

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ОДЕСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ І. І. МЕЧНИКОВА
ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГІЇ ТА СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ

М. Ф. Будіянський, І. Ю. Фурта

ПСИХОЛОГІЯ

МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ

ОДЕСА
ОНУ
2021

Автори:

М. Ф. Будіянський, кандидат психологічних наук, професор кафедри соціальної та прикладної психології факультету психології та соціальної роботи ОНУ імені І. І. Мечникова;

І. Ю. Фурта, асистент кафедри соціальної та прикладної психології факультету психології та соціальної роботи ОНУ імені І. І. Мечникова.

Рецензенти:

М. Е. Білова, кандидат психологічних наук, доцент кафедри соціальної і прикладної психології факультету психології та соціальної роботи ОНУ імені І. І. Мечникова;

О. Д. Вішталенко, кандидат психологічних наук, доцент кафедри соціальної і прикладної психології факультету психології та соціальної роботи ОНУ імені І. І. Мечникова.

Рекомендовано вченою радою
факультету психології і соціальної роботи ОНУ імені І. І. Мечникова.
Протокол № 3 від 11.12.2020 р.

Будіянський М.Ф.

Психологія : метод. рекомендації / М. Ф. Будіянський, І. Ю. Фурта. – Одеса : Одес. нац. ун-т ім. І. І. Мечникова, 2021. – 30 с.

Методичні рекомендації з дисципліни «Психологія» включають запитання, які виносяться на семінарсько-практичні заняття, завдання для самостійного виконання студентами, теми для наукових повідомлень та доповідей і рекомендовану літературу для вивчення курсу. Мають на меті допомогу в організації самостійної роботи.

Методичні рекомендації призначені для студентів 1 та 2 курсу денної та заочної форми навчання, здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти ОНУ імені І. І. Мечникова за непсихологічними спеціальностями (054 «Соціологія», 052 «Політологія», 055 «Міжнародні відносини», 035 «Філологія»).

УДК 159.9(075.8)

© Будіянський М. Ф., Фурта І. Ю., 2021

© Одеський національний університет імені І. І. Мечникова, 2021

ЗМІСТ

ВСТУП.....	4
ЗМІСТ СЕМІНАРСЬКО-ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ	6
Тема 1. Психологія як наукове знання.....	6
Тема 2. Розвиток психіки тварин і людини.	6
Тема 3. Історія розвитку психологічного знання і основні напрямки в психології	8
Тема 4. Пізнавальні психічні процеси: відчуття, сприйняття, увага	9
Тема 5. Пізнавальні психічні процеси: пам'ять, уява, мислення	10
Тема 6. Психологія особистості. Особистість як суб'єкт діяльності.....	11
Тема 7. Емоційно-вольова сфера особистості.....	12
Тема 8. Індивідуально-психологічні особливості особистості.....	12
Тема 9. Мова і спілкування.	13
Тема 10. Міжособистісні відносини і конфлікти.....	14
Тема 11. Психологія соціальної групи	15
ТЕМИ ІНДИВІДУАЛЬНИХ РОБІТ	17
Методичні вказівки до виконання індивідуальної роботи	17
ПИТАННЯ ДЛЯ САМОПЕРЕВІРКИ	19
Список літератури до курсу	26

ВСТУП

Методичні рекомендації призначені для студентів неpsychологічних спеціальностей. Мета даних методичних рекомендацій – допомогти студентам 1 та 2 курсів денної та заочної форми навчання неpsychологічних спеціальностей при організації їхньої самостійної роботи за дисципліною «Психологія». У рекомендаціях, містяться запитання, які виносяться на семінарсько-практичні заняття, завдання для самостійного виконання студентами, теми індивідуальних робіт і рекомендована література для вивчення курсу.

Методичні рекомендації направлені на те, щоб студенти змогли:

- сформувані теоретичні уявлення про психологію як науку, її історію, методи, основні концепції;
- з'ясувати стан та структуру сучасної психології;
- розкрити процес еволюційного становлення психіки людини;
- виявити психологічні особливості людини, які сприяють її успішній діяльності;
- підвищити рівень своєї психологічної культури;

Компетентності та програмні результати навчання:

Процес вивчення дисципліни спрямований на формування елементів наступних компетентностей.

а) загальних (ЗК):

ЗК2. Знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності.

ЗК4. Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями.

ЗК.12. Здатність аналізувати власну діяльність та застосовувати методи когнітивної та емоційної регуляції власної діяльності, фізичного та психічного стану.

б) фахових компетентностей спеціальності (СК):

СК1. Здатність оперувати категоріально-понятійним апаратом психології.

СК2. Здатність до ретроспективного аналізу вітчизняного та зарубіжного досвіду розуміння природи виникнення, функціонування

та розвитку психічних явищ.

СК7. Здатність аналізувати та систематизувати одержані результати, формулювати аргументовані висновки та рекомендації.

СК12. Здатність до особистісного та професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку.

Програмні результати навчання:

ПР1. Аналізувати та пояснювати психічні явища, ідентифікувати психологічні проблеми та пропонувати шляхи їх розв'язання.

ПР2. Розуміти закономірності та особливості розвитку і функціонування психічних явищ в контексті професійних завдань.

ПР3. Здійснювати пошук інформації з різних джерел, у т. ч. з використанням інформаційно-комунікаційних технологій, для вирішення професійних завдань.

