Друзям неважко повести тебе за собою, і тому вони іноді думають, що ти піддаєшся впливу інших. Проте у серйозних речах ти можеш наполягати на своєму.

АОВ. Ти справляєш враження людини, не дуже сором'язливої, іноді навіть неввічливої. Прагнучи до оригінальності, суперечиш іншим, а іноді й собі, заперечуючи сьогодні те, що стверджував учора. Ти здаєшся людиною безтурботною, неохайною, необов'язковою. Але варто захотіти - станеш спритним і енергійним. Тобі не вистачає врівноваженості.

АБО. Ти дуже подобаєшся оточенню. Ти товариський, серйозний, поважаєш думку інших, ніколи не залишиш друзів у тяжку хвилину. Але дружбу твою заслужити нелегко.

АБВ. Ти любиш командувати оточуючими тебе людьми, але незручність від цього відчувають тільки найближчі люди. З усіма іншими ти стримуєшся. Говорячи свою думку, не думаєш про те, як твої слова можуть вплинути на людей. Оточуючі люди іноді уникають тебе, боячись, що ти їх образиш.

ООО. Ти стриманий, замкнутий. Ніхто не знає, про що ти думаєш. Зрозуміти тебе важко.

ООВ. Ймовірно, що про тебе говорять: «Який нестерпний характер». Ти дратуєш співрозмовників, не даєш їм висловитися, нав'язуєш свою думку і ніколи не поступаєшся.

ОБО. Ти - зразковий студент, ввічливий, акуратний, дисциплінований, завжди з гарними оцінками. Викладачі поважають тебе і довіряють. Що стосується товаришів, то одні вважають тебе «задаваками», інші пропонують тобі свою дружбу.

ОБВ. Можливо, дехто вважає тебе людиною, яка постійно думає, що її ображають. Ти сваришся через дрібниці. Іноді буваєш у гарному настрої, але це буває рідко. Взагалі, ти справляєш враження вразливої й поміркованої людини.

2. Із трьох останніх груп (Г, Д, Е), чи **«Який ти насправді?»**.

ООО. Тебе приваблює все нове, у тебе палка уява, одноманітність тебе обтяжує. Але мало хто достеменно знає, який ти є насправді. Тебе вважають спокійною людиною, тихою, задоволеною своєю долею, тоді як насправді ти прагнеш до життя, сповненого яскравих подій.

ООЕ. Більш за все, ти сором'язлива людина. Це видно, коли тобі доводиться мати справу з незнайомими людьми. Собою буваєш тільки у колі сім'ї або близьких друзів. У присутності сторонніх людей почуваєшся скуто, але стараєшся не показувати це. Ти добросовісний, старанний. У тебе є багато гарних задумів, ідей, проектів, але через свою скромність ти часто залишаєшся в тіні.

ОДО. Ти дуже товариський, любиш зустрічатися з людьми, збирати їх навколо себе. Навіть думати не можеш про те, щоб залишитися одному, вважаючи, що тоді «все пропало». Тобі навіть важко бути одному в кімнаті, щоб виконати якусь важливу справу. Дуже сильний дух протиріччя: постійно хочеш зробити щось не так, як інші. Іноді піддаєшся такому запалу, але в більшості випадків стримуєшся.

ОДЕ. Ти стриманий, але не боязкий, веселий, але в міру, товариський, ввічливий з усіма. Звик, що тебе часто хвалять. Хотів би, щоб тебе любили без усяких на те зусиль із твого боку. Без друзів тобі не по собі. Тобі приємно робити добро людям. Але тобі можна зробити докір в деякій схильності «літати в небесах».

ГОО. Ти схильний висловлюватися і несамовито захищати парадоксальні точки зору. Тому в тебе чимало ворогів, навіть друзі тебе не завжди розуміють. Але тебе це мало хвилює.

ГОЕ. Тобі доведеться вислухати не дуже приємні слова. Як це тобі вдалося підібрати таке сполучення букв? Характер досить важкий, надто непоступливий. Недостатньо розвинене почуття гумору, не розумієш жартів. Часто критикуєш чужі дії та примушуєш інших чинити так, як ти хочеш. А якщо тобі не підкоряються, починаєш злитися. Тому в тебе мало друзів.

ГДО. Ти оригінальна людина і любиш дивувати друзів. Якщо хто-небудь дасть тобі пораду, робиш усе навпаки тільки заради того, щоб подивитися, що з цього

вийде. Тебе це тішить, а інших дратує. Тільки найближчі друзі знають, що ти не такий самовпевнений, як здається.

ГДЕ. Ти енергійний. Скрізь почувашся на своєму місці. Завжди володієш собою, товариський, але, схоже, любиш бути з друзями тільки за умови, що ти відіграєш у компанії головну роль. Любиш бути арбітром у суперечках та організовувати ігри. Оточуючі тебе люди визнають твій авторитет, оскільки у твоїх судженнях завжди є значна доля здорового глузду. Але, як не дивно, твоє прагнення всіх повчати втомлює оточуючих.

Завдання 2. Вправа «Складання психологічного автопортрета».

Послідовність виконання завдання:

1. У довільному порядку складіть якнайдовший список своїх особистісних якостей і характеристик.

2. Зі списку, складеного вами, виберіть ті якості й характеристики, яких ви хочете позбутися, а також ті, які вам подобаються і занесіть у таблицю (див. нижче). У цій таблиці також є колонка, до якої ви записуєте риси і властивості особистості, яких ви хочете набути «Я»-ідеальне.

3. На основі таблиці зробіть про себе такі висновки:

— чи задоволені ви своїми особистісними якостями;

— які особистісні якості у вас не розвинені як у представника жіночої/чоловічої статі;

— які з перерахованих якостей заважають вам у стосунках з іншими людьми;

— які з перерахованих якостей допомагають вам у стосунках з іншими людьми;

— морально-вольовий, аморально-вольовий чи «нейтральний» ви тип особистості;

— ви є творчою, нетворчою чи пересічною людиною;

— адекватне чи деформоване у вас сприйняття оточуючого соціуму тощо.

4. Представлення та обговорення результатів в групі.

Риси та характеристики моєї особистості		
Риси, яких хочу позбутися	Риси, які мені подобаються	Риси, які хочу розвинути

Завдання 3. Тест «Хто Я?» (Тест двадцяти висловлювань) М.Куна, Т.Макпартленд; модифікація Т.Румянцевой. Протягом 12 хвилин опитуваним пропонувалося дати якомога більше відповідей на питання «Хто Я?». Завдяки тесту було встановлюється наявність або відсутність певних ідентичностей в опитуваних, зокрем гендерної, соціальної, національної, особистісної, культурної, релігійної чи класової ідентичностей.

Результати обговорюються в групі.

Завдання 4. Методика «Визначення рівня своєї самооцінки» (Г.Казанцевої). Методика пропонує певну кількість тверджень, навпроти яких ставиться один з трьох варіантів відповідей: «так» (+), «ні» (-), «не знаю» (?), які відповідають власній поведінці в аналогічній ситуації.

Текст методики

1. Звичайно я розраховую на успіх у своїх справах.
2. Більшу частину часу я знаходжуся у пригніченому стані.
3. Більшість ровесників зі мною радяться.
4. У мене не має невпевненості в собі.
5. Я настільки ж здібний і винахідливий як більшість оточуючих мене людей.
6. Часом я почуваю себе нікому не потрібним.
7. Я все роблю добре (будь-яку справу).
8. Мені здається, що я нічого не досягну в майбутньому.
9. У будь-якій справі я вважаю себе правим.
10. Я роблю багато такого, про що потім жалкую.
10. Я роблю багато такого, про що потім жалкую.
11. Коли я дізнаюся про успіхи кого-небудь, кого я знаю, то сприймаю це як власну поразку.
12. Мені здається, що всі навколо дивляться на мене з осудом.
13. Мене мало турбують можливі невдачі.
14. Мені здається, що успішному виконанню доручень чи справ мені заважають перешкоди, яких мені не подолати.
15. Я рідко жалкую про те, що вже зробив.
16. Оточуючі мене люди більш привабливі, ніж я.
17. Я думаю, що я постійно комусь необхідний.
18. Мені здається, що я навчаюся гірше за інших.
19. Мені частіше щастить, ніж не щастить.
20. У житті я завжди чогось боюся.

Підрахунок та інтерпретація результатів

Підраховується кількість позитивних відповідей (+), спочатку за непарними номерами, а потім за парними. Від першого результату віднімається другий. Кінцевий результат знаходиться в інтервалі від -10 до +10.

від -10 до -4 свідчить про занижену самооцінку

від -3 до +3 – про адекватну самооцінку

від +4 до +10 – про завищену самооцінку.

Заняття №6 (4 години)

Тема: *Поняття темпераменту. Вчення про типи ВНД*

Мета заняття:

Формування у слухачів знань про темперамент та типи ВНД.

Хід заняття:

Теоретична частина

Поняття темпераменту. Поняття темпераменту в психології. Основні компоненти

темпераменту. Типи темпераменту. Що залежить від типу темпераменту? Теорії типів темпераменту. Гуморальна теорія типу темпераменту. Типи темпераменту за У. Шелдоном: ендоморфний, мезоморфний, екторморфний. Теорія Е.Кречмера.

Вчення про типи ВНД. Теорія І. Павлова. Особливості нервових процесів за І. Павловим. Тип нервової системи. Співвідношення темпераментів та психічних реакцій. Співвідношення темпераментів та типів нервової системи. Властивості нервової системи за І. Павловим. Підхід Б. Теплова та В. Небилицина. Психічні властивості за В. Мерліним.

