

Міністерство освіти і науки України
Чернівецький національний університет
імені Юрія Федьковича

ПСИХОЛОГІЯ: Робочий зошит № 1

Навчальний посібник

Укладачі: Н. Г. Матейчук,
Н. М. Гуцуляк, О. П. Степаненко

Чернівці
2019

ББК 88я7
УДК 159.9(076)
П 863

*Друкується за ухвалою вченої ради
факультету педагогіки, психології та соціальної роботи
Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича
(Протокол №4 від 20 листопада 2019 року)*

Рецензенти:

Борисюк А. С., доктор психологічних наук, професор кафедри психології та соціології Буковинського державного медичного університету

Радчук В. М., кандидат психологічних наук, доцент, завідувач кафедри практичної психології Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича

Укладачі: Н. Г. Матейчук, Н. М. Гуцуляк, О. П. Степаненко

П 863 **Психологія : Робочий зошит № 1** : навчальний посібник /
укл. : Н. Г. Матейчук, Н. М. Гуцуляк, О. П. Степаненко. —
2-е вид., випр. й доп. — Чернівці, 2019. — 104 с.

У робочому зошиті подано структуру виконання завдань семінарських занять, завдань, винесених на самостійне опрацювання студентами.

Навчальне видання містить запитання та завдання для самоконтролю, практичні завдання, психологічні завдання, тестові завдання, вправи для розвитку пізнавальних психічних процесів, запропоновані методики дослідження пізнавальних процесів. Розроблені різні форми контролю знань і вмінь студентів.

Для студентів вищих навчальних закладів усіх рівнів акредитації, психологів-науковців, практичних психологів, а також широкого кола читачів, які цікавляться різними питаннями психології.

ББК 88я7
УДК 159.9(076)

© ЧНУ, 2019
© Н. Г. Матейчук, 2019
© Н. М. Гуцуляк, 2019
© О. П. Степаненко, 2019

ЗМІСТ

ПЕРЕДМОВА	4
РОЗДІЛ 1. ВСТУП ДО ПСИХОЛОГІЇ	5
Тема 1. Предмет, стан і структура психології	5
Тема 2. Методи й основні напрямки сучасної психології	17
РОЗДІЛ 2. ПІЗНАВАЛЬНА ДІЯЛЬНІСТЬ	29
Тема 1. Відчуття	29
Тема 2. Сприймання	38
Тема 3. Увага	51
Тема 4. Пам'ять	65
Тема 5. Мислення	79
Тема 6. Уява	92

ПЕРЕДМОВА

Психологія – наука, вивчення якої з кожним роком набуває все більшої актуальності та необхідності. Як навчальна дисципліна «Психологія» покликана ознайомити студентів із основними поняттями, принципами та положеннями, розкрити специфіку, особливості та закономірності предмета – психіки та психічних явищ.

Успішне вивчення курсу є передумовою розвитку вміння розуміти себе та інших, робити психологічний аналіз дій, поведінки, вчинків людини. Вивчення психології передбачає активну роботу студентів не тільки під час лекцій, а й під час практичних і семінарських занять, виконання завдань самостійної та індивідуальної роботи.

Робочий зошит призначений для виконання завдань із дисципліни «Психологія». У ньому подаються теми, необхідні структурні складові до кожного практичного та семінарського заняття й завдань для самостійної роботи студента. Запропоновані завдання студенти виконують під час роботи на практичних і семінарських заняттях і при підготовці до них у позааудиторний час. До початку вивчення кожної наступної теми студент повинен заповнити всі сторінки зошита, що відводяться для попередньої теми.

Мета робочого зошита – оптимізувати пізнавальну активність студентів, сприяти формуванню цілісних і систематичних знань дисципліни, вчити культури наукового пізнання. Наявні у робочому зошиті складові дозволяють спростити процедуру відпрацювання студентом пропущених практичних і семінарських занять, зробити прозорою систему оцінювання у процесі вивчення дисципліни.

РОЗДІЛ 1. ВСТУП ДО ПСИХОЛОГІЇ

Тема: Предмет, стан і структура психології

1. Предмет психології як науки. Завдання сучасної психології. Значення психологічних знань.
2. Основні етапи становлення психології.
3. Форми прояву психіки та їхній взаємозв'язок (психічні процеси, стани, властивості).
4. Основні галузі психології.
5. Принципи психології.

1. Дайте визначення поняттям

1. Психологія – _____

2. Психіка – _____

3. Психічні процеси – _____

4. Психічні стани – _____

5. Психічні властивості – _____

2. Доберіть поняття до таких визначень

а) Принципи психології (детермінізму, єдності психіки та діяльності, розвитку, відображення, системності).

Визначення	Принцип
Вимагає розглядати психіку як складну систему взаємопов'язаних психічних явищ.	
Усі психічні функції генетично спрямовані на відображення дійсності, орієнтують людину в середовищі, створюють основу для її активності та виконують регулятивну функцію.	
Указує на існування необхідної і закономірної причинної залежності психічних явищ від зовнішніх і внутрішніх факторів, які породжують ці явища та впливають на їх перебіг і розвиток.	
Свідомість і діяльність перебувають у неперервній єдності. Свідомість утворює внутрішній план дій людини.	
Психіка може бути правильно зрозумілою, якщо її розглядати у неперервній єдності, як процес і результат діяльності.	

б) Галузі психології (вікова, педагогічна, соціальна, політична, диференціальна, медична, інженерна, мистецтва).