ПР10. Формулювати думку логічно, доступно, дискутувати, обстоювати власну позицію, модифікувати висловлювання відповідно до культурних особливостей співрозмовника.

ПР13. Взаємодіяти, вступати у комунікацію, бути зрозумілим, толерантно ставитися до осіб, що мають інші культурні чи гендерно-вікові відмінності.

ПР14. Ефективно виконувати різні ролі у команді у процесі вирішення фахових завдань, у тому числі демонструвати лідерські якості.

ПР15. Відповідально ставитися до професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку.

ЗМІСТ СЕМІНАРСЬКО-ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ

Тема 1. Психологія як наукове знання

1. Визначення психології як науки.
2. Місце психології в системі наук. Характеристика основних галузей психології.
3. Об'єкт, предмет і завдання сучасної психології.
4. Основні відмінності життєвих і наукових психологічних знань.
5. Методологія, принципи та методи сучасної психології.
6. Характеристика етапів розвитку психології як науки.

Завдання для виконання в аудиторії

1. Які галузі психології, на вашу думку, найбільш тісно пов'язані з вашою майбутньою професійною діяльністю? Відповідь обґрунтуйте.
2. Наведіть приклади формування життєвих психологічних знань.
3. Недоліки та переваги методів спостереження та експерименту.

Рекомендована література

- 1) Варій М. Й. Загальна психологія: Підручник. К.: ЦУЛ, 2009. 1007 с.
- 2) Лурия А. Р. Лекции по общей психологии. СПб.: Питер, 2006. 320 с.
- 3) Маклаков А. Г. Общая психология СПб.: Питер, 2008. 593 с.
- 4) Максименко С. Д. Загальна психологія: навч. посібник. К.: Центр навчальної літератури, 2008. 272 с.

Тема 2. Розвиток психіки тварин і людини

1. Поняття про психіку та її основні функції.
2. Виникнення і етапи розвитку психіки в філогенезі (від найпростіших тварин до людини).
3. Матеріальний субстрат психіки. Будова та функції нервової системи людини.
4. Передумови виникнення людської свідомості та її історичний розвиток.
5. Відмінності психіки тварин і психіки людини. Інстинкт та навчання.
6. Розвиток психіки в онтогенезі.

Завдання для виконання в аудиторії

1. Як ви думаєте, що спричиняє специфічний розвиток психіки так званих «дітей-мауглі»?
2. Чи є у тварин свідомість? Аргументуйте свою відповідь.
3. Проаналізуйте приклади поведінки тварин та назвіть характерні їх особливості. Зробіть висновок про особливості основних ознак інстинкту.
 - а) Багаторазово у інкубаторах виводили диких птахів. Ці птахи в штучних обставинах будували гнізда так, як зазвичай будують птахи даного виду.
 - б) Не всі кішки ловлять мишей, хоча ця реакція вважається інстинктивною. З'ясувалося, що кошенята перед тим, як почати полювати на мишей, повинні побачити, як це роблять дорослі кішки; кошенята, що зростають разом з мишами, рідко стають вбивцями мишей.
 - в) Риби пінагори відкладають ікру на межі відливу. Якщо вода відступає та оголює купку ікри, то можна побачити як самець, що охороняє ікру час від часу поливає її з рота водою, щоб вона не пересохла.

Рекомендована література

- 1) Варій М.Й. Загальна психологія: Підручник. К.: ЦУЛ, 2009. 1007 с.
- 2) Маклаков А.Г. Общая психология СПб.: Питер, 2008. 593 с.
- 3) Максименко С.Д. Загальна психологія : навч. посібник. К.: Центр навчальної літератури, 2008. 272 с.
- 4) Нуркова В. В. Общая психология: учебник для вузов. 3-е изд., перераб. и доп. М.: Издательство Юрайт, 2013. 604 с.
- 5) Партико Т.Б. Загальна психологія: підруч. для студ. вищ. навч. закл. К.: Видавничий Дім «Ін Юре», 2008. 416 с.

Тема 3. Історія розвитку психологічного знання і основні напрямки в психології

1. Дослідження В. Вундта – перші кроки наукового психологічного знання.
2. Біхевіоризм як наука про поведінку (Дж. Уотсон, Е. Торндайк).
3. Психоаналіз як вчення, що досліджує несвідоме та його взаємозв'язок із свідомим у психіці людини (З. Фрейд, А. Адлер, К. Г. Юнг).
4. Гештальтпсихологія як течія в науковій психології (М. Вертгеймер, В. Келлер, К. Коффка, К. Левін).
5. Гуманістичний напрям в психології (Г. Олпорт, К. Роджерс, А. Маслоу).
6. Культурно-історична теорія Л. С. Виготського. Вчення про діяльність А. Н. Леонтьєва.

Завдання для виконання в аудиторії

1. Чому, на вашу думку, психоаналіз є найбільш популярною течією психології?
2. Яка різниця в розумінні особистості людини у психоаналізі та у гуманістичній психології?

Рекомендована література

- 1) Варій М. Й. Загальна психологія: Підручник. К.: ЦУЛ, 2009. 1007 с.
- 2) Ждан А. Н. История психологии от античности до наших дней Учебник для вузов. 5-е изд., перераб. и доп. М.: Академический Проект, 2004. 576 с.
- 3) Марцинковская, Т. Д. История психологии Учебное пособие М.: Академия, 2007. 538 с.
- 4) М'ясоїд П. А. Загальна психологія : навч. посібник. Київ.: Вища школа, 2000. 480 с.