Питання для обговорення:

1. На вашу думку, чи може змінюватися тип темпераменту впродовж життя людини?
2. Як пов'язані темпераментальні особливості особистості зі стилем її життя?
3. Як ви думаєте, чи можна говорити про темпераментальні особливості в межах великих груп (етносів, націй)? Обґрунтуйте свою відповідь.
4. Які ви можете назвати головні відмінності у характеристиках типів темпераменту?

Практична частина

Завдання 1: визначення психодинамічних характеристик за методикою діагностики психодинамічних характеристик особистості (Б. Смірнов).

Прочитати твердження та дати відповідь: «+» – означає «так», а «-» – «ні».

Текст опитувальника

1. Вам подобається часто бувати в компаніях?
2. Ви уникаєте можливості мати речі, які ненадійні, неміцні, хоч і красиві?
3. Часто у Вас бувають підйоми та спади настрою?
4. Під час розмови Ви дуже швидко розмовляєте?
5. Вам подобається робота, яка вимагає повної віддачі сил і здібностей?
6. Чи трапляється так, що ви передаєте плітки?
7. Чи вважаєте Ви себе людиною дуже веселою та життєрадісною?
8. Ви дуже звикаєте до певного одягу, його кольору та покрою, так що неохоче змінюєте його на що-небудь інше?
9. Чи часто Ви відчуваєте потребу в людях, які Вас розуміють, можуть підбадьорити або утішити?
10. Ви пишете дуже швидко?
11. Чи шукаєте Ви самі собі роботу, заняття, хоч можна було б і відпочити?
12. Чи трапляється так, що Ви не виконуєте обіцянки?
13. У дуже багато хороших друзів?
14. Чи важко Вам відірватися від справи, якою Ви поглинуті, та переключитися на іншу?
15. Чи часто Вас мучить почуття провини?
16. Зазвичай Ви ходите дуже швидко, не залежно від того, поспішаєте чи ні?
17. В школі Ви не залишали важку задачу, доки її не розв'яжете?
18. Чи трапляється, що інколи Ви міркуєте гірше, ніж звичайно?

19. Ви легко знаходите спільну мову з незнайомими людьми?
20. Ви часто плануєте, як будете себе поводити при зустрічі, бесіді тощо?
21. Ви запальні та легко ранимі, Вас ображають будь-які глузування та жарти над Вами?
22. Під час розмови Ви зазвичай швидко жестикулюєте?
23. Частіше всього Ви прокидаєтеся вранці свіжим і добре відпочивши?
24. Чи бувають у Вас такі думки, про які б Ви не хотіли, щоб знали інші?
25. Ви любите по жартувати над іншими?
26. Чи схильні Ви до того, щоб ґрунтовно перевірити свої думки, перед тим як повідомити їх кому-небудь?
27. Часто Вам сняться кошмари?
28. Зазвичай Ви легко запам'ятовуєте та засвоюєте новий навчальний матеріал?
29. Ви настільки активні, що Вам важко навіть декілька годин бути без роботи?
30. Чи траплялося так, що, розлютившись, Ви втрачаєте витримку?
31. Вам не важко внести пожвавлення в досить нудну компанію?
32. Ви зазвичай довго роздумуєте, приймаючи навіть не досить важливе рішення?
33. Вам говорили, що Ви приймаєте все надто близько до серця?
34. Вам подобається грати в ігри, які потребують швидкості та гарної реакції?
35. Якщо у Вас що-небудь не виходить, то Ви все ж намагаєтесь зробити це?
36. Чи виникало у Вас хоча б не надовго почуття роздратування по відношенню до Ваших батьків?
37. Чи вважаєте Ви себе відкритою і товариською людиною?
38. Зазвичай Вам важко взятися за нову справу?
39. Вас турбує почуття, що Ви чимось гірші за інших?
40. Зазвичай Вам важко що-небудь робити із повільними та неквапливими людьми?
41. Протягом дня Ви можете довго та продуктивно займатися чимось, не відчуваючи втоми?
42. У Вас є звички, яких потрібно було б позбавитися?
43. Вас приймають інколи за людину безтурботну?
44. Чи вважаєте Ви гарним другом того, чия симпатія до Вас надійна та перевірена?
45. Вас можна легко роздратувати?
46. Під час дискусії зазвичай Ви швидко знаходите правильну відповідь?
47. Ви можете примусити себе довго та продуктивно, не відволікаючись, займатися чим-небудь?
48. Чи трапляється так, що Ви розмовляєте про речі, в яких зовсім не розбираєтесь?

Обробка й інтерпретація результатів

№	Властивості темпераменту	Відповіді «так»	Бал	Відповіді «ні»	Бал
1.	Екстраверсія	1, 7, 13, 19, 25, 31, 37 4, 43	3 2	2	1
2.	Ригідність	8, 26, 32 2, 14, 20, 38, 44	3 2	37, 19,46	2 1
3.	Емоційна	15, 21, 33, 39, 45	3		

	збудливість	3, 9 27	2 1		
4.	Темп реакції	4, 16, 28 10, 22, 34, 40, 46 17, 29, 37	3 2 1		
5.	Активність	5, 10, 11, 17, 23, 29, 35 41, 47	3 1	38	1
6.	Відвертість	30,36,42,48 6,12 18,24,25	3 2 1	23	1

Ригідність означає стан, при якому спостерігається пониження переключаємості, пристосованості психічних процесів до змінних умов середовища.

Спочатку встановлюється показник відвертості у відповідях за шкалою:

- висока відвертість – 13-20 балів;
- середня – 8-12 балів;
- низька – 0-7 балів (відповіді неточні).

Потім за таблицею «Середні оцінки та зони вираження властивостей темпераменту» визначається ступінь прояву кожної властивості та фіксується:

Екстраверсія	Ригідність	Емоційна збудженість	Темп реакцій	Активність
22–26	16–23	18–20	20–22	24–26
ДУЖЕ ВИСОКА (ШВИДКИЙ)				
17–21	12–15	14–17	14–19	21–23
ВИСОКА (ШВИДКИЙ)				
12–16	7–11	8–12	9–13	14–20
СЕРЕДНЯ				
7–11	3-6	4-7	5–8	9–13
ВИСОКА (ПОВІЛЬНИЙ)				
0–6	0–2	0–3	0–4	0–8
ДУЖЕ ВИСОКА (ПОВІЛЬНИЙ)				
Інтроверсія	Пластичність	Емоційна рівноваженість		

Заняття №7 (6 годин)

Тема: *Визначення типу темпераменту. Діагностика темпераментальних особливостей особистості.*

Мета заняття:

Відпрацювання навичок визначення темпераментальних особливостей особистості.

Хід заняття:

Практична частина

Завдання 1: Визначення типу темпераменту за Г. Айзенком: методики: ЕРІ та ЕРQ.

Методика вивчення темпераменту ЕРІ Г. Айзенка

Діагностованим пропонується дати відповіді на поставленні питання. У разі згоди з твердженням ставлять «+», незгоди – «-».

Текст опитувальника

1. Ви часто відчуваєте потяг до нових вражень, бажання відчути збудження?
2. Чи часто Ви відчуваєте потребу в друзях, які Вас розуміють, можуть підбадьорити і втішити?
3. Чи вважаєте Ви себе безтурботною людиною?
4. Чи правда, що Вам дуже важко відповісти «Ні»?
5. Чи обмірковуєте Ви свої справи не поспішаючи, чи віддаєте Ви перевагу тому, щоб почекати перед тим, як діяти?
6. Ви завжди стримуєте свої обіцянки, не зважаючи на те, що Вам це не завжди вигідно?
7. Чи часто у Вас бувають спади і підйоми настрою?
8. Взагалі Ви дієте і розмовляєте швидко, без запинок для обмірковування?
9. Чи виникало у Вас коли-небудь почуття, що Ви «нещасна людина», хоча ніякої вагомої причини для цього не було?
10. Чи зробили б Ви все, будь-що, на спір?
11. Чи виникає у Вас почуття невпевненості та сорому, коли хочете зав'язати розмову з симпатичною (ним) незнайомкою (цем)?
12. Чи буває коли-небудь, що Ви сердитесь, виходите з себе?
13. Чи часто Ви дієте під впливом тимчасового настрою?
14. Чи часто Ви хвилюєтесь із-за того, що зробили або сказали щось таке, чого не слід було робити або говорити?
15. Чи віддаєте Ви перевагу книжкам над зустрічами з людьми?
16. Чи правда, що Вас легко образити?
17. Ви любите часто бувати в компаніях?
18. Чи бувають у Вас такі думки, що Ви хотіли б приховати від інших?
19. Чи правда, що Ви часом повні енергії так, що все горить у руках, а часом зовсім в'ялі?
20. Чи хотіли б Ви, щоб у Вас було друзів менше, але щоб вони були дуже близькими?
21. Чи часто Ви мрієте?
22. Коли на Вас кричать, Ви відповідаєте тим же?
23. Чи часто Вас хвилює відчуття провини?
24. Чи всі Ваші звички хороші та Бажані?
25. Чи здатні Ви дати волю своїм почуттям і повеселитись у галасливій компанії?
26. Чи рахуєте Ви себе людиною збудливою і вразливою?
27. Чи вважають Вас людиною жвавою і веселою?