Галузь	Визначення
	Галузь психології, яка вивчає відмінності як між індивідами, так і між групами, а також причини й наслідки цих відмінностей.
	Вивчає закономірності етапів психічного розвитку й формування особистості від народження до старості; її розділи: психологія дитинства, психологія юності, психологія зрілого віку, геронтопсихологія; вивчає вікову динаміку психічних процесів.
	Галузь психологічної науки, що вивчає психологічні проблеми навчання та виховання, досліджує питання цілеспрямованого формування пізнавальної діяльності й суспільно значущих якостей особистості, вивчає умови, які забезпечують оптимальний ефект навчання, питання врахування індивідуальних особливостей учня при побудові навчального процесу і взаємин учителя й учня, а також взаємин усередині навчального колективу.
	Вивчає закономірності поведінки та діяльності людей, зумовлені фактом їх включеності у групи, а також психологічні характеристики самих груп.
	Вивчає психологічні компоненти політичного життя і діяльності людей, їх настрої, думки, почуття, ціннісні орієнтації.
	Галузь психологічної науки, предметом якої є властивості й стани особистості чи групи осіб, що зумовлюють усвідомлення й сприймання художніх цінностей, вплив цих цінностей на життєдіяльність окремої особистості в цілому.
	Вивчає психологічні аспекти гігієни,

	профілактики, діагностики, лікування, експертизи й реабілітації хворих. До її сфери входять питання, пов'язані з виникненням, розвитком і перебігом хвороби, впливом тих чи інших хвороб на психіку людини і, навпаки, впливом психіки на хворобу.
	Галузь психології, яка досліджує процеси і засоби інформаційної взаємодії між людиною та різними технічними пристроями.

3. Психологічні завдання

Завдання 1

Визначте, до якої групи психічних явищ – психічних процесів, психічних властивостей чи психічних станів – належить кожне явище, описане нижче:

1. Софійка К. завжди прямо й відверто засуджувала своїх товаришів за несумлінне ставлення до навчальної роботи.

2. Вітя К., прийшовши додому, відразу ж вирішив вивчити вірш. Проте, щоб він не робив – не міг правильно запам'ятати останню строфу. Після невеликого відпочинку хлопчик швидко вивчив останній уривок і продекламував увесь вірш виразно і без помилок.

3. Учень Андрійко Ш. завжди відчував велике задоволення, коли його товариші демонстрували чудові знання з різних предметів.

4. Тестові завдання для перевірки знань

1. *Предметом психології є:*

- а) душа;
- б) психічні явища;
- в) свідомість;
- г) поведінка.

2. *Уперше експериментальна психологічна лабораторія відкрита:*

- а) В. Джемсом;
- б) Е. Еббінгаузом;
- в) В. Вундтом;
- г) Х. Вольфом.

3. *Галузь психології, яка досліджує психічні явища у процесі взаємодії людей у великих і малих соціальних групах, має назву:*

- а) соціальна психологія;
- б) вікова психологія;
- в) педагогічна психологія;
- г) загальна психологія.

4. *Галузь психології, яка вивчає особливості розвитку людей з вадами слуху, називається:*

- а) патопсихологія;
- б) сурдопсихологія;
- в) тифлопсихологія;
- г) клінічна психологія.

5. *Галузь психології, яка вивчає закономірності розладу психіки, називається:*

- а) патопсихологія;
- б) вікова психологія;
- в) спеціальна психологія;
- г) психологія розвитку.

6. *Галузь психології, яка вивчає психологічні особливості*

діяльності у системі виконання покарання, а також питання ресоціалізації засуджених, називається:

- а) педагогічна психологія;
- б) кримінальна психологія;
- в) судова психологія;
- г) пенітенціарна психологія.

7. Галузь психології, яка досліджує фактори виникнення й розв'язання проблем взаємозв'язку між людиною і природою, називається:

- а) екологічна психологія;
- б) медична психологія;
- в) загальна психологія;
- г) юридична психологія.

8. Галузь психології, яка вивчає психіку у філогенезі та онтогенезі, називається:

- а) педагогічна психологія;
- б) вікова психологія;
- в) генетична психологія;
- г) психогігієна.

9. Галузь психології, предметом вивчення якої є особливості циркулювання інформації у системі «людина-машина», називається:

- а) інженерна психологія;
- б) загальна психологія;
- в) космічна психологія;
- г) психологія спорту.

10. Загальні закони, закономірності та механізми психіки людини вивчає:

- а) загальна психології;
- б) інженерна психологія;
- в) вікова психологія;
- г) педагогічна психологія.

5. Практичні завдання

Діагностика та самопізнання

Перевірте себе. Для встановлення право- або ліворукості виконайте такі завдання:

1) **Переплетення пальців рук** (рис. 1). Швидко, не думаючи, переплетіть пальці обох рук. Скільки б разів не повторювалася проба, зверху завжди буде великий палець однієї й тієї ж руки, як правило, провідної (правої – у праворуких і лівої – у ліворуких). Змініть положення переплетених пальців на протилежне. Така операція вимагає деякої підготовки (обмірковування) і викликає відчуття незручності.

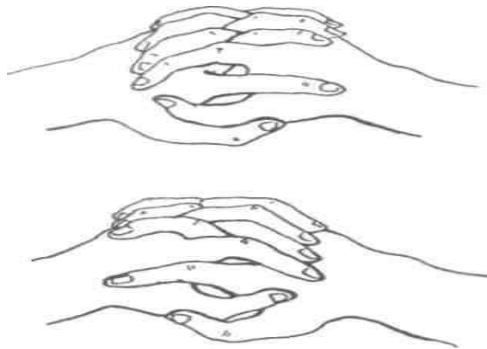


Рис. 1.