Тема 4. Пізнавальні психічні процеси: відчуття, сприйняття, увага

1. Поняття про відчуття, його характеристика.. Фізіологічне підґрунтя відчуттів. Класифікація та різновиди відчуттів. Загальні властивості та закономірності відчуттів.
2. Поняття про сприйняття, його основні види та властивості. Закони та ілюзії сприйняття.
3. Порівняльний аналіз фізіологічних основ сприйняття і відчуття.
4. Увага, її основні види, властивості та їх розвиток. Взаємозв'язок уваги та свідомості. Фізіологічні механізми уваги і орієнтовний рефлекс. Принцип домінанти Ухтомського.

Завдання для виконання в аудиторії

1. Доведіть біологічну значимість сенсорної адаптації.
2. Що спільного в явищах сенсibiliзації, компенсації та синестезії?
3. Чи має минулий досвід вплив на сприйняття? Відповідь обґрунтуйте.

Самостійна домашня робота

Перегляньте фільм «Чи можна вірити своїм очам?/ Is Seeing Believing?» 2010 від BBC. Після перегляду опишіть загальні враження та дайте відповідь на запитання:

- Який експеримент сподобався найбільше і чому?
- Що нового ви дізналися про сприйняття?
- Чим ці знання можуть бути корисними для вашої спеціальності?

Обсяг роботи – до однієї сторінки А4.

Рекомендована література

- 1) Варій М. Й. Загальна психологія: Підручник. К.: ЦУЛ, 2009. 1007 с.
- 2) Маклаков А. Г. Общая психология СПб.: Питер, 2008. 593 с.
- 3) М'ясоїд П. А. Загальна психологія: навч. посібник. Київ.: Вища школа, 2000. 480 с.
- 4) Партико Т. Б. Загальна психологія: підруч. для студ. вищ. навч. закл. К.: Видавничий Дім «Ін Юре», 2008. 416 с.
- 5) Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии. СПб: Питер, 2002. 720 с.

Тема 5. Пізнавальні психічні процеси: пам'ять, уява, мислення

1. Поняття про пам'ять. Загальна характеристика процесів пам'яті. Класифікація окремих видів пам'яті: за характером психічної активності, по характеру цілей діяльності, по тривалості закріплення і збереження матеріалу.
2. Основні різновиди запам'ятовування та їх характеристика. Поняття про мнемічну діяльність.
3. Відтворення та його основні різновиди. Основні форми забування та його причини.
4. Поняття про уяву та її різновиди. Зв'язок уяви з об'єктивної дійсністю. Процес створення образів уяви та її механізми. Значення уяви для особистості та творчості.
5. Поняття про мислення. Операції, форми і види мислення. Різновиди мислення. Процес розв'язання завдань.

Завдання для виконання в аудиторії

1. Які головні умови продуктивного запам'ятовування?
2. Розкрийте значення дивергентного мислення у вашій професійній діяльності.
3. Чим корисне для людини забування?

Рекомендована література

- 1) Варій М. Й. Загальна психологія: Підручник. К.: ЦУЛ, 2009. 1007 с.
- 2) Маклаков А. Г. Общая психология СПб.: Питер, 2008. 593 с.
- 3) М'ясоїд П. А. Загальна психологія: навч. посібник. Київ.: Вища школа, 2000. 480 с.
- 4) Партико Т. Б. Загальна психологія: підруч. для студ. вищ. навч. закл. К.: Видавничий Дім «Ін Юре», 2008. 416 с.
- 5) Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии. СПб: Питер, 2002. 720 с.

Тема 6. Психологія особистості. Особистість як суб'єкт діяльності

1. Поняття особистості в психології. Співвідношення понять «індивід», «суб'єкт», «особистість» і «індивідуальність». Біологічне і соціальне в особистості.
2. Теоретичні напрями вивчення особистості: психодинамічні, біхевіоральні, гуманістичні, диспозиційні, діяльнісні.
3. Структура особистості. Соціалізація особистості. Сенситивні та критичні періоди розвитку особистості.
4. Самосвідомість. «Я-концепція» та її компоненти: когнітивний, емоційно-оцінковий, поведінковий. Самооцінка особистості та її види. Самоповага та рівень домагань людини.
5. Вчинкова активність особистості та її види.
6. Діяльність як фактор розвитку індивіда і становлення людської особистості та індивідуальності. Види людської діяльності. Діяльність як психофізіологічний процес: психічні процеси та досвід людини (знання, уміння, навички).

Завдання для виконання в аудиторії

1. Яка самооцінка, на ваш погляд, є найбільш відповідною для успішного виконання діяльності?
2. Проаналізуйте види людської діяльності у зв'язку з розвитком особистості.

Рекомендована література

- 1) Варій М. Й. Загальна психологія: Підручник. К.: ЦУЛ, 2009. 1007 с.
- 2) Маклаков А. Г. Общая психология СПб.: Питер, 2008. 593 с.
- 3) М'ясоїд П. А. Загальна психологія: навч. посібник. Київ.: Вища школа, 2000. 480 с.
- 4) Партико Т. Б. Загальна психологія: підруч. для студ. вищ. навч. закл. К.: Видавничий Дім «Ін Юре», 2008. 416 с.
- 5) Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии. СПб: Питер, 2002. 720 с.
- 6) Титаренко Т. М. Сучасна психологія особистості: Навч. посібни. 2-е вид. К.: Каравела, 2013. 372 с.