28. Після того, як справа зроблена, чи часто Ви подумки повертаєтесь до неї, гадаєте, що можна було б зробити краще?
29. Ви, як правило, мовчите, коли знаходитесь в компанії інших людей?
30. Буває так, що Ви інколи переказуєте плітки чи чутки?
31. Буває таке, що Вам не спиться через те, що різні думки лізуть у голову?
32. Якщо Ви хочете дізнатись про що-небудь, то Ви скоріше прочитаєте про це в книжці, ніж запитаете?
33. Чи буває у Вас сильне серцебиття?
34. Чи подобається Вам робота, яка вимагає від Вас постійної уваги?
35. Чи бувають у Вас приступи сильного тремтіння?
36. Якщо б Ви знали, що сказане Вами ніколи не буде розголошено, Ви б завжди висловлювались у дусі загальноприйнятого (як всі)?
37. Чи справді Вам неприємно знаходитись у компаніях, де насміхаються один над одним?
38. Ви дратівлива людина?
39. Чи подобається Вам робота, яка вимагає швидких дій?
40. Чи хвилюєтесь Ви з приводу будь-яких неприємних подій, які могли б статись?
41. Чи правда, що Ви людина повільна і некваплива в рухах?
42. Ви коли-небудь спізнювались на побачення чи на роботу?
43. Чи часто Вам сняться жахливі сни?
44. Чи правда, що Ви так любите поговорити, що ніколи не пропустите зручного випадку порозмовляти з незнайомою людиною?
45. Чи турбують Вас які-небудь болі?
46. Чи Ви б відчували себе дуже нещасним, якщо б тривалий час були позбавлені широкого спілкування з людьми?
47. Чи можете Ви назвати себе нервовою людиною?
48. Серед людей, яких Ви знаєте, такі, що Вам дуже не подобаються?
49. Могли б Ви сказати про себе, що Ви впевнена в собі людина?
50. Чи легко Ви ображаєтесь, коли люди вкажуть на Ваші помилки в роботі або на Ваші особисті промахи?
51. Чи рахуєте Ви, що важко отримати справжнє задоволення від вечорниць?
52. Чи турбує Вас відчуття, що Ви чимось гірші за інших?
53. Чи легко Вам внести пожвавлення в досить скучну компанію?
54. Чи буває так, що Ви говорите про речі, на яких зовсім не розумієтесь?
55. Чи піклуєтесь Ви про своє здоров'я?
56. Чи любите Ви жартувати над іншими?
57. Чи страждаєте Ви від безсоння?

Обробка результатів

1. Екстраверсія /Е/.

«Так» – 1,3,8,10,13,17,22,25,27,39,44,46,49,53,56.

«Ні» – 5,15,20,29,32,34,37,41,51.

2. Нейротизм /Н/.

«Так» - 2,4,5, 7, 9, 14, 16, 19, 21, 23, 26, 28, 31, 33, 35, 38, 40, 43, 45, 47, 50, 52, 55, 57.

3. Правдивість.

«Так» – 6,24,36.

«Ні» – 12,18,30,42,54.

Якщо загальна сума співпадінь у першій шкалі перевищує 12, то це виражений екстраверт, якщо менше - інтроверт.

Підрахувавши кількість співпадінь, визначаємо рівень нейротизму. Якщо їх більше 14, то можна вважати, що особа емоційно нестійка.

Підрахувавши кількість співпадінь за шкалою «правдивість» визначаємо рівень щирості відповідей. Якщо загальна сума перевищує 4-5 співпадінь, то це свідчить про нещирість у відповідях. Тому достовірність отриманих результатів потрібно поставити під сумнів.

Методика вивчення темпераменту EPQ Г. Айзенка

Діагностованим пропонується дати відповіді на поставленні питання. У разі згоди з твердженням ставлять «+», незгоди – «-».

Текст опитувальника

1. У вас багато різних хобі?
2. Ви обмірковуєте попередньо те, що збираєтеся зробити?
3. У вас часто бувають спади і підйоми настрою?
4. Ви претендували коли-небудь на похвалу за те, що в дійсності зробив хтось інший?
5. Ви оратор?
6. Вас турбувало б те, що ви залізли в борги?
7. Вам доводилося відчувати себе нещасною людиною без особливих на те причин?
8. Вам траплялося коли-небудь поскупитися, щоб отримати більше, ніж вам належало?
9. Ви ретельно замикає двері (до прикладу, на ніч)?
10. Ви вважаєте себе життєрадісною людиною?
11. Побачивши, як страждає дитина, тварина, ви б сильно засмутилися?
12. Ви часто переживаєте через те, що зробили або сказали щось, чого не було б робити або говорити?
13. Ви завжди виконуєте свої обіцянки, навіть якщо особисто вам це дуже незручно?
14. Ви отримали б задоволення, стрибаючи з парашутом?
15. Чи здатні ви дати волю почуттям і від душі повеселитися в галасливій компанії?
16. Ви дратівливі?
17. Ви коли-небудь звинувачували когось в тому, в чому насправді були

винні самі?

18. Вам подобається знайомитися з новими людьми?
19. Ви вірите в користь страхування?
20. Чи легко вас образити?
21. Чи всі ваші звички хороші і бажані?
22. Ви намагаєтеся бути в тіні, перебуваючи в суспільстві?
23. Стали б ви приймати засоби, які можуть привести вас в незвичайне або небезпечний стан (алкоголь, наркотики)?
24. Ви часто відчуваєте такий стан, коли все набридло?
25. Вам траплялося брати речі, що належать іншій особі, якщо це буде навіть така дрібниця, як шпилька або гудзик?
26. Вам подобається часто ходити до когось-небудь в гості і бувати в соціумі?
27. Вам подобається ображати тих, кого ви любите?
28. Вас часто турбує почуття провини?
29. Вам доводилося говорити про те, в чому ви погано розбираєтесь?
30. Ви зазвичай віддаєте перевагу книзі перед зустрічами з людьми?
31. У вас є явні вороги?
32. Ви назвали б себе нервовою людиною?
33. Ви завжди вибачаетесь, коли нахамили іншому?
34. У вас багато друзів?
35. Вам подобається влаштовувати розіграші та жарти, які іноді можуть дійсно заподіяти людям біль?
36. Ви неспокійний людина?
37. У дитинстві ви завжди покірно і негайно виконували те, що вам наказували?
38. Ви вважаєте себе безтурботною людиною?
39. Чи багато для вас означають гарні манери і охайність?
40. Чи хвилюєтесь ви з приводу будь-яких жахливих подій, які могли б трапитися, але не трапилися?
41. Вам траплялося зламати або втратити чужу річ?
42. Ви зазвичай першими проявляєте ініціативу при знайомстві?
43. Чи можете ви легко зрозуміти стан людини, якщо він ділиться з вами турботами?
44. У вас часто нерви бувають натягнуті до «межі»?
45. Чи кинете ви непотрібний папірець на підлогу, якщо під рукою немає смітника?
46. Ви більше мовчите, перебуваючи в колі інших людей?
47. Чи вважаєте ви, що шлюб старомодний і його слід скасувати?
48. Ви іноді відчуваєте жалість до себе?
49. Ви можете багато хвалитися?
50. Ви легко можете внести пожвавлення в досить нудну компанію?
51. Чи дратують вас обережних водіїв?
52. Ви турбуєтесь про своє здоров'я?
53. Ви говорили коли-небудь погано про іншу людину?
54. Ви любите переказувати анекдоти і жарти своїм друзям?

55. Для вас більшість харчових продуктів однакові на смак?
56. Чи буває у вас іноді поганий настрій?
57. Ви хамили коли-небудь своїм батькам?
58. Вам подобається спілкуватися з людьми?
59. Ви переживаєте, якщо дізнаєтеся, що припустилися помилки у роботі?
60. Ви страждаєте від безсоння?
61. Ви завжди маєте руки перед їжею?
62. Ви з тих людей, які «не лізуть» за словом в кишеню?
63. Ви зазвичай приходите на зустріч трохи раніше призначеного часу?
64. Ви відчуваєте себе апатичним, втомленим без будь-якої причини?
65. Ви коли-небудь шахраювали під час гри?
66. Вам подобається робота, що вимагає швидких дій?
67. Ваша мати - хороша людина?
68. Чи часто вам здається, що життя дуже нудне?
69. Ви коли-небудь скористалися помилкою іншої людини в своїх цілях?
70. Ви часто берете на себе більше, ніж дозволяють обставини та час?
71. Чи є люди, які намагаються уникати вас?
72. Вас дуже турбує ваша зовнішність?
73. Ви завжди ввічливі, навіть з неприємними людьми?
74. Чи вважаєте ви, що люди витрачають занадто багато часу, щоб забезпечити своє майбутнє, відкладаючи заощадження, страхуючи себе і своє життя?
75. Чи виникало у вас коли-небудь бажання померти?
76. Ви спробували б уникнути оплати послуги (проїзду в тролейбусі ...), якби були впевнені, що вас не викриють?
77. Душа компанії - це про вас?
78. Ви намагаєтесь не хамити людям?
79. Ви довго переживаєте після конфлікту?
80. Ви коли-небудь наполягали на тому, щоб було по-вашому?
81. Ви часто приїжджаєте/приходите в останню хвилину (на зустріч, на уроки, на вокзал перед відходом поїзда)?
82. Ви коли-небудь навмисно говорили щось неприємне або образливе іншій людині?
83. Вас коли-небудь турбували ваші нерви?
84. Вам неприємно перебувати серед людей, які жартують над товаришами?
85. Ви легко втрачаєте друзів зі своєї вини?
86. Ви часто відчуваєте почуття самотності?
87. Чи завжди ваші слова збігаються зі справою?
88. Чи подобається вам інколи дражнити тварин?
89. Ви легко ображаєтесь на зауваження, що стосуються особисто вас і вашої роботи?
90. Життя без будь-якої небезпеки здалося б Вам дуже нудним?
91. Ви коли-небудь спізнювалися на навчання, побачення тощо?
92. Вам подобається метушня і пошвавлення навколо вас?
93. Ви хочете, щоб люди боялися вас?

94. Чи вірно, що ви іноді сповнені енергії і все горить в руках, а іноді зовсім мляві?

95. Ви інколи відкладаєте на завтра те, що повинні зробити сьогодні?