2) **«Поза Наполеона»** (рис. 2). Не роздумуючи, схрестіть руки на грудях. Зазвичай у правші права кисть лягає на ліві передпліччя першою і зверху, тоді як ліва кисть лягає пізніше і знаходиться під правим передпліччям. Свідоме виконання спроби «навпаки», по-перше, здійснюється повільніше, а по-друге, супроводжується відчуттям незручності.

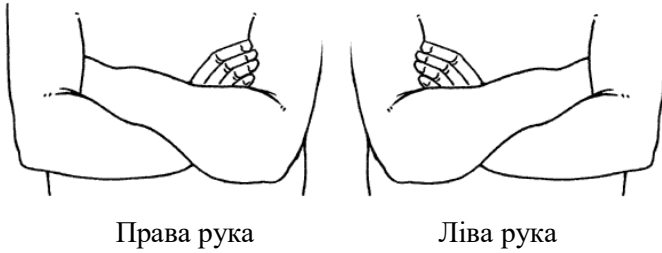


Рис. 2.

3) **Оплески.** Покажіть, як Ви аплодуєте. Відомо, що активною є провідна рука, а інша – менш активна або нерухома.

4) **Спроби на одночасні дії обох рук.** Візьміть у кожену руку по олівцю і, діючи одночасно двома руками, намалюйте, не дивлячись, коло, квадрат, трикутник. Порівняйте якість ліній і повноту зображення заданої геометричної фігури. Зображення, яке виконане провідною рукою, зазвичай виглядає краще та правильніше.

Ліва рука

Права рука

5) **Спроби на точність попадання.** Візьміть чистий аркуш паперу, намалюйте жирну крапку в його центрі. Спробуйте 15-20 разів поспіль попасти у неї олівцем із заплющеними очима. У правші точність попадання вища при роботі правою рукою: крапки ближче до цілі, розташовані довкола неї рівномірно, а площа розкиду за формою наближається до овала. Ліва ж рука частіше потрапляє в ліву половину аркуша і даліше від цілі, ніж права.

б) Малювання вертикальних ліній (рис. 3). Два квадрати 1,5х1,5 см швидко заповніть вертикальними лініями – спочатку правою, потім лівою рукою.

Кількість ліній, які намальовані провідною рукою, зазвичай більша (приблизно на одну третину), і вони акуратніші (рис. 4).



Ліва рука



Права рука

Рис. 3.

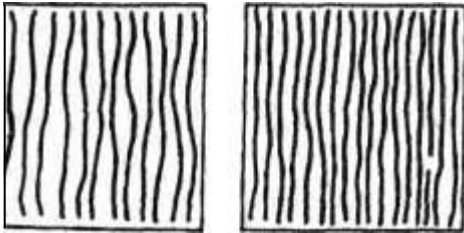
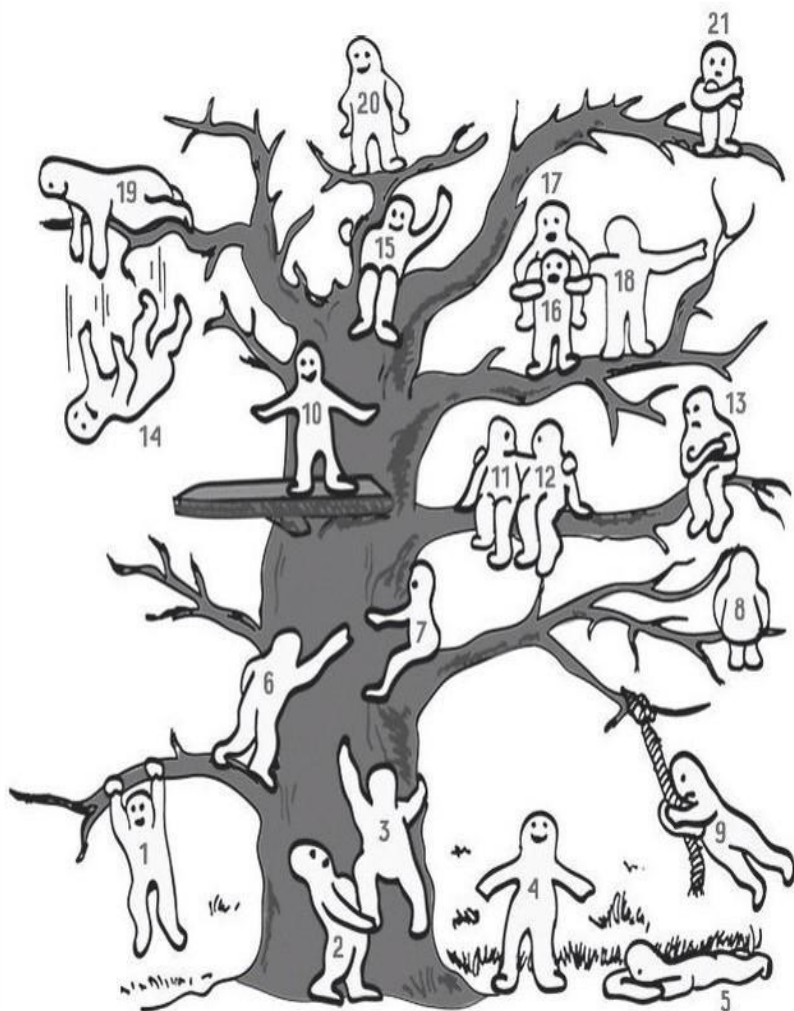


Рис. 4.