Тема 7. Емоційно-вольова сфера особистості

1. Поняття про емоції та почуття, їхні види, властивості та основні функції.
2. Психологічні теорії емоцій.
3. Вищі почуття (моральні, естетичні, інтелектуальні) як особлива форма переживань.
4. Воля як процес свідомого регулювання поведінки.
5. Основні психологічні теорії волі.
6. Загальна характеристика вольових дій. Структура вольової дії.
7. Психологічні механізми вольової регуляції та вольові якості особистості.

Завдання для виконання в аудиторії

1. Запропонуйте ідеї на тему покращення вольових зусиль.
2. Емоції в житті нам допомагають чи заважають? Обґрунтуйте відповідь.
3. Які об'єктивні та суб'єктивні чинники можуть впливати на настрій? Якими є головні ознаки афекту?

Рекомендована література

- 1) Варій М. Й. Загальна психологія: Підручник. К.: ЦУЛ, 2009. 1007 с.
- 2) Ильин Е. П. Психология воли. 2-е изд. СПб.: Питер, 2009 368 с.
- 3) Ильин Е. П. Эмоции и чувства. СПб: Питер, 2001. 752 с.
- 4) Маклаков А. Г. Общая психология СПб.: Питер, 2008. 593 с.
- 5) Партико Т. Б. Загальна психологія: підруч. для студ. вищ. навч. закл. К.: Видавничий Дім «Ін Юре», 2008. 416 с.
- 6) Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии. СПб: Питер, 2002. 720 с.

Тема 8. Індивідуально-психологічні особливості особистості

1. Історія вивчення типологічних особливостей особистості. Гуморальні, морфологічні, психофізіологічні, психіатричні, соціально-особистісні теорії.

2. Темперамент: поняття, властивості і основні типи темпераменту. Вплив темпераменту на діяльність людини.

3. Поняття про характер. Чинники формування характеру.

4. Типологія характерів за К. Леонгардом, А. Е. Личко.

5. Здібності особистості: поняття, види, структура і їх розвиток.

Завдання для виконання в аудиторії

1. Наведіть основні аргументи прихильників вродженого та набутого характеру здібностей.

2. Чи є зв'язок між формуванням характеру та темпераментом? Якщо так, то який?

3. Які вікові особливості прояву темпераменту?

Рекомендована література

1) Варій М. Й. Загальна психологія: Підручник. К.: ЦУЛ, 2009. 1007 с.

2) Дружинин В. Н. Психология общих способностей. 3-е изд. СПб.: 2007. 368 с.

3) Леонгард К. Акцентуированные личности. К.: Выща школа, 1989. 375 с.

4) Маклаков А. Г. Общая психология СПб.: Питер, 2008. 593 с.

5) Партико Т. Б. Загальна психологія: підруч. для студ. вищ. навч. закл. К.: Видавничий Дім «Ін Юре», 2008. 416 с.

6) Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии. СПб: Питер, 2002. 720 с.

Тема 9. Мова і спілкування

1. Поняття про мову та її функції.

2. Фізіологічні механізми мовної діяльності.

3. Структура, функції та види спілкування.

4. Психологічні підходи до феномену спілкування і його сутності.

5. Характеристика функцій і основних сторін спілкування.

а) комунікативна сторона спілкування;

б) інтерактивна сторона спілкування;

в) перцептивна сторона спілкування.

Завдання для виконання в аудиторії

1. Дайте характеристику основним невербальним засобам спілкування: кінесіка, такесіка, проксеміка.

2. Перерахуйте основні фактори, які сприяють комунікації.

Рекомендована література

1) Андреева Г. М. Социальная психология: учебник для высших учебных заведений. 5-е изд., испр. и доп. М.: Аспект Пресс, 2003. 364 с.

2) Варій М. Й. Загальна психологія: Підручник. К.: ЦУЛ, 2009. 1007 с.

3) Засєкіна Л. В., Пастрик Т. В. Основи психології та міжособове спілкування: навчальний посібник для студентів ВНЗ. 2-е вид. Київ: ВСВ «Медицина», 2018. 216 с.

4) Коваленко А. Б., Корнєв М. Н. Соціальна психологія. Київ : Геопринт, 2006. 400 с.

5) Москаленко В. В. Соціальна психологія: Підручник. Київ: Центр навчальної літератури, 2005. 624 с.

Тема 10. Міжособистісні відносини і конфлікти

1. Психологія міжособистісних відносин. Соціальна перцепція. Механізми і ефекти міжособистісного сприйняття.

2. Конфлікт та його структура. Проблема конфлікту у психології особистості.

3. Механізми та стадії розвитку міжособистісного конфлікту.

4. Стили поведінки у конфлікті.

5. Способи вирішення конфліктів. Прогнозування та пом'якшення наслідків конфлікту.

Завдання для виконання в аудиторії

1) Дайте характеристику особливостям внутрішньособистісних та міжособистісних конфліктів.

2) У чому причина виникнення комунікативних бар'єрів?

Рекомендована література

1) Андреева Г. М. Социальная психология: учебник для высших учебных заведений. 5-е изд., испр. и доп. М.: Аспект Пресс, 2003. 364 с.