96. Чи вважають вас живою і веселою людиною?

97. Чи часто вам говорять неправду?

98. Ви дуже чутливі до певних явищ, подій, речей?

99. Ви завжди готові визнавати свої помилки?

100. Вам було б шкода тварини, яка потрапила в капкан?

101. Чи важко вам було заповнювати анкету?

Ключі до тесту:

Отримані результати відповідей зіставляються з ключем тесту. За відповідь, відповідний ключу тесту, присвоюється 1 бал, за невідповідний ключу тесту - 0 балів. Отримані в результаті бали підсумовуються.

Шкала екстраверсії-інтроверсії:

відповіді «ні» (-): № 22, 30, 46, 84;

відповіді «так» (+): № 1, 5, 10, 15, 18, 26, 34, 38, 42, 50, 54, 58, 62, 66, 70, 74, 77, 81, 90, 92, 96 .

Шкала нейротизму:

відповіді «так» (+): № 3, 7, 12, 16, 20, 24, 28, 32, 36, 40, 44, 48, 52, 56, 60, 64, 68, 72, 75, 79, 83 , 86, 89, 94, 98.

Шкала психотизма:

відповіді «ні» (-): № 2, 6, 9, 11, 19, 39, 43, 59, 63, 67, 78, 100;

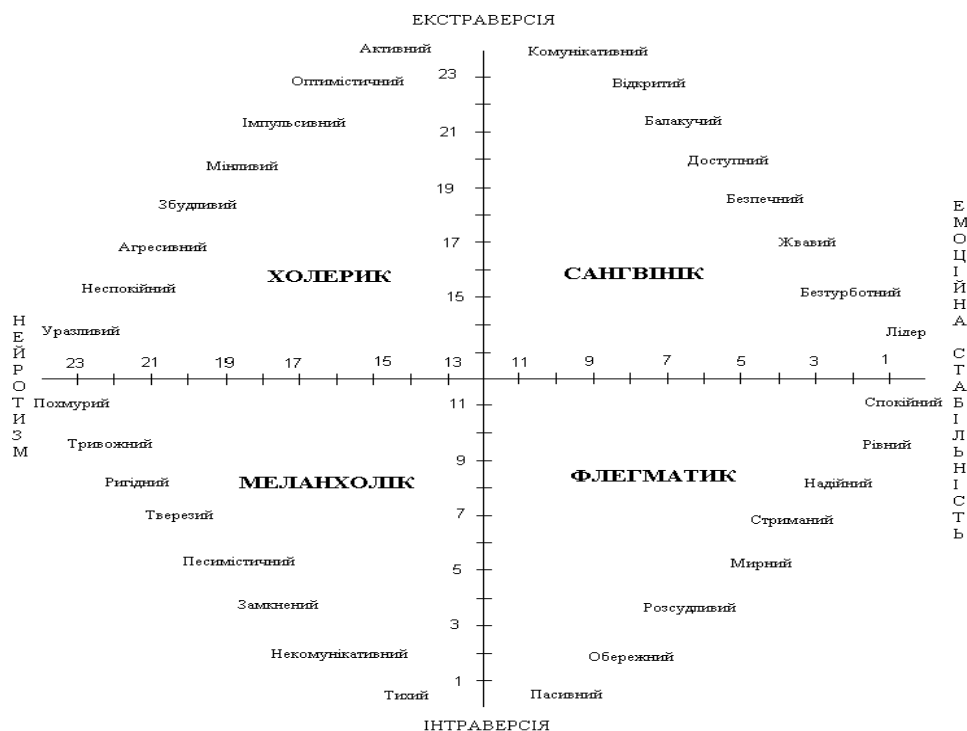
відповіді «так» (+): № 14, 23, 27, 31, 35, 47, 51, 55, 71, 85, 88, 93, 97.

Шкала брехні:

відповіді «ні» (-): № 4, 8, 17, 25, 29, 41, 45, 49, 53, 57, 65, 69, 76, 80, 82, 91, 95;

відповіді «так» (+): № 13, 21, 33, 37, 61, 73, 87, 99.

Зазначити свій результат на профілі



Матрична типологія особистостей за опитувальником Айзенка ЕРQ

Кожному типу особистості відповідають такі зовнішні прояви:

1. Холерик (X) - агресивний, запальний, який змінює свої погляди, імпульсивний.
2. Холерично-сангвінічний тип (XC) - оптимістичний, активний, екстравертований, товариський, доступний.
3. Сангвінік (C) - балакучий, швидко реагує, невимушений, живий.
4. Сангвінічно-флегматичний тип (CF) - безтурботний, лідируючий, стабільний, спокійний, врівноважений.
5. Флегматик (F) - надійний, що володіє собою, миролюбний, розсудливий.
6. Флегматично-меланхолійний (FM) тип - старанний, пасивний, інтроверт, тихий, нетовариський.
7. Меланхолік (M) - стриманий, песимістичний, тверезий, ригідний.
8. Меланхолійно-холеричний тип (MX) - сумлінний, примхливий, нейротичний, образливий, неспокійний.

Завдання 2: Діагностика темпераментальних особливостей особистості:

Опитувальник для вивчення темпераменту Я. Стреляу

Діагностованим пропонується дати відповіді на поставлені питання. У разі згоди з твердженням ставлять «+», незгоди – «-».

Текст опитувальника

1. Чи відносите Ви себе до людей, які легко встановлює товариські контакти?
2. Чи здатні Ви утриматися від тієї або іншої дії до тих пір, поки не отримаєте відповідного розпорядження/дозволу?
3. Чи достатньо Вам нетривалого відпочинку для відновлення сил після стомлюючої роботи?
4. Чи вмієте Ви працювати в несприятливих умовах?
5. Утримуєтеся Ви під час спору від неділових, емоційних аргументів?
6. Чи легко Вам втягнутися в роботу після тривалої перерви, наприклад, після відпустки або канікул?
7. Забуваєте про втому, якщо робота Вас повністю «поглинає»?
8. Чи здатні Ви, доручивши кому-небудь певну роботу, терпляче чекати її закінчення?
9. Засинаєте Ви однаково легко, лягаючи спати в різний час доби?
10. Чи вмієте Ви зберігати таємницю, якщо Вас про це просять?
11. Чи легко Ви повертаєтеся до роботи, якої не займалися кілька тижнів або місяців?
12. Чи вмієте Ви терпляче пояснювати?
13. Чи любите Ви роботу, що вимагає розумової напруги?
14. Чи викликає у Вас монотонна робота нудьгу або сонливість?
15. Чи легко Ви засинаєте після сильних переживань?
16. Чи здатні Ви, коли потрібно, утриматися від прояву своєї переваги?
17. Чи важко Вам стримувати злість або роздратування?
18. Чи ведете Ви себе природно в присутності незнайомих людей?

19. Чи в змозі Ви володіти собою у важкі хвилини?
20. Чи вмієте Ви, коли потрібно, пристосувати свою поведінку до поведінки оточуючих?
21. Чи охоче Ви беретеся за відповідальну роботу?
22. Чи впливає зазвичай оточення на Ваш настрій?
23. Чи здатні Ви стійко переносити поразку?
24. Розмовляєте Ви в присутності когось, чиєю думкою особливо дорожите, настільки ж вільно, як завжди?
25. Чи викликають у Вас роздратування несподівані зміни в Вашому розпорядку дня?
26. Чи є у Вас на все готові відповіді?
27. Чи в змозі Ви вести себе спокійно, коли чекаєте важливого для себе рішення (наприклад, результат іспиту, поїздка за кордон)?
28. Чи легко Ви організуєте перші дні своєї відпустки, канікул і т.п.?
29. Чи маєте Ви так звану «швидку реакцію»?
30. Чи легко Ви пристосовуєте своє ходіння або манеру до ходіння або манери до людей більш повільних?
31. Чи швидко Ви засинаєте?
32. Чи охоче Ви виступаєте на зборах, семінарах?
33. Чи легко Вам зіпсувати настрій?
34. Чи важко Вам відірватися від роботи?
35. Чи вмієте Ви утриматися від роботи, якщо це заважає іншим?
36. Чи легко Вас спровокувати на що-небудь?
37. Чи легко Ви працюєте з людьми?
38. Чи завжди Ви, коли Вам належить що-небудь важливе, обмірковуєте свої вчинки?
39. Чи в змозі Ви, читаючи текст, простежити з початку до кінця хід думок автора?
40. Чи легко Ви вступаєте в розмову з оточуючими людьми?
41. Утримуєтеся Ви від непотрібного спору з людиною, яка не права?
42. Чи охоче Ви беретеся за роботу, що вимагає великої спритності рук?
43. Чи в змозі Ви змінити вже прийняте рішення, враховуючи думку інших?
44. Чи швидко ви звикаєте до нової системи роботи?
45. Чи можете Ви працювати вночі, якщо працювали вдень?
46. Чи швидко Ви читаєте белетристику (розповідна художня проза — романи, повісті, оповідання, новели)?
47. Чи часто Ви відмовляєтеся від своїх намірів, якщо виникають перешкоди?
48. Чи вмієте Ви тримати себе в руках, якщо цього вимагають обставини?
49. Прокидаєтеся Ви зазвичай швидко і без праці?
50. Чи в змозі Ви утриматися від моментальної реакції?
51. Чи важко Вам працювати при шумі?
52. Чи вмієте Ви, коли необхідно, утриматися від того, щоб «різати правду-матку»?
53. Чи успішно Ви справляєтеся з хвилюванням перед іспитом, зустрічю з начальником?
54. Чи швидко Ви звикаєте до нового середовища?
55. Чи любите Ви часті зміни?