Інформативна цінність даних тестів неоднакова, але у сукупності вони дозволяють надійно відрізнити праворуких від ліворуких.

Висновки _____

Психологічний тест: Де Ви на цьому дереві?



ПСИХОЛОГИЯ

Автор цього тесту – відомий британський психолог П. Вілсон (Pip Wilson). Тест створений для школярів із метою перевірки, як вони адаптувалися в школі за перші три роки. Однак пізніше з'ясувалося, що він актуальний і для дорослих. Тест допомагає людині визначити її емоційний стан на сьогодні та дає можливість певною мірою усвідомити своє становище в суспільстві.

У кожного з цих чоловічків на дереві різний настрій, і вони займають різне положення. Для початку визначте, який із них найбільше схожий на Вас. Після цього виберіть чоловічка, на якого ви б хотіли бути схожі.

Аналіз результатів

Якщо Ви вибрали позицію № **1, 3, 6 або 7**, то це характеризує Вас як цілеспрямовану людину, яка не боїться ніяких перешкод.

Якщо Ваш вибір припав на один із наступних номерів: **2, 11, 12, 18 або 19**, то Ви товариська людина, яка завжди надасть будь-яку підтримку друзям.

Вибір чоловічка під номером **4** визначає Вас як людину зі стійкою життєвою позицією і бажає домогтися всіляких успіхів без подолання труднощів.

Номер **5** – Ви часто буваєте стомлені, слабкі, у Вас невеликий запас життєвих сил.

Вибір припав на чоловічка під номером **9** – ви весела людина, яка любить розваги.

Номер **13 або 21** – Ви замкнуті, часто схильні до внутрішньої тривоги уникаєте частого спілкування з людьми.

Номер **8** - Ви любите заглиблюватися у свій внутрішній світ, свої почуття, переживання думати про щось своє.

Якщо Ви вибрали номери **10 або 15** – у Вас нормальна адаптація до життя, Ви перебуваєте в комфортному стані.

Номер **14** – Ви падаєте в емоційну прірву, швидше за все, схильні до внутрішньої кризи.

Позицію номер **20** зазвичай вибирають люди із завищеною самооцінкою. Ви природжений лідер і хочете, щоб люди прислухалися саме до Вас і ні до кого іншого.

Вибір припав на чоловічка № **16** – Ви відчуваєте себе втомленим від необхідності підтримувати когось, але, можливо, Ви побачили на цій картинці, що номер **17** Вас обіймає – в такому випадку Ви схильні розцінювати себе як людину, оточену увагою.

Висновки _____

7. Запитання та завдання для самоконтролю

1. Дайте визначення психології як науки.
2. Поясніть сутність основних принципів психології.
3. У чому полягає завдання психології як науки?
4. У чому полягає значення психології?
5. Поясніть, чим відрізняються наукові психологічні знання від життєвих?
6. Що вивчає психологія?
7. Як змінювався предмет вивчення психології як науки упродовж історії її становлення?
8. Охарактеризуйте основні принципи сучасної психології.
9. З якими науками пов'язана психологія? Поясніть цей зв'язок
10. Назвіть галузі психології, охарактеризуйте їх.

Тема 2. Методи й основні напрямки сучасної психології

1. Основні напрямки сучасної психології.
2. Проблеми методу дослідження в психології.
3. Основні етапи психологічного дослідження.
4. Класифікація методів дослідження у психології.

1. Дайте визначення та доберіть поняття до визначень

1. *Метод* – _____

2. _____ – сукупність технічних прийомів, за допомогою яких здійснюється конкретне втілення методу, спрямованого на дослідження певного явища або уточнення чи верифікацію знань про досліджуваний об'єкт.

3. _____ – метод пізнання психічної реальності шляхом збирання дослідних фактів у спеціально створених умовах, які забезпечують активний прояв необхідних психічних властивостей і якостей.

4. _____ – спеціально організоване цілеспрямоване сприймання предметів і явищ навколишньої дійсності за задалегідь розробленою програмою та планом.

5. _____ – метод психологічного дослідження, в якому використовуються стандартизовані

питання і завдання, що мають певну діагностичну цінність, а результати їхнього використання вимірюються за певною шкалою значень.

6. _____ – метод отримання первинної соціально-психологічної інформації внаслідок усного опитування респондентів.

2. Доберіть поняття до таких визначень

а) Напрямки сучасної психології (психоаналіз, когнітивна психологія, гуманістична психологія, гештальтпсихологія, біхевіоризм).

Напрямки сучасної психології	Визначення
	Напрямок у психології ХХ ст., який заперечував провідну роль свідомості в регуляції людської діяльності і вважав основним предметом вивчення психології поведінку людини чи тварини протягом їхнього життя.
	Напрямок у сучасній зарубіжній (переважно американській) психології, предметом вивчення якого є особистість, що розглядається як унікальна цілісна система у всіх її вищих проявах.
	Теоретичний напрямок у психології, орієнтований на вивчення та пояснення несвідомих процесів і явищ у житті людини.
	Напрямок у сучасній психології, який

	ґрунтується на твердженні про те, що вирішальну роль у поведінці суб'єкта відіграють знання.
	Напряма у психології, в якому за основний пояснювальний принцип обрано цілісне поєднання елементів психічного життя, яке не може бути зведене до суми окремих складових.