- 2) Варій М. Й. Загальна психологія: Підручник. К.: ЦУЛ, 2009. 1007 с.
- 3) Засекіна Л. В., Пастрик Т. В. Основи психології та міжособове спілкування: навчальний посібник для студентів ВНЗ. 2-е вид. Київ: ВСВ «Медицина», 2018. 216 с.
- 4) Коваленко А. Б., Корнєв М. Н. Соціальна психологія. Київ : Геопринт, 2006. 400 с.
- 5) Максименко С. Д. Загальна психологія: навч. посібник. К.: Центр навчальної літератури, 2008. 272 с.
- 6) Москаленко В. В. Соціальна психологія: Підручник. Київ: Центр навчальної літератури, 2005. 624 с.

Тема 11. Психологія соціальної групи

1. Поняття і види малих груп. Колектив як мала група.
2. Основні компоненти міжособистісних відносин і процесів групи.
3. Лідерство і керівництво групою. Стилi та методи керівництва.
4. Психологія взаємодії соціальних груп.
5. Психологія великих соціальних груп і рухів.

Завдання для виконання в аудиторії

- 1) Від яких факторів залежить психологічний клімат у колективі?
- 2) Як стиль управління може впливати на ефективність роботи колективу?
- 3) Який стиль керівництва ви вважаєте найкращим у сучасних умовах?

Самостійна домашня робота

Перегляньте фільм «Я та інші» 1971 року. Після перегляду опишіть загальні враження та дайте відповідь на запитання:

- Який експеримент сподобався найбільше і чому?
- Що нового ви дізналися про вплив групи на людину?
- Чи стикалися ви з подібними психологічними проявами у своєму житті?

• Чим ці знання можуть бути корисними для вашої спеціальності?

Обсяг роботи – до однієї сторінки А4.

Рекомендована література

- 1) Андреева Г. М. Социальная психология: учебник для высших учебных заведений. 5-е изд., испр. и доп. М.: Аспект Пресс, 2003. 364 с.
- 2) Варій М. Й. Загальна психологія: Підручник. К.: ЦУЛ, 2009. 1007 с.
- 3) Гришина Н. В. Психология конфликта. 2-е изд. СПб.: Питер, 2008. 544 с.
- 4) Засєкіна Л. В., Пастрик Т. В. Основи психології та міжособове спілкування: навчальний посібник для студентів ВНЗ. 2-е вид. Київ: ВСВ «Медицина», 2018. 216 с.
- 5) Коваленко А. Б., Корнєв М. Н. Соціальна психологія. Київ : Геопринт, 2006. 400 с.
- 6) Максименко С. Д. Загальна психологія: навч. посібник. К.: Центр навчальної літератури, 2008. 272 с.
- 7) Москаленко В. В. Соціальна психологія: Підручник. Київ: Центр навчальної літератури, 2005. 624 с.

ТЕМИ ІНДИВІДУАЛЬНИХ РОБІТ

1. Основні властивості сприйняття в дослідженнях гештальт-психологів.
2. Відмінності в розумінні особистості людини в психоаналізі та гуманістичній психології.
3. Навички та інтелект тварин.
4. Сни та їх походження: розгляд різних психологічних підходів.
5. Емоційний інтелект та емоційна компетентність.
6. Значення невербальних засобів у спілкуванні.
7. Поняття комунікативної компетентності та її роль для вашої професії.
8. Соціальні установки, стереотипи і забобони особистості.
9. Стратегії та наслідки конфліктної взаємодії.
10. Конформізм та груповий тиск як фактори злочинності у підлітковому середовищі.
11. Жінки-науковці в історії психології.
12. Суб'єктивні і об'єктивні умови розвитку особистості.
13. Сприймання простору і часу.
14. Соціально-психологічні детермінанти здоров'я особистості.
15. Психологічні особливості проявів різноманітних залежностей.
16. Стрес та методи подолання його негативного впливу.
17. Я-концепція як соціально-психологічний феномен.
18. Сприймання рекламного повідомлення. Психологічні аспекти впливу реклами на особистість.
19. Рефлексія як чинник регуляції поведінки людини.
20. Тема за вибором студента, яку затверджено викладачем.

Методичні вказівки до виконання індивідуальної роботи

Оформлення та структура індивідуальної роботи:

Робота надається в рукописному чи друкованому варіанті. Обсяг роботи від 5 до 10 сторінок А4.

Формат сторінок: поля звичайні; шрифт Times New Roman, 14 кегль; міжрядковий інтервал 1,5; інтервал перед / після – 0; відступ першого рядка 1,25. Вирівнювання тексту по ширині.

На першій сторінці вказується назва навчального закладу, факультету; кафедри; предмету, з якого написана індивідуальна робота; курс, група; прізвище, ім'я і по батькові студента.

В роботі має бути щонайменше три посилання на наукові роботи по темі. Обов'язковий пронумерований список першоджерел і посилання на них у тексті. Посилання в тексті пишуться як [1], де цифра – номер першоджерела у списку літератури.

Види цитування:

1) Згадка. Приклад: Ця проблема досліджувалася в наступних роботах ... [1, 4, 6].

2) Огляд. Короткий переказ джерела з посиланням в кінці. Вступні слова на кшталт «Автор розглядає ...», «У роботі автора можна побачити ...» і т. д.

3) Власне цитата в лапках, пряме цитування автора. Автор пише: «...» [3]. В цьому випадку забороняється будь-яким чином змінювати цитату, цитувати потрібно дослівно.