56. Відновлює Чи Вам сили нічний відпочинок, після того як Ви важко працювали весь день?
57. Чи уникаєте Ви занять, що вимагають виконання в нетривалій термін різнорідних дій?
58. Самостійно чи Ви зазвичай боретеся з труднощами?
59. Перебиваєте Ви співрозмовників?
60. Вміючи плавати, стрибнули б Ви у воду, щоб врятувати потопаючого?
61. Чи в змозі Ви напружено працювати (займатися)?
62. Чи можете Ви утриматися від недоречних зауважень?
63. Чи має для Вас значення постійне місце на роботі, за столом, на лекції і т.п.?
64. Чи легко Ви переходите від одного заняття до іншого?
65. Зважаєте Чи Ви всі «за» і «проти» перед тим, як прийняти важливе рішення?
66. Чи легко Ви долаєте перешкоди?
67. Чи не заглядаєте Ви в чужі листи, речі?
68. Нудно Вам під час постійно однакових протікаючих дій, занять?
69. Чи дотримуєтеся Ви правила поведінки в громадських місцях?
70. Утримуєтеся Ви під час розмови, виступи або відповіді на запитання від зайвих рухів і жестикуляцій?
71. Чи любите Ви жваву обстановку?
72. Чи любите Ви діяльність, що вимагає певних зусиль?
73. Чи в змозі Ви тривалий час зосереджувати увагу на виконанні певного завдання?
74. Чи любите Ви заняття (роботу), що вимагає швидких рухів?
75. Чи вмієте Ви володіти собою у важких життєвих ситуаціях?
76. Встаєте Ви, якщо потрібно, відразу після того, як прокинулися?
77. Чи здатні Ви, якщо потрібно, закінчивши доручену Вам роботу, терпляче чекати, поки не закінчать свою роботу інші?
78. Чи в змозі Ви, після того як побачите що-небудь неприємне, діяти настільки ж чітко, як завжди?
79. Чи швидко Ви переглядаєте щоденні газети?
80. Чи трапляється Вам говорити так швидко, що Вас важко зрозуміти?
81. Чи можете Ви, не виспавшись, нормально працювати?
82. Чи в змозі Ви працювати тривалий час без перерви?
83. Чи в змозі Ви працювати, якщо у Вас болить голова, зуб і т.п.?
84. Чи в змозі Ви, якщо це необхідно, спокійно закінчити роботу, знаючи, що Ваші товариші розважаються або чекають Вас?
85. Чи відповідаєте Ви, як правило, швидко на несподівані питання?
86. Чи говорите Ви зазвичай швидко?
87. Чи можете Ви спокійно працювати, якщо чекаєте гостей?
88. Чи легко Ви змінюєте свою думку під впливом переконливих аргументів?
89. Терплячі Ви?
90. Чи вмієте Ви пристосуватися до ритму роботи повільнішої людини?
91. Чи вмієте Ви так спланувати роботу, щоб одночасно виконувати декілька спільних дій?
92. Чи може весела компанія змінити Ваш пригнічений настрій?

93. Чи вмієте Ви без особливих зусиль виконувати декілька дій одночасно?
94. Чи зберігаєте Ви психічну рівновагу, коли є свідком нещасного випадку на вулиці?
95. Чи любите Ви роботу, що вимагає безлічі різноманітних маніпуляцій?
96. Чи зберігаєте Ви спокій, коли страждає хтось із близьких Вам людей?
97. Самостійні Ви в важких життєвих ситуаціях?
98. Вільно чи Ви відчуваєте себе у великій чи незнайомій компанії?
99. Чи можете Ви відразу ж перервати розмову, якщо це потрібно?
100. Чи легко Ви пристосовуєтеся до методів роботи інших?
101. Чи любите Ви часто змінювати рід роботи?
102. Чи схильні Ви брати ініціативу в свої руки, якщо трапляється щось надзвичайне?
103. Утримуєтеся Ви від недоречних посмішок?
104. Починаєте Ви відразу працювати інтенсивно?
105. Наважуєтеся Ви виступити проти громадської думки, якщо Вам здається, що Ви праві?
106. Чи в змозі Ви подолати тимчасову депресію?
107. Чи буває так, що ви Засинаєте сильно втомившись від розумової праці?
108. Чи в змозі Ви спокійно чекати, наприклад, в черзі?
109. Утримуєтеся Ви від втручання, якщо заздалегідь відомо, що воно ні до чого не приведе?
110. Чи в змозі Ви спокійно аргументувати під час різкої розмови?
111. Чи в змозі Ви миттєво реагувати у складних положеннях?
112. Чи ведете Ви себе тихо, якщо Вас про це просять?
113. Чи погоджуєтеся Ви без особливих внутрішніх коливань на хворобливі лікарські процедури?
114. Чи вмієте Ви інтенсивно працювати?
115. Чи охоче Ви змінюєте місця розваг і відпочинку?
116. Чи важко Вам звикнути до нового розпорядку дня?
117. Поспішайте Ви на допомогу в нещасних випадках?
118. Утримуєтеся Ви від небажаних вигуків і жестів на спортивних матчах, в цирку і т.п.?
119. Чи любите Ви роботу (заняття), яка потребує частих розмов з різними людьми?
120. Чи володієте Ви своєю мімікою?
121. Чи любите Ви роботу, що вимагає частих енергійних рухів?
122. Чи вважаєте Ви себе сміливим?
123. Переривається у Вас голос (Вам важко говорити) в незвичайній ситуації?
124. Чи вмієте Ви долати зневіру, викликане невдачею?
125. Якщо Вас про це просять, в змозі Ви тривалий час стояти (сидіти) спокійно?
126. Чи в змозі Ви придушити свої веселощі, якщо це може когось зачепити?
127. Чи легко Ви переходите від смутку до радості?
128. Чи легко Вас вивести з себе?
129. Чи дотримуєтеся Ви без праці зобов'язують у вашому середовищі правила поведінки?

130. Любите Ви виступати публічно?
131. Приступаєте Ви зазвичай до роботи швидко, без тривалої підготовки?
132. Чи готові Ви прийти на допомогу іншому, ризикуючи життям?
133. Енергійні Ви в рухах?
134. Чи охоче Ви виконуєте відповідальну роботу?

Ключ до опитувальника

Якщо відповідь відповідає коду - 2 бали. Якщо відповідь не відповідає коду - 0 балів. За відповідь «не знаю» - один бал.

Сила збудження. Відповідь «так»: питання - 3, 4, 7, 13, 15, 17, 19, 21, 23, 24, 32, 37, 39, 45, 46, 56, 58, 60, 61, 66, 72, 73, 78, 81, 82, 83, 94, 97, 98, 102, 105, 106, 113, 114, 117, 121, 122, 124, 130, 132, 133, 134. Відповідь «ні»: питання - 47, 51, 107, 123.

Сила гальмування. Відповідь «так»: питання - 2, 5, 8, 10, 12, 16, 27, 30, 35, 38, 42, 48, 50, 52, 53, 59, 62, 65, 67, 69, 70, 75, 77, 84, 87, 89, 90, 96, 99, 103, 108, 109, 110, 112, 118, 120, 125, 126, 129. Відповідь «ні»: питання - 18, 34, 36, 128.

Рухливість. Відповідь «так»: питання - 1, 6, 9, 11, 14, 20, 22, 26, 28, 29, 31, 33, 40, 41, 43, 44, 49, 54, 55, 64, 68, 71, 74, 76, 79, 80, 85, 86, 88, 91, 92, 93, 95, 100, 101, 104, 111, 115, 119, 127, 131. Відповідь «ні»: питання - 25, 57, 63, 116.

42 бали за певним властивості нервової системи позначають досить великий рівень концентрації даної властивості.

Врівноваженість за силою (К) - це відношення кількості балів за силою збудження до кількості балів за силою гальмування.

Чим більше $K \rightarrow$ до одиниці, тим більш висока врівноваженість даного індивіда.

Якщо $K > 1$ - невривноваженість в бік збудження. Якщо $K < 1$ - невривноваженість в бік гальмування.

Тест-опитувальник «Психологічна характеристика темпераменту» В. Русалова

Прочитати твердження і дайте відповідь на них, де відповідь «+» – означає «так», а «-» – означає «ні».

Текст опитувальника

1. Ви людина рухлива?
2. Ви завжди можете відразу, без окремих роздумів, включитися у розмову?
3. Ви надаєте перевагу самотності, аніж великій компанії?
4. Ви відчуваєте постійну потребу в діяльності?
5. Ваша мова звичайно повільна і некваплива?
6. Ви людина вразлива?
7. Ви часто не можете заснути через те, що посперечались із друзями?
8. Ви завжди бажаєте займатися у вільний час чим-небудь?
9. Часто Ваша мова передує Вашій думці під час розмови з іншими людьми?
10. Вас дратує швидка мова співрозмовника?
11. Ви почувалися б нещасливою людиною, якщо б Вас на тривалий час було позбавлено можливості спілкуватися з людьми?
12. Ви коли-небудь запізнювалися на побачення чи на роботу?
13. Вам подобається швидко бігати?
14. Ви дуже хвилюєтеся через розлад у роботі?