б) Якому етапу психологічного дослідження (перший підготовчий етап, власне експериментальний етап, етап обробки даних, етап інтерпретації отриманих даних, етап формулювання висновків) відповідають наступні характеристики?

	Учені пояснюють отримані дані на основі психологічних теорій.
	<p>Дає можливість виявити існуючі зв'язки та закономірності. У ньому визначають наступні моменти:</p> <ul style="list-style-type: none"> • первинний аналіз, • первинний синтез; • порівняльний (вторинний) аналіз; • вторинний синтез.
	Вивчається стан досліджуваної проблеми; проводяться попередні спостереження, бесіди, анкетування; визначається мета, завдання, структура дослідження, контингент і кількість досліджуваних, місце і час проведення досліджень, технічне забезпечення, план кількісної (статистичної) та якісної обробки й інтерпретації даних. Завершується формулюванням гіпотези.
	Використовуються емпіричні методи.

	Експериментальні дані фіксуються в протоколі.
	Дає можливість виявити правильність чи хибність гіпотези.

3. Психологічні завдання

Завдання 1

Використовуючи наведений текст, укажіть, основоположником яких методів у психології можна вважати Ф. Гальтона.

У 1884 р. на Всесвітній виставці в Лондоні Френсіс Гальтон організував антропометричну лабораторію, де за плату 3 пенси відвідувачам пропонувалось перевірити гостроту зору, слуху, м'язову силу та виміряти деякі фізичні характеристики. Ф. Гальтон сам розробив стандартні процедури, багатьма з яких психологи користуються й нині, – лінійка Гальтона для зорового розрізнення довжини, свисток для визначення межі сприйняття висоти звуку, прилади для вимірювання кінестетичного розрізнення. Ф. Гальтон вважав, що тести сенсорного розрізнення можуть служити засобом оцінки інтелекту (зокрема, він виявив, що при ідіотії порушується здібність розрізняти тепло, холод, біль). Йому ж належить розробка перших методів математичної статистики для аналізу даних із індивідуальних відмінностей.

4. Тестові завдання для перевірки знань

1. Про який метод ідеться: базується на створенні штучної ситуації, у якій досліджувана властивість виокремлюється, проявляється та оцінюється найкраще?

- а) опитування;
- б) спостереження;
- в) експеримент;
- г) природний експеримент.

2. Гуманістична психологія – це напрям психології, предметом дослідження якого є:

- а) поведінка;
- б) свідомість;
- в) несвідоме у психіці людини;
- г) особистість з її прагненням до самоактуалізації.

3. Вивчення поведінки як сукупності зовнішніх реакцій організму на стимули, що впливають на нього, є предметом:

- а) гуманістичної психології;
- б) психоаналізу;
- в) біхевіоризму;
- г) гештальтпсихології.

4. Метод збору фактів у спеціально створених умовах, які забезпечують активний прояв досліджуваних психічних явищ у процесі їх активного формування, називається:

- а) констатувальний експеримент;
- б) формувальний експеримент;
- в) включене спостереження;
- г) аналіз продуктів діяльності.

5. Метод збору інформації у спеціально створених умовах, що забезпечують активний прояв психічних явищ, які вивчаються, називається:

- а) бесіда;

- б) спостереження;
- в) експеримент;
- г) анкетування.

6. *Метод оцінки міжособистісних емоційних зв'язків у групі, носить назву:*

- а) соціометрія;
- б) спостереження;
- в) експеримент;
- г) анкетування.

7. *Спостереження, у якому дослідник включається в групу досліджуваних або вивчає необхідні психічні явища на собі, називається:*

- а) включене;
- б) невключене;
- в) приховане;
- г) відкрите.

8. *Метод, що використовується для виявлення мотивів міжособистісних виборів у групі, називається:*

- а) соціометрія;
- б) генетичний;
- в) біографічний;
- г) референтометрія.

9. *Запитання анкети, які передбачають вибір досліджуваним однієї відповіді з кількох запропонованих, називається:*

- а) відкриті;
- б) закриті;
- в) напіввідкриті;
- г) непрямі.

10. *Метод, що полягає у багаторазовому обстеженні одних і тих же осіб протягом тривалого часу, називається:*

- а) лонгітюдний;
- б) порівняльний;

в) біографічний;

г) генетичний.

11. Метод, що полягає у вивченні архівних матеріалів, щоденників, листів, малюнків, називається:

а) біографічний;

б) аналіз продуктів діяльності;

в) спостереження;

г) експеримент.

12. Для здобуття інформації про біографічні дані людини застосовують метод:

а) соціометрії;

б) експерименту;

в) анкетування;

г) тестів.

13. Вид експерименту, що застосовується для вивчення наявних психологічних якостей людини, називається:

а) природний експеримент;

б) лабораторний експеримент;

в) констатувальний експеримент;

г) формувальний експеримент.

14. Метод, за допомогою якого вивчають особливості когнітивної сфери людини, називається:

а) тестування;

б) анкетування;

в) бесіда;

г) інтерв'ю.

15. Спостереження, за якого досліджувані знають, що за ними спостерігають, називається:

а) відкрите;

б) приховане;

в) включене;

г) невключене.

16. *Інтроекцією називають метод:*

- а) спостереження;
- б) експерименту;
- в) самоспостереження;
- г) бесіди.

17. *Спостереження, що відбувається у природних для досліджуваних умовах, називається:*

- а) лабораторним;
- б) польовим;
- в) відкритим;
- г) прихованим.