Роботи, які містять плагіат не приймаються.

Обов'язкові висновки у кінці роботи.

На останній сторінці рукопису ставиться підпис його автора і дата закінчення роботи.

Критерії оцінювання індивідуальної роботи:

- відповідність змісту темі роботи;
- самостійність виконання роботи, відсутність плагіату;
- уміння підібрати наукову літературу по темі;
- простота та інформативність викладу;
- структурна організованість, логічність і граматична правильність;
- відповідність вимогам щодо оформлення письмових робіт.

ПИТАННЯ ДЛЯ САМОПЕРЕВІРКИ

1. До яких психічних явищ відносяться такі прояви психічної діяльності людини: відчуття, сприйняття, запам'ятовування, відтворення, уява, мислення, почуття, воля?
 - а) Психічні стани.
 - б) Психічні процеси.
 - в) Психічні властивості.
2. В якому з нижчезазначених рядків всі перераховані явища відносяться до психічних?
 - а) Почуття, клітина, увага, мозок, повітря, полум'я.
 - б) Бажання, сприйняття, інстинкт, колір, рух, світло.
 - в) Відчуття, інтереси, уява, думка, уважність, звичка.
 - г) Голос, здібності, звук, уява, любов.
3. Вкажіть, у якому рядку всі перераховані явища є рефlekсами:
 - а) Відображення у дзеркалі, тінь від предмета, відчуття холоду, інстинкт самозбереження.
 - б) Біль, здригання, слиновиділення.
 - в) Прагнення, інстинкт самозбереження, сон, випадіння волосся.
4. Який подразник називається умовним?
 - а) Найсильніший з подразників, що діють в одночасно.
 - б) Подразник, який закономірно викликає орієнтовну реакцію.
 - в) Подразник, який сигналізує організму про небезпеку.
 - г) Подразник, який набуває сигнального значення при умові його поєднання з безумовним подразником.
5. Що є фізіологічною основою свідомої діяльності людини?
 - а) Безумовно рефлексорна діяльність.
 - б) Електрична активність організму.
 - в) Тропізми.
 - г) Аналітико-синтетична діяльність кори великих півкуль головного мозку.
6. Характерною особливістю лабораторного експерименту є те, що (виберіть правильну відповідь):
 - а) Дослідження проводиться із застосуванням спеціальної апаратури, але без визначеного плану та без втручання в хід подій.
 - б) Дослідник, не порушуючи природнього ходу досліджуваних явищ, проводить роботу цілеспрямовано та організовано, без

спеціальних засобів, або з використанням апаратури і в протоколі фіксує тільки факти в такому вигляді, як вони були виявлені.

в) Дослідник активно втручається в хід подій, проводить роботи цілеспрямовано і організовано і фіксує факти в такому вигляді, в якому вони виявляються.

7. Яке з визначень самосвідомості є правильним?

а) Самосвідомість – це усвідомлення людиною своїх якостей і властивостей.

б) Самосвідомість – це усвідомлення людиною себе самої у своїх відношеннях до зовнішнього світу і до інших людей.

в) Самосвідомість – це усвідомлення об'єктивного світу і своїх відношень до нього.

г) Самосвідомість – це теж саме, що й свідомість.

8. Відчуття рухів органів тіла забезпечується:

а) Екстерорецепторами.

б) Інтерорецепторами.

в) Пропріорецепторами.

9. Яке з наданих нижче визначень апперцепції є правильним?

а) Апперцепція – це негативний вплив попереднього досвіду на сприйняття.

б) Апперцепція – це позитивний вплив попереднього досвіду на сприйняття.

в) Апперцепція – це залежність сприйняття від попереднього досвіду людини.

10. Яке з наведених визначень пам'яті є найбільш правильним та повним?

а) Пам'ять – це збереження раніше отриманих вражень.

б) Пам'ять – це психічний процес використання раніше отриманого досвіду в практичній діяльності.

в) Пам'ять – це заснована на відчуттях і сприйнятті здібність людини збагачувати свій досвід.

г) Пам'ять – це здібність нервової системи здобувати, зберігати та відтворювати досвід.

11. Наочність, цілісність, структурність, константність, свідомість, апперцепція, активність – основні властивості:

а) Уявлення.

- б) Відчуття.
- в) Сприйняття.
- г) Уяви.

12. Мисленням називається:

- а) Процес створення уявлень про предмети та явища об'єктивної дійсності.
- б) Процес відображення людиною предметів об'єктивної дійсності в їх зв'язках.
- в) Опосередковане пізнання дійсності, яке являє собою розкриття сутнісних зв'язків і відношень, що існують між предметами та явищами об'єктивного світу.

13. Хто першим зробив спробу визначити типи темпераменту людей?

- а) Гіппократ.
- б) І. М. Сеченов.
- в) І. П. Павлов.
- г) К. Д. Ушинський.

14. Якому типу темпераменту відповідає сильний врівноважений рухливий тип?

- а) Флегматик.
- б) Холерик.
- в) Меланхолік.
- г) Сангвінік.

15. Розумова дія – це:

- а) Будь-яка відображальна діяльність мозку.
- б) Дія, яка ніколи не спирається на чуттєвий досвід.
- в) Дія з об'єктами, відображеними в образах, уявленнях та поняттях про них.