15. Вам легко виконувати роботу, яка вимагає тривалої уваги та великої зосередженості?
16. Вам важко говорити дуже швидко?
17. Чи часто Ви відчуваєте занепокоєння, що виконали роботу не так, як треба?
18. Чи часто Ваші думки перескакують з однієї на іншу під час розмови?
19. Чи подобаються Вам ігри, які вимагають швидкості та спритності?
20. Чи легко Ви можете знайти інші варіанти вирішення відомого завдання?
21. Чи відчуєте Ви неспокій, від того, що Вас неправильно зрозуміли під час розмови?
22. Чи охоче Ви виконуєте складну, відповідальну роботу?
23. Чи буває, що Ви говорите про речі, на яких не розумієтеся?
24. Чи легко Ви сприймаєте швидкий темп мови?
25. Чи легко Вам одночасно виконувати дуже багато справ?
26. Чи виникають у Вас конфлікти з друзями через те, що Ви сказали їм щось, не обміркувавши?
27. Чи надаєте Ви перевагу неважким справам, які не вимагають від Вас багато енергії?
28. Чи легко Ви засмуχετεся, коли виявляєте незначні недоліки у своїй роботі?
29. Чи любляете Ви сидячу роботу?
30. Чи легко Вам спілкуватися з різними людьми?
31. Ви завжди надаєте перевагу роздуму, зважуєте всі «за» і «проти» і тільки тоді висловлюєте свою думку?
32. Чи всі Ваші звички гарні та бажані?
33. Чи швидкий у Вас рух рук?
34. Ви завжди мовчите і не контактуєте, коли перебуваєте в товаристві малознайомих людей?
35. Чи легко Вам переключатися з одного варіанту вирішення завдання на інший?
36. Чи схильні Ви іноді перебільшувати у своїй уяві негативне ставлення близьких Вам людей?
37. Ви говірка людина?
38. Вам звичайно легко виконувати справу, яка вимагає миттєвої реакції?
39. Ви звичайно говорите повільно, без запинки?
40. Чи хвилюють Вас побоювання, що Ви не можете виконати якусь роботу?
41. Чи легко Ви ображаєтеся, коли близькі люди вказують на Ваші особисті недоліки?
42. Чи відчуваєте Ви потяг до напруженої, відповідальної діяльності?
43. Чи вважаєте Ви свої рухи повільними і неквапливими?
44. Чи бувають у Вас думки, які б Ви хотіли приховати від інших?
45. Чи можете Ви без тривалих роздумів задати делікатне запитання іншій людині?
46. Чи подобаються Вам швидкі рухи?
47. Чи легко Ви генеруєте нові ідеї?
48. Чи хвилюєтеся Ви перед відповідальною розмовою?
49. Чи можна сказати, що Ви швидко виконуєте доручену Вам справу?
50. Чи подобається Вам братися за велику справу самостійно?
51. Чи багата у Вас міміка під час розмови?

52. Якщо Ви пообіцяли що-небудь зробити, то чи завжди Ви виконуєте обіцяне, незалежно від того, зручно Вам це чи ні?
53. Чи ображаєтеся Ви через те, що люди, які Вас оточують, поведуться з Вами значно гірше, ніж це може бути?
54. Ви звичайно віддаєте перевагу виконанню одночасно тільки однієї операції?
55. Чи подобаються Вам ігри, які відбуваються у швидкому темпі?
56. Чи багато у Вашій мові тривалих пауз?
57. Чи легко Вам внести пожвавлення до компанії?
58. Чи відчуваєте Ви звичайно в собі надлишок сил, бажаючи зайнятися якою-небудь важкою справою?
59. Вам звичайно важко переключити увагу з однієї справи на іншу?
60. Чи буває так, що у Вас на тривалий час псується настрій через те, що зірвано заплановану справу?
61. Чи часто Ви не можете заснути через те, що щось негаразд у справах, пов'язаних з роботою?
62. Чи подобається Вам бути у великій компанії? 63. Чи хвилюєтеся Ви, коли з'ясовуєте стосунки з друзями?
64. Чи відчуваєте Ви потребу в роботі, яка потребує повної віддачі?
65. Чи втрачаєте Ви іноді самовладання, чи обурюєтеся?
66. Чи здатні Ви вирішувати багато справ одночасно?
67. Чи почуваєтеся Ви вільно у великій компанії?
68. Чи часто Ви висловлюєте своє перше враження, не обміркувавши все як слід?
69. Чи непокоїть Вас почуття невпевненості в процесі виконання роботи?
70. Чи повільні Ваші рухи, коли Ви майструєте що-небудь?
71. Чи легко Ви переключаєтеся з однієї роботи на іншу?
72. Чи швидко Ви читаєте вголос?
73. Чи Ви іноді розпускаєте плітки?
74. Ви мовчазні, коли перебуваєте в колі друзів?
75. Чи маєте Ви потребу в таких людях, які могли б Вас підбадьорити, розрадити?
76. Чи охоче Ви виконуєте багато всляких доручень одночасно?
77. Чи охоче Ви виконуєте роботу в швидкому темпі?
78. Чи у вільний час Ви звичайно відчуваєте потяг до спілкування з людьми?
79. Чи часто у Вас безсоння через невдачі на роботі?
80. Чи тремтять у Вас іноді руки під час сварки?
81. Чи довго Ви подумки готуєтеся перед тим, як висловитися?
82. Чи є серед Ваших знайомих люди, які Вам не подобаються?
83. Чи Ви звичайно надаєте перевагу легкій роботі?
84. Чи легко Ви ображаєтеся через дрібниці під час розмови?
85. Чи Ви звичайно першим у компанії вирішуєте почати розмову?
86. Чи відчуваєте Ви потяг до людей?
87. Чи схильні Ви спочатку все обміркувати і лише потім говорити?
88. Чи часто Ви хвилюєтеся з приводу своєї роботи?
89. Чи завжди Ви платили б за перевезення багажу в транспорті, якби не побоювалися перевірки?
90. Чи тримаєтеся Ви на вечірках або в компанії відокремлено?

91. Чи схильні Ви перебільшувати у власній уяві невдачі, пов'язані з роботою?
92. Чи подобається Вам швидко говорити?
93. Чи легко Вам утриматися від висловлення ідеї, яка негадане у Вас виникла?
94. Чи надаєте Ви перевагу повільній роботі?
95. Чи хвилюєтеся Ви через найдрібніші негаразди в роботі?
96. Ви надаєте перевагу повільній, спокійній розмові?
97. Чи часто хвилюєтеся через помилки в роботі, які Ви зробили?
98. Чи здатні Ви виконувати тривалу роботу?
99. Чи можете Ви, не довго думаючи, звернутися з проханням до іншої людини?
100. Чи часто Вас непокоїть почуття невпевненості в собі?
101. Чи легко Ви беретеся за виконання нових завдань?
102. Чи стомлюєтеся Ви, коли доводиться довго говорити?
103. Чи надаєте Ви перевагу роботі без напруження?
104. Чи подобається Вам різноманітна робота, яка потребує переключення уваги?
105. Чи подобається Вам тривалий час бути на самоті?

Аналіз результатів

Величини показників підраховуються за кількістю збігань з відповідями «Так» чи «Ні», які подано в ключі:

Ергічність (Ер): відповіді «Так» на запитання № 4, 6, 15, 22, 42, 50, 58, 64, 98; відповіді «Ні» на запитання № 27, 83, 103.

Соціальна ергічність (СЕр): відповіді «Так» на запитання № 11, 30, 57, 62, 67, 78, 86; відповіді «Ні» на запитання № 3, 34, 74, 90, 105.

Пластичність (П): відповіді «Так» на запитання № 20, 25, 35, 38, 47, 66, 71, 76, 101; відповіді «Ні» на запитання № 54, 59.

Соціальна пластичність (СП): відповіді «Так» на запитання № 2, 9, 18, 26, 45, 68, 85, 99; відповіді «Ні» на запитання № 31, 81, 87, 93.

Темп (Т): відповіді «Так» на запитання № 1, 13, 19, 33, 46, 49, 55, 77; відповіді «Ні» на запитання № 29, 43, 70, 94.

Соціальний темп (СТ): відповіді «Так» на запитання № 24, 37, 39, 51, 72, 92; відповіді «Ні» на запитання № 5, 10, 16, 56, 96, 102.

Емоційність (Ем): відповіді «Так» на запитання № 14, 17, 28, 40, 60, 61, 79, 88, 91, 95, 97.

Соціальна емоційність (СЕМ): відповіді «Так» на запитання № 6, 7, 21, 36, 41, 48, 53, 63, 75, 80, 84, 100.

Контрольні запитання на соціальну бажаність (К): відповіді «Так» на запитання № 32, 52, 89; відповіді «Ні» на запитання № 12, 23, 44, 65, 73, 82.

Відповіді дають можливість характеризувати темперамент як систему формальних змін у поведінці, які відображають 4-блокову структуру функціональної системи людини: — блок аферентного синтезу, якому відповідає ергічність; — блок програмування, який представлено пластичністю; — блок виконання, якому відповідає темп; — блок зворотного зв'язку, якому відповідає емоційна чутливість. У кожній шкалі темпераменту виділено дві підшкали: предметно-орієнтована та суб'єктивно-орієнтована (комунікативна). Вони відображають дві сфери взаємозв'язку людини і навколишнього середовища: предметний світ і суспільство, тобто діяльність і спілкування.

Заняття №8 (6 годин)

Тема: *Поняття характеру. Риси характеру.
Діагностика рис характеру особистості*

Мета заняття:

1. Формування у слухачів знань про характер та риси характеру особистості.
2. Відпрацювання навичок діагностики рис характеру особистості.

Хід заняття:

Теоретична частина

Поняття характеру. Поняття характеру в психології. Основні підходи до розуміння характеру особистості. Структура характеру. Характер та життєва позиція людини.

Риси характеру. Спрямованість характеру. Сила характеру. Риси характеру: позитивні та негативні. Основні синтетичні властивості позитивного характеру. Типологія характерів. Акцентуації характеру. Методи вивчення характеру.

Питання для обговорення:

1. Які риси свого характеру ви можете назвати?
2. На вашу думку, ваші сильні риси характеру?
3. Назвіть свої слабкі риси характеру?
4. Чи є статеві/етнічні відмінності у рисах характеру?