18. *До якої групи методів відносять: малюнкові методики, методики «незавершені речення»?*

- а) об'єктивні;
- б) суб'єктивні;
- в) проєктивні;
- г) описові.

19. *Метод цілеспрямованого впливу на обстежуваного з метою формування у нього певних якостей, називається:*

- а) констатувальний експеримент;
- б) формувальний експеримент;
- в) природний експеримент;
- г) лабораторний експеримент.

20. *За допомогою малюнкових методик можна вивчати:*

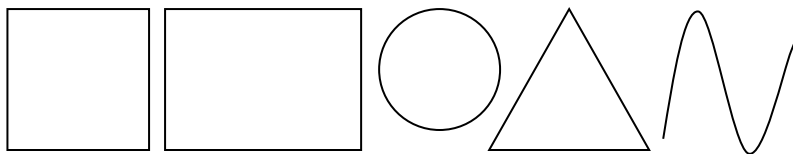
- а) психічні процеси людини;
- б) психічний стан людини;
- в) особливості особистості в цілому;
- г) темперамент людини.

5. Практичні завдання

Характерні особливості особистості

Психометричний тест (Сьюзен Диллінгер)

Інструкція: Виберіть із п'яти фігур ту, у відношенні якої Ви можете сказати: це-Я. Спробуйте відчутти свою форму! Якщо Вам буде важко зробити це, то виберіть фігуру, яка першою привернула Вашу увагу. Потім прорангуйте фігури, які залишилися поза Вашою увагою, і запишіть їхні назви під відповідними номерами. Остання фігура під номером 5, буде точно не Вашою формою, тобто формою, яка підходить Вам найменше.



Коротка психологічна характеристика основних «форм» особистості.

Квадрат. Якщо Вашою основною формою є квадрат, то Ви невтомний працівник. Працелюбність, наполегливість, потреба доводити розпочату справу до кінця, старанність, яка дозволяє досягати завершення роботи, – це те, чим відомі істинні «люди-квадрати». Витривалість, терпіння і методичність зазвичай роблять їх висококласними спеціалістами у своїй галузі. Цьому сприяє невтомна потреба в інформації та колекціонування найнеймовірніших відомостей.

«Люди-квадрати» скоріше «вираховують» результат, аніж здогадуються про нього. Вони надзвичайно уважні до деталей, дрібниць, а також люблять раз і назавжди заведений порядок. Усі ці якості сприяють тому, що «квадрати» можуть стати відмінними адміністраторами, виконавцями, але рідко бувають хорошими розпорядниками, менеджерами. Звичайно всі названі

чесноти «людей-квадратів» мирно співіснують зі слабкими місцями

Трикутник. Ця форма символізує лідерство, і багато «трикутників» відчувають у цьому своє призначення: «Народжені, щоб бути лідерами». Найхарактернішою особливістю «людей-трикутників» є здатність концентруватися на головній меті. Вони – енергійні, сильні особистості, які ставлять прозорі цілі і, як правило, досягають їх.

«Люди-трикутники» дуже впевнені в собі, хочуть бути в усьому правими. Це робить їх особистостями, які постійно конкурують з іншими. «Трикутник» - це установка на перемогу.

Із «Трикутників» виходять прекрасні менеджери найвищого рівня управління. Саме до таких висот вони і прагнуть і допомагає їм у цьому ще одна якість – майстерність («політичної інтриги»). Узагалі «Трикутники» дуже симпатичні, привабливі люди, які змушують все і всіх обертатися навколо себе і без яких наше життя втратило б усю гостроту відчуттів.

Прямокутник. Символізує стан переходу та змін. Це люди, незадоволені тим способом і стилем життя, який вони ведуть у даний час, а тому перебувають у пошуках вигіднішого положення.

Найбільш характерні риси «Прямокутників» – непослідовність і непередбачуваність учинків упродовж перехідного періоду. Тим не менше, як і у всіх людей, у «прямокутників» виявляються і позитивні якості, що приваблюють до них оточуючих. Це, перш за все, допитливість, жвавий інтерес до всього, що відбувається, та сміливість. Правда, зворотнім боком цього явища є надмірна довірливість, навіюваність, наївність. Тому «Прямокутниками» легко маніпулювати.

Якщо Ви справді маєте «прямокутну форму», будьте обережні! І пам'ятайте, що «прямокутність» – це лише стадія.

Вона мине – і вийдете на новий рівень особистого розвитку та збагатитеся набутим досвідом.

Коло. «Люди-кола» – це найкращі комунікатори серед п'яти форм, насамперед тому, що вони найкращі слухачі. Вони володіють високою чутливістю, розвиненою емпатійністю – здатністю співпереживати, співчувати, емоційно відгукуватися на переживання іншої людини. «Людина-коло» відчуває чужу радість і відчуває чужий біль, як власний. «Люди-кола» відмінно «бачать» людей і, в одну мить можуть розпізнати облудника і брехуна. Вони «вболівають» за свій колектив і високо популярні серед колег по роботі. Але, як правило, вони слабкі менеджери і керівники у сфері бізнесу.

По-перше, «Люди-кола», через їх спрямованість скоріше на людей, ніж на справу, надто стараються догодити кожному. По-друге, «Кола» не відрізняються рішучістю. Якщо їм випадає керувати, то вони обирають демократичний стиль керівництва і намагаються обговорити практично будь-яке рішення з більшістю та заручитися їх підтримкою.

Можна сказати, що «Кола» – природжені психологи. Для того, щоб очолити серйозний бізнес, «Людям-колам» не вистачає організаторських навичок.