16. Визначте напрям психології, предметом дослідження якого є особистість і індивідуальність:

- а) Біхевіоризм.
- б) Психоеаналіз.
- в) Гештальтпсихологія.
- г) Гуманістична психологія.

17. Яке з перерахованих понять найбільш підкреслює біологічну суть людини?
- а) Індивідуальність.
 - б) Суб'єкт.
 - в) Індивід.
 - г) Особистість.
18. Засновником першої психологічної лабораторії виявився:
- а) Вебер.
 - б) Фехнер.
 - в) Гельмгольц.
 - г) Вундт.
19. Операція мислення, за допомогою якої відбувається побудова цілого з аналітично даних часток, це:
- а) Порівняння.
 - б) Узагальнення.
 - в) Аналіз.
 - г) Синтез.
20. Неправильне спотворене сприйняття предмету або явища, що діє в даний момент на органи чуття, це:
- а) Ремінісценція
 - б) Адаптація.
 - в) Галюцинація.
 - г) Ілюзія.
21. Основоположник напряму психології, що вважає за джерело активності особистості неусвідомлювані потяги і інстинкти:
- а) Фрейд.
 - б) Уотсон.
 - в) Сеченов.
 - г) Левін.
22. Вид творчої уяви, пов'язаної з усвідомленням бажаного майбутнього, називається:
- а) Маренням.
 - б) Мрією.
 - в) Галюцинацією.
 - г) Фантазією.

23. Емоційний процес вибухового характеру, що протікає бурхливо та нестримно та дає розрядку в діях, не підлеглих вольовому контролю, це:

- а) Фрустрація.
- б) Стрес.
- в) Афект.
- г) Пристрасть.

24. Своєрідне поєднання здібностей, яке забезпечує людині можливість успішного виконання складної діяльності, називається:

- а) Геніальність.
- б) Задатки.
- в) Обдарованість.
- г) Талант.

25. Назвіть вищі потреби в мотиваційній піраміді А. Маслоу:

- а) Потреби в безпеці.
- б) Фізіологічні потреби.
- в) Потреби в самоактуалізації.
- г) Пізнавальні потреби.

26. Чим відрізняються поняття темпераменту і характеру?

- а) Нічим не відрізняються.
- б) Темперамент описує динаміку психіки, а характер особливості поведінки.
- в) Це майже не зв'язані поняття.
- г) Характер людини не змінюється, на відміну від темпераменту.

27. Реакція в конфлікті, яка виражається в частковому задоволенні інтересів сторін – це:

- а) Компроміс.
- б) Співробітництво.
- в) Суперництво.
- г) Переконавання.

28. Бар'єри в спілкуванні це:

- а) Перешкоди на шляху засвоєння інформації.
- б) Стратегії поведінки.
- в) Типи взаємодії.
- г) Форма спілкування.

29. Перший етап становлення науки психології:
- а) Наука про душу.
 - б) Наука про свідомість.
 - в) Наука про поведінку.
 - г) Наука про рух.
30. Невербальна комунікація використовує:
- а) Жести.
 - б) Паузи.
 - в) Пози.
 - г) Всі відповіді вірні.

Ключ до питань

№ Питання	Правильний варіант	№ Питання	Правильний варіант
1	б	16	г
2	в	17	в
3	б	18	г
4	г	19	г
5	г	20	г
6	в	21	а
7	б	22	б
8	б	23	в
9	в	24	в
10	г	25	в
11	в	26	б
12	в	27	а
13	а	28	а
14	г	29	а
15	в	30	г

Список літератури до курсу «Психологія»

Основна

1. Андреева Г. М. Социальная психология: учебник для высших учебных заведений. 5-е изд., испр. и доп. М.: Аспект Пресс, 2003. 364 с.
2. Варій М. Й. Загальна психологія: підручник. К.: ЦУЛ, 2009. 1007 с.
3. Васянович Г. П. Основи психології : навчальний посібник. К.: Педагогічна думка, 2012. 114 с.
4. Гришина Н. В. Психология конфликта. 2-е изд. СПб.: Питер, 2008. 544 с.
5. Дружинин В. Н. Психология общих способностей. 3-е изд. СПб . : 2007. 368 с.
6. Ждан А. Н. История психологии от античности до наших дней : учебник для вузов. 5-е изд., перераб. и доп. М.: Академический Проект, 2004. 576 с.
7. Засекіна Л. В., Пастрик Т. В. Основи психології та міжособове спілкування: навчальний посібник для студентів ВНЗ. 2-е вид. Київ: ВСВ «Медицина», 2018. 216 с.
8. Ильин Е. П. Психология воли. 2-е изд. СПб.: Питер, 2009. 368 с.
9. Ильин Е. П. Эмоции и чувства. СПб: Питер, 2001. 752 с.
10. Коваленко А. Б., Корнев М. Н. Соціальна психологія. Київ : Геопринт, 2006. 400 с.
11. Леонгард К. Акцентуированные личности. К.: Выща школа, 1989. 375 с.
12. М'ясоїд П. А. Загальна психологія: навч. посібник. Київ.: Вища школа, 2000. 480 с.
13. Маклаков А. Г. Общая психология СПб.: Питер, 2008. 593 с.
14. Максименко С. Д. Загальна психологія: навч. посібник. К.: Центр навчальної літератури, 2008. 272 с.
15. Марцинковская Т. Д. История психологии Учебное пособие М.: Академия, 2007. 538 с.
16. Москаленко В. В. Соціальна психологія: Підручник. Київ: Центр навчальної літератури, 2005. 624 с.