Практична частина

Завдання 1: Діагностика рис характеру особистості.

Експрес-діагностика системно-характерологічних ставлень особистості

В бланку відповідей за семибальною шкалою визначити ступінь сформованості рис характеру, поставивши позначку на шкалі. Після цього з'єднати всі крапки суцільною лінією, та отримати профіль характеру. При цьому у сім балів (ліва частина шкали) оцінюються яскраво виражені риси високоморальної поведінки.

Текст опитувальника

		7	6	5	4	3	2	1	0	
1	Тактовність									Безтактність
2	Принциповість									Безпринципність
3	Чуйність									Байдужість
4	Організованість									Безладність
5	Працьовитість									Лінощі
6	Самокритичність									Зарозумілість
7	Ініціативність									Безініціативність
8	Альтруїзм									Егоїзм
9	Впевненість у собі									Невпевненість
10	Акуратність									Неохайність
11	Ощадливість									Марнотратство
12	Помірність у потребах									Прагнення до наживи

		7	6	5	4	3	2	1	0	
--	--	---	---	---	---	---	---	---	---	--

Обробка й інтерпретація результатів

Максимальна сума балів, яку можна отримати – 84 бали. Сприятливим для дій в злагоженій групі вважається профіль з сумою балів понад 54; середнім – від 30 до 54 балів; несприятливим – менше 30 балів.

Зробіть висновок про чотири види відносин. Для цього підрахуйте отримані бали за шкалами:

- ставлення до людей - 1, 2, 3;
- до справи - 4, 5, 6;
- до себе - 7, 8, 9;
- до речей-10, 11,12,

Про ступінь сформованості кожної з системи відносин можна судити на підставі наступних показників: 12,6 і більше – високий; 7,5 – 12,5-середній; 7,4 і менше – низький.

Завдання 2: вивчити психологічні особливості характеру та темпераменту особистості.

Діагностика акцентуацій характеру за методикою К.Леонгарда та Г.Шмішека

Прочитати твердження і дайте відповідь на них, де відповідь «+» – означає «так», а «-» – означає «ні».

Текст опитувальника

1. У вас частіше буває веселий і безтурботний настрій?
2. Ви чутливі до образ?
3. Чи буває так, що у вас на очі навертаються сльози в кіно, театрі, у бесіді тощо?
4. Зробивши що – не будь, ви сумніваєтеся, чи все зроблено правильно, і не заспокоюєтеся доки не переконаєтеся ще раз у ньому?
5. У дитинстві ви були таким само сміливим, як інші ваші однолітки?
6. Чи часто у вас різко змінюється настрій від стану безмежної радості до відрази до життя, до себе?
7. Чи є ви зазвичай центром уваги в суспільстві, у компанії?
8. Чи буває так, що ви безпричинно знаходитеся в такому буркотливому настрої, що з вами краще не розмовляти?
9. Ви серйозна людина?
10. Чи здатні ви захоплюватися чим – не будь?
11. Чи заповзятливі ви?
12. Ви швидко забуваєте, якщо вас хтось скривдить?
13. Чи м'якосерді ви?
14. Опускаючи листа у поштову скриньку, чи перевіряєте ви проводячи рукою по щілині скриньки, що він упав у неї?
15. Чи прогнете ви завжди бути серед кращих працівників?
16. Чи бувало вам у дитинстві страшно під час грози чи при зустрічі з чужим собакою (а може бути, таке почуття буває і тепер)?
17. Ви прагнете в усьому і всюди зберігати порядок?
18. Ваш настрій залежить від зовнішніх обставин?

19. Чи люблять вас ваші знайомі?
20. Чи часто у вас буває почуття внутрішнього занепокоєння, відчуття можливої неприємності, лиха?
21. У вас часто буває трохи подавлений настрій?
22. Чи переживали ви хоча б раз істерику чи нервовий зрив?
23. Чи важко вам довго сидіти на місці?
24. Якщо стосовно вас несправедливо вчинили, ви зазвичай вважаєте потрібним енергійно обстоювати свої інтереси.
25. Чи можете ви зарізати курку чи вівцю?
26. Вас дратує, якщо вдома штора чи скатертина висять нерівно, і ви відразу ж намагаєтеся поправити їх.
27. Ви в дитинстві боялися залишатися на самоті вдома?
28. Чи часто у вас бувають безпричинні коливання настрою?
29. Ви прагнете бути висококваліфікованим працівником у своїй професії?
30. Чи швидко ви починаєте сердитися чи впадати в гнів?
31. Чи можете ви бути абсолютно безтурботним?
32. Чи буває так, що відчуття повного щастя буквально переповнює вас?
33. Як ви думаєте, вийшов би з вас ведучий гумористичного концерту?
34. Ви зазвичай висловлюєте власну думку досить відверто, прямо і недвозначно?
35. Вам важко переносити вигляд крові, він викликає у вас неприємні відчуття?
36. Чи подобається вам робота з великою особистою відповідальністю?
37. Ви схильні виступати на захист осіб, щодо яких допущена несправедливість.
38. Було б вам страшно спускатися в темний підвал?
39. Ви віддаєте перевагу роботі, в якій треба діяти швидко, але вимоги до якості виконання невисокі?
40. Чи товариські ви?
41. У школі ви охоче декламували вірші.
42. Чи тікали ви в дитинстві з дому?
43. Чи здається вам життя важким?
44. Чи буває так, що після конфлікту, образи ви були так розстроєні, що йти на роботу здавалося просто нестерпним?
45. Чи можна сказати, що при невдачі ви не втрачаєте почуття гумору?
46. Якби вас хто – не будь скривдив, зробили б ви першим крок до примирення?
47. Ви дуже любите тварин?
48. Ви іноді повертаєтеся, щоб переконатися, що залишили домівку або робоче місце в порядку, і там нічого непередбаченого не трапиться?
49. Вас іноді переслідує незрозуміла думка, що з вами чи вашими близькими може трапитися щось страшне?
50. Чи вважаєте ви, що ваш настрій дуже мінливий?
51. Чи важко вам виступати перед великою кількістю людей?
52. Ви можете вдарити кривдника, якщо він вас образить?

53. У вас дуже велика потреба в спілкуванні з іншими людьми?
54. Ви належите до тих, хто при будь яких розчаруваннях впадає в глибокий розпач?
55. Вам подобається робота, що вимагає енергійної організаторської діяльності?
56. У вас вистачає наполегливості досягати поставленої мети, незважаючи на те що на шляху до неї доводиться долати чимало перешкод?
57. Трагічний фільм може схвилювати вас так, що на очах виступають сльози?
58. Чи часто вам буває важко заснути через те, що проблеми пережитого чи майбутнього дня увесь час крутяться в голові?
59. У школі ви підказували чи давали списувати товаришам?
60. Вам знадобилась би велика напруга волі, щоб пройти вночі одному через цвинтар?
61. Чи ретельно ви стежите за тим, щоб удома кожна річ була завжди на своєму місці?
62. Чи буває так, що ви лягаєте ввечері спати в гарному настрої, а ранком встаєте в пригніченому, що триває ледве не весь день?
63. Чи легко ви звикаєте до нових ситуацій?
64. Чи бувають у вас головні болі?
65. Ви часто смієтеся?
66. Ви можете бути привітним навіть з тими, кого ви не цінуєте і не поважаєте?
67. Ви рухлива людина?
68. Ви дуже переживаєте через несправедливість?
69. Ви настільки любите природу, що можете назвати її своїм другом?
70. Ідучи з дому, лягаючи спати, перевіряєте ви, чи закритий газ, чи погашене світло, чи замкнені двері?
71. Ви дуже боязкі?
72. Чи змінюється ваш настрій при вживанні алкоголю?
73. В юності ви охоче брали участь у художній самодіяльності?
74. Ви розцінюєте життя трохи песимістично, без очікування радості?
75. Чи часто вас тягне подорожувати?
76. Ваш настрій може змінюватися так різко, що стан радості раптом змінюється похмурістю і пригніченістю?
77. Чи легко вам удається підняти настрій друзів у компанії?
78. Чи довго ви переживаєте образу?
79. Чи довго ви переживаєте прикрасі інших людей?
80. Будучи школярем, ви нерідко переписували сторінку, якщо випадково ставили на ній пляму.
81. Ви ставитеся до людей скоріше з обережністю і недовірою, ніж довірливістю?
82. Чи часто ви бачите страшні сни?
83. Чи буває, що ви остерігаєтеся того, що кинетеся під колеса прямуючого потягу чи випадете з вікна, розташованого на високому поверсі?
84. У веселій компанії ви зазвичай веселі?

85. Чи здатні ви відволіктися від важких проблем, що вимагають вашого рішення?

86. Ви стаєте менш стриманим і почуваетесь вільнішим під впливом алкоголю?

87. У бесіді ви скупі на слова?

88. Якби вам треба було грати на сцені, ви змогли б увійти в роль настільки, що це тільки гра?

Обробка результатів

1. Демонстративність/демонстративний тип:

«+»: 7, 19, 22, 29, 41, 44, 63, 66, 73, 85, 88. «-»: 51. Суму помножити на 2.

2. Неврівноваженість/неврівноважений тип:

«+»: 2, 15, 24, 34, 37, 56, 68, 78, 81. «-»: 12, 46, 59. Суму помножити на 2.

3. Педантичність/педантичний тип:

«+»: 4, 14, 17, 26, 39, 48, 58, 61, 70, 80, 83. «-»: 36. Суму помножити на 2.

4. Збудливість/Збудливий тип:

«+»: 8, 20, 30, 42, 52, 64, 74, 86. Суму помножити на 3.

5. Гіпертимність/гіпертимний тип:

«+»: 1, 11, 23, 33, 45, 55, 67, 77. Суму помножити на 3.