Зигзаг (хвилясті лінії). Це фігура символізує креативність, творчість. Це найбільш унікальна і єдина розімкнена фігура з п'яти. Якщо Ви чітко обрали хвилясту лінію, як свою основну форму, то Ви, скоріше за все, істинний «правопівкульний» мислитель, вільно думаюча людина.

«Зигзаги» схильні бачити світ постійно змінним. Тому для них немає нічого більш нудного, як речі, які ніколи не змінюються: постійність, шаблон, правила та інструкції; люди, які завжди з усім погоджуються або роблять вигляд, що погоджуються.

«Зигзаги» просто не можуть продуктивно працювати у добре структурованих ситуаціях. Їм необхідна різноманітність, високий рівень стимуляції та незалежність від інших на своєму робочому місці.

«Зигзаг» – найзбудливіша з усіх п'яти фігур. При цьому «людині-зигзагу» не вистачає компромісності: вона нестримана, дуже експресивна, що разом з ексцентричністю часто заважає їй втілювати свої ідеї в життя.

Висновки _____

7. Запитання та завдання для самоконтролю

1. Порівняйте основні положення таких напрямків психології, як біхевіоризм та гештальтпсихологія.
2. Охарактеризуйте основні погляди фрейдистів і неофрейдистів.
3. Покажіть відмінності у поглядах на вивчення психіки у представників когнітивної та генетичної психології.
4. Проаналізуйте основні етапи психологічного дослідження.
5. Розкрийте проблеми методу дослідження в психології.
6. Які методи належать до загальнонаукових, а які – до суто психологічних? Розкрийте сутність декількох методів із кожної групи.
7. Дайте характеристику неекспериментальних методів дослідження у психології.
8. Дайте характеристику експериментальних методів дослідження у психології.
9. Охарактеризуйте види експерименту, визначте його переваги та недоліки.
10. Особливості спостереження, його види, переваги та недоліки.

РОЗДІЛ 2. ПІЗНАВАЛЬНА ДІЯЛЬНІСТЬ

Тема: Відчуття

1. Поняття про відчуття. Значення відчуттів у житті людини.
2. Фізіологічні основи відчуттів.
3. Класифікація та види відчуттів, їхня характеристика.
4. Властивості відчуттів.
5. Загальні закономірності відчуттів.
6. Розвиток відчуттів.

1. Дайте визначення поняттям і доберіть поняття до таких визначень

1. Відчуття – _____

2. Аналізатор – _____

3. _____ – це та властивість відчуття, яка відрізняє його від інших відчуттів.

4. _____ – це кількісна характеристика. Відчуття однієї й тієї ж якості завжди бувають сильнішими чи слабшими, визначаються силою дії подразника.

5. _____ – являє собою часову характеристику відчуттів.

6. _____ – означає, що будь-який образ відчуття має елементи просторового розташування подразника. Колір, світло, звук співвідносяться з джерелом. Тактильні, больові, температурні відчуття – з тією частиною тіла, яка викликає це відчуття.

2. Доберіть поняття до таких визначень

а) Загальні закономірності відчуттів (контраст, модальність, сенсibilізація, адаптація, взаємодія відчуттів, синестезія).

Закономірність відчуттів	Визначення
	Підвищення чутливості органів чуття під дією адекватних і неадекватних подразників.
	Одночасне виникнення двох відчуттів різної модальності при подразненні одного органа чуття. Її сутність простежується, коли подразник, діючи на відповідний орган чуття, викликає не тільки адекватне відчуття, а й додаткове відчуття або уявлення, характерне для іншого органа чуття.
	Взаємодія, що виявляється у зміні функціонального стану (чутливості) одного аналізатора під впливом подразнення інших органів чуття.
	Характеристика якісних відмінностей різних за видом відчуттів, одна з основних властивостей відчуттів (колір – у зорі, тон і тембр – у слухові, характер запаху – у

	нюхові і т.п.).
	Зміна рівня чутливості аналізатора до інтенсивності подразника.
	Психофізіологічна закономірність відчуттів, яка проявляється в зміні чутливості органів чуття під впливом попереднього або суміжного подразника.

б) Види відчуттів.

З'єднайте стрілками вид відчуттів і його визначення.

Визначення	Вид відчуттів
Відчуття, які мають чутливі нервові закінчення (рецептори), розміщені в м'язах і суглобах, сповіщають про рух і положення людського тіла в просторі.	Екстероцептивні відчуття
Відчуття, які мають чутливі нервові закінчення (рецептори), розміщені у внутрішніх органах і тканинах тіла, сигналізують про їх стан та особливості обмінних процесів.	Пропріоцептивні відчуття
Відчуття, які виникають при дії зовнішніх подразників на рецептори, що розміщені на поверхні тіла.	Інтероцептивні відчуття

б) Якому виду чутливості відповідають такі характеристики?

З'єднайте стрілками вид чутливості та його характеристику.

Нижній абсолютний поріг чутливості		Мінімальна величина подразника, при якій уперше виникає відчуття.
Верхній абсолютний поріг чутливості		Мінімальна відмінність між подразниками, яка дає ледь помітну відмінність у відчуттях.
Поріг розрізнення		Максимальна величина подразника, при якій він перестає сприйматись адекватно (больовий поріг).