17. Нуркова В. В. Общая психология : учебник для вузов. 3-е изд., перераб. и доп. М.: Издательство Юрайт, 2013. 604 с.
18. Партико Т. Б. Загальна психологія: підруч. для студ. вищ. навч. закл. К.: Видавничий Дім «Ін Юре», 2008. 416 с.
- Познавательные психические процессы. сост. и общ. ред. А. Г. Маклакова. Санкт-Петербург : Питер, 2001. 480 с.
19. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии. СПб : Питер, 2002. 720 с.
20. Титаренко Т. М. Сучасна психологія особистості: навч. посіб. 2-е вид. К.: Каравела, 2013. 372 с.
21. Ярошевский М. Г. История психологии от античности до середины XX века : учебное пособие М.: Академия, 1996. 416 с.

Допоміжна

1. Ананьев Б. Г. Избранные психологические труды: в 2-х томах. М.: Педагогика, 1980. Т.1. 230 с.
2. Ананьев Б. Г. Избранные психологические труды. В 2-х томах. М.: Педагогика, 1980. Т. 2. 287 с.
3. Андриенко Е. В. Социальная психология: учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. Под ред. В. А. Сластенина. М.: ИЦ «Академия», 2002. 264 с.
4. Анцупов А. Я., Шипилов А. И. Конфликтология: учебник для вузов. М.: ЮНИТИ, 2000. 551 с.
5. Выготский Л. С. Собрание сочинений: в 6 т. / гл. ред. А. В. Запорожец. Москва: Педагогика, 1982–1984.
6. Гиппенрейтер Ю. Б. Введение в общую психологию. Курс лекций. М.: «ЧеРо», при участии издательства «Юрайт», 2002. 336 с.
7. Дрозденко К. С. Загальна психологія в таблицях і схемах: навч. посібник. К.: ВД «Професіонал», 2004. 304 с.
8. Дуткевич Т. В. Загальна психологія. Теоретичний курс: навчальний посібник. Київ: Центр навчальної літератури, 2019. 388 с.

9. Кириленко В. Г., Лопушанська Н. К., Психологія : методичні рекомендації з вивчення дисципліни для студентів КНЛУ непсихологічних спеціальностей: методичний посібник. К. : вид-во, 2014. 76 с.
10. Кириленко Т. С. Психологія: емоційна сфера особистості: навч. посібник. Київ: Либідь, 2007. 256 с.
11. Козырев Г. И. Введение в конфликтологию: учебное пособие. М.: Владос, 1999.
12. Корнелиус Х. Выиграть может каждый. Как разрешать конфликты. М. : Стрингер, 1992. 212 с.
13. Кричевский Р. Л., Дубовская Е. М. Социальная психология малой группы: учебное пособие для вузов . М.: Аспект Пресс, 2001. 318 с.
14. Крысько В. Г. Социальная психология: Схемы и комментарии. М.: Изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2001. 208 с.
15. Лазурский А. Ф. Очерк науки о характерах. Спб., 1995. 2-е изд. 271 с.
16. Леонтьев А. А. Психология общения. 2 е изд., испр. и доп. М.: Смысл, 1997. 365 с.
17. Лурия А. Р. Лекции по общей психологии. СПб.: Питер, 2006. 320 с.
18. Немов Р. С. Психология: учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений: В 3 кн. 4-е изд М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003. Кн. 1: Общие основы психологии. 688 с.
19. Основи психології: підручник для вузів / за ред. О. В. Киричука, В. А. Роменця. Київ: Либідь, 1996. 630 с.
20. Парыгин Б. Д. Социальная психология. Проблемы методологии, истории и теории. СПб.: ИГУП, 1999. 592 с.
21. Петровский А. В., Ярошевский М. Г. Основы теоретической психологии. уч. М., 1998. 528 с.
22. Практикум по общей психологии: Учеб. пособие для пед. ин-тов, В. В. Богословский, Т. И. Бочкарева, А.И. Великороднова и др. ; под ред. А. И. Щербакова, Москва, Просвещение, 1979. 302 с.

23. Психология. Под ред. Дружинина В. Н. Учебник для гуманитарных вузов. 2-е изд. СПб.: 2009. 656 с.
24. Психология: учебно-методический комплекс. Авторы составители: Г. Л. Гуров, И. А. Мезенцева . Брянск: БГУ им. И. Г. Петровского, 2012. 144 с.

Інформаційні електронні ресурси

<http://azps.ru/>

<https://www.twirpx.com/>

<https://cyberleninka.ru/>

<https://mnemonikon.ru/map.htm>

<https://scholar.google.com.ua/>

Навчальне видання

**Будіянський Микола Федорович,
Фурта Ірина Юріївна**

ПСИХОЛОГІЯ

МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ

За редакцією авторів

Підп. до друку 30.04.2021. Формат 60х84/16.

Ум.-друк. арк. 1,74. Тираж 20 пр.

Зам. № 2248.

Видавець і виготовлювач

**Одеський національний університет
імені І. І. Мечникова**

Україна, 65082, м. Одеса, вул. Єлісаветинська, 12

Тел.: (048) 723 28 39. E-mail: druk@onu.edu.ua

Свідоцтво суб'єкта видавничої справи ДК № 4215 від 22.11.2011 р