6. Дистимність/дистимний тип:

«+»: 9, 21, 43, 75, 87. «-»: 31, 53, 65. Суму помножити на 3.

7. Тривожність/тривожно-боязливий тип:

«+»: 16, 27, 38, 49, 60, 71, 82. «-»: 5. Суму помножити на 3.

8. Екзальтованість/афективно-екзальтований тип:

«+»: 10, 32, 54, 76. Суму помножити на 6.

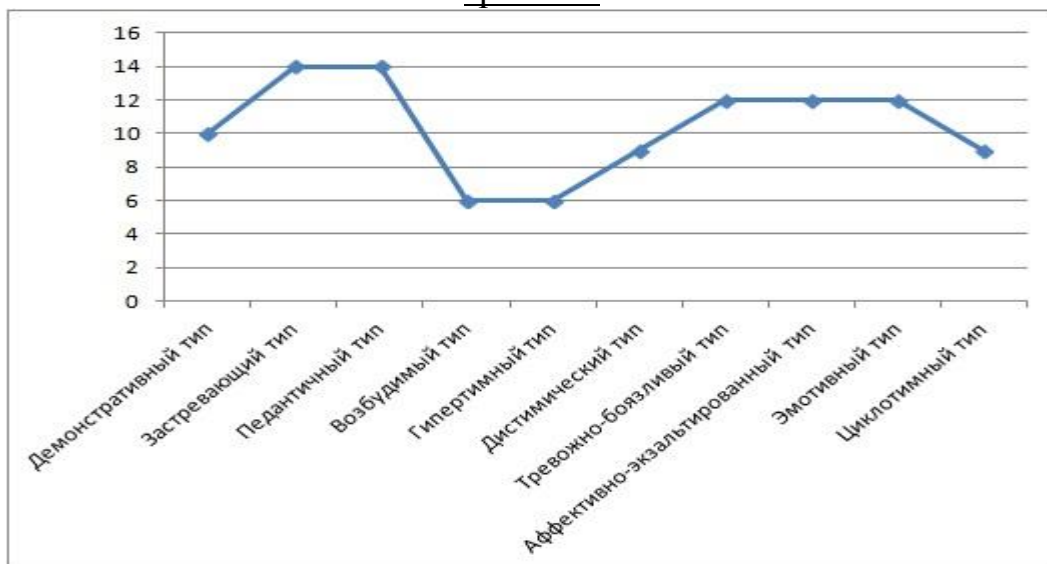
9. Емотивність/емотивний тип:

«+»: 3, 13, 35, 47, 57, 69, 79. «-»: 25. Суму помножити на 3.

10. Циклотимність/циклотимний тип:

«+»: 6, 18, 28, 40, 50, 62, 72, 84. Суму помножити на 3.

Намалюйте профіль особистості, згідно отриманих результатів, за цим зразком:



Заняття №9 (4 години)

Тема: *Фактори, що впливають на формування характеру. Визначення напрямків подальших досліджень та завдання на літо*

Мета заняття:

Формування у слухачів знань про фактори становлення характеру.

Хід заняття:

Теоретична частина

Фактори, що впливають на формування характеру. Проблема формування характеру. Фактори, що впливають на формування характеру: фізіологічні особливості, виховання, соціальне середовище, самовиховання.

Питання для обговорення:

1. Які риси характеру ви хотіли б у собі змінити?
2. Визначте фактори, що вплинули /впливають на формування вашого характеру?

Практична частина

Завдання 1: Тренінгова вправа «Риси характеру». Слухачам кріпиться на спину листок, поділений навпіл. Завдання полягає у тому, щоб слухачі написали один одному по одній рисі характеру в кожній частині листка: в лівій – позитивну рису характеру; в правій – негативну. Після цього листки знімаються й результати обговорюються в групі.

Завдання 2: Обговорення в групі перспектив подальших наукових пошуків шляхом аналізу: розширення та уточнення теми наукового дослідження слухачів; розширення вибірки досліджуваних.

Завдання 3: Складання списку побажань на літо. Слухач виходить з аудиторії, в цей час кожен з учасників на маленькому клаптику паперу пише йому одне побажання на літо. Завдання виконується до тих пір, поки всі учасники не вийдуть з кімнати. Для кожного слухача листочки збираються окремо та по завершенню вправи передаються для ознайомлення. Результати виконання вправи обговорюються в групі. Кожен слухач дає зворотній зв'язок.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Варій М. Й. Загальна психологія: підручник. 3-є вид., виправл. та доповн. К. : Центр учб. л-ри, 2009. 1008 с
2. Дрозденко К. С. Загальна психологія в таблицях і схемах: Навч. посібник. К.: ВД «Професіонал», 2004. 304 с.
3. Дуткевич Т. В. Загальна психологія. Підручник. Режим доступу: https://pidru4niki.com/79874/psihologiya/zagalna_psihologiya [Назва з екрана].
4. Загальна психологія / За загальною редакцією С. Д. Максименка. Підручник. 2-е вид., переробл. і доп. Вінниця: Нова книга, 2004. 704 с.
5. Загальна психологія: методичні рекомендації до лабораторного практикуму / Кихтюк О.В., Мудрик А.Б., Соловей О.А., Федотова Т.В. Луцьк, 2015. 148 с.
6. Комінко С. Б., Кучер Г. В. Кращі методи психодіагностики. Тернопіль : Карт-бланш, 2005. 406 с.
7. Кириленко Т. С. Психологія: емоційна сфера особистості: навч. посіб-ник. К. : Либідь, 2007. 256 с.
8. Корольчук М. С. Психодіагностика : [навчальний посібник для студентів внз]. За заг. ред. М. С. Корольчука. К. : Ельга, Ніка-Центр, 2004. 400 с.
9. Костуба Наталія Загальна психологія. Пізнавальні процеси: методичні рекомендації до проведення практичних і лабораторних занять. Луцьк, 2021. 64 с.
10. Лемак М.В., В.Ю Петрище Психологу для роботи : діагностичні методики. Режим доступу: https://wp.nmc-pto.rv.ua/DOK/MZPsSI/Psychologu_dla_roboty.pdf [Назва з екрану]
11. Максименко С. Д., Коваль І. А., Максименко К. С., Папуча М. В. Медична психологія. Вінниця : Нова Кн., 2008. 520 с.
12. Методичні рекомендації до написання та захисту курсових робіт із курсу «Загальна психологія» для студентів підготовки бакалавра, галузі знань 05 «Соціальні та поведінкові науки», спеціальності 053 «Психологія», за освітньою програмою «Психологія». Укладачі Мітлош А.В, Федотова Т.В. Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки, 2018. 26 с.
13. Методичні рекомендації щодо підготовки і написання науково-дослідницьких робіт в системі Малої академії наук (НТУ). Департамент освіти Вінницької міської ради Міський методичний кабінет. Режим доступу: https://mmk.edu.vn.ua/uploads/images/articles/obdarovani/man/man_recom.doc [Назва з екрану]
14. Мозок і психіка: Методичні рекомендації для студентів педагогічних вузів / Чудасва Н.В., Шулдик Г.О. випр. та доповн. Умань: ПП Жовтий, 2014. 30 с.
15. Морозов С. М., Музичко Л. В., Тімакова А. В. Психодіагностика. Тести. Методика та практика застосування. Київ : ІПО КНУ ім. Тараса Шевченка, 2004. 220 с.
16. Москалець В. П. Загальна психологія [текст]: підручник. К. Ліра-К., 2020. 564 с.
17. М'ясоїд П. А. Загальна психологія : навч. посіб. 2-ге вид., доповн. К. : Вища шк., 2001. 487 с.

18. Панок В.Г. Прикладна психологія. Теоретичні проблеми : монографія. Київ : Ніка-Центр, 2017. 188 с.
19. Психологія : Підручник для студентів ВНЗ / За ред. Ю. Л. Трофімова. Вид. 6. К. : Либідь, 2008. 560 с.
20. Сайт Малої академії наук міста Івано-Франківська. Режим доступу: <http://akademium.if.ua/?cat=15> [Назва з екрану]
21. Скрипченко О. В. Загальна психологія: підручник. К. : Либідь, 2005. 464 с.
22. Тест «Діагностика творчого потенціалу та креативності». Центр розвитку кар'єри та неперервної освіти. Режим доступу: https://career.vntu.edu.ua/ukr/index.php?option=com_content&view=article&id=785:tekst-diahnostyka-tvorchoho-potentsialu-ta-kreatyvnosti-z-kliuchem&catid=37&Itemid=906 [Назва з екрану]
23. Тест-опитувальник вольового самоконтролю А.В. Зверкова й Е.В. Ейдмана. Всеосвіта. Режим доступу: <https://vseosvita.ua/library/embed/000z11-3ae4.doc.html> [Назва з екрану]
24. Техніка та психотехніка оратора під час публічного виступу. Режим доступу: https://pidru4niki.com/1140081754539/pedagogika/tehnika_psihotehnika_oratora_pid_chas_publichnogo_vistupu [Назва з екрану]
25. Техніка та технологія публічного виступу. Режим доступу: <http://www.student-works.com.ua/kursovi/BJD/1408.html> [Назва з екрану]
26. Федотова Т. В. Навчальна програма з психології. *Навчальні програми з позашкільної освіти. Дослідницько-експериментальний напрям. Хімія та біологія* / О. І. Зеленський, О. П. Качоровська, С. Г. Кравець та ін. ; [відп. за вип. Т. В. Пещеріна]. Київ: Національний центр «Мала академія наук України», 2021. 176 с. Режим доступу: <https://api.man.gov.ua/api/assets/man/d6ab5da5-737c-49b7-ba7c-62b640649446/> [Назва з екрану]