3. Психологічні завдання

Завдання 1

Зазначте, від яких умов залежить підвищення чутливості в кожному поданому прикладі:

а) текстильники, що спеціалізувалися на виробітку чорних тканин, розрізняють до 40 відтінків чорного кольору там, де око людини-нефахівця розрізняє 2-3 відтінки;

б) сліпоглуха Ольга Скороходова за запахом розпізнає, хто увійшов у кімнату; дізнається, «чи читала» вона цю газету; слухає музику, поклавши руку на кришку роля;

Завдання 2

Заповніть пропущені слова:

а) аналізатор складається з _____ частин.

б) відчуття виникає не відразу при впливі подразника на орган чуття, а через певний час, який називають _____ періодом відчуття.

в) _____ – це здатність відчувати мінімальну різницю в силі двох подразників, яка викликає ледве помітну різницю відчуттів.

Завдання 3

Як називається своєрідне явище смакових відчуттів, коли смак солодкої речовини стає набагато інтенсивнішим, якщо перед цим у роті було щось солоне? Коли навіть дистильована вода здається солодкуватою після того, як рот сполоснути розчином кухонної солі?

Завдання 4

Яка закономірність відчуттів проявляється в кожному прикладі?

а) побувши у приміщенні, людина незабаром перестає відчувати запах горілого, хоча новоприбула виразно відчує його;

б) О. М. Скрябін та М. А. Римський-Корсаков мали кольоровий слух, тобто чули звуки, забарвлені в різні кольори;

в) орієнтування сліпоглухих у довколишньому просторі спирається переважно на нюхові, рухові, вібраційні та дотикові відчуття;

г) під час обтирання обличчя холодною водою гострота зору пілота-спостерігача підвищилась;

д) від посилення освітлення в залі звуки, що линули зі сцени, стали здаватися глядачам голоснішими;

е) під впливом деяких запахів (гераніюлу, бергамотової олії) спостерігається загострення слухової чутливості;

Завдання 5

У результаті досліджень встановлено, що температура приміщень, стіни яких пофарбовано в «холодні» тони (сині, зелені, сірі), сприймається людиною на 3-5 градусів нижче, ніж вона є насправді. Враховуючи це, для стін деяких службових приміщень (у гарячих цехах, машинних відділеннях тощо) були спеціально підібрані фарби.

Яку закономірність відчуттів встановлено у цих дослідженнях?

4. Тестові завдання для перевірки знань

1. Анатомо-фізіологічний апарат, призначений для прийому впливу певних подразників із зовнішнього і внутрішнього середовища й переробки їх у відчуття, називається:

- а) провідниковий відділ;*
- б) рецептор;*
- в) аналізатор;*
- г) рефлекс.*

2. Провідні шляхи, по яких збудження, яке виникає в рецепторі, передається до центральної частини аналізатора, називаються:

- а) ефективними;*

- б) афективними;
- в) еферентними;
- г) аферентними.

3. *Інтервал часу від моменту подання сигналу до моменту його виникнення називається:*

- а) просторовим порогом відчуття;
- б) латентним періодом реакції;
- в) часовим порогом відчуття;
- г) диференціальним порогом відчуття.

4. *Мінімальне значення зміни інтенсивності сигналу, що викликає відчуття, – це:*

- а) диференціальний поріг;
- б) мінімальна тривалість сигналу;
- в) абсолютний нижній поріг;
- г) діапазон чутливості до інтенсивності.

5. *Психофізіологічна закономірність відчуттів, що не призводить до зміни чутливості, – це:*

- а) сенсibiliзація;
- б) адаптація;
- в) контраст;
- г) монотонність.

6. *Зміна чутливості для пристосування до зовнішніх умов називається:*

- а) сенсibiliзація;
- б) адаптація;
- в) синестезія;
- г) акомодация.

7. *Підставою для виокремлення зорових, слухових, нюхових та інших видів відчуттів є:*

- а) місце розташування рецепторів;
- б) наявність чи відсутність безпосередніх контактів із подразником;

- в) модальність подразника;
- г) час виникнення в процесі еволюції.

8. *Відчуття, що виникають внаслідок впливів зовнішніх стимулів на рецептори, які містяться на поверхні тіла, називаються:*

- а) екстероцептивними;
- б) інтероцептивними;
- в) пропріоцептивними;
- г) інтерактивними.

9. *До екстероцептивних належать відчуття:*

- а) органічні;
- б) зорові;
- в) статичні;
- г) вібраційні.

10. *До основних властивостей відчуттів не належить:*

- а) якість;
- б) інтенсивність;
- в) тривалість;
- г) обсяг.

5. Практичні завдання

Вправа 1

Визначте на дотик із заплющеними очима предмет і матеріал, з яких зроблений цей предмет.

Вправа 2

На столі підготуйте монети різного номіналу та із заплющеними очима визначте загальну суму монет.

Вправа 3

Підготуйте ємкості з різними крупами (гречана, манна, рисова, перлова, пшенична) та із заплющеними очима на дотик визначте їх.

Вправа 4

Підготуйте ємкості з різними фруктами (апельсин, яблуко, лимон, банан, ківі, груша, сливи і т.д.) та із заплющеними очима на смак визначте їх.

Вправа 5

Підготуйте 5 різних спецій (кориця, коріандр, майоран, базилік, паприка, кардамон, ванілін і т.д.) та із заплющеними очима за допомогою нюху визначте їх.

7. Запитання та завдання для самоконтролю

1. Дайте визначення відчуттям.
2. У чому полягає фізіологічна основа відчуттів?
3. З яких частин складається аналізатор?
4. За якими ознаками класифікують відчуття? Назвіть види відчуттів.
5. Назвіть властивості відчуттів.
6. Які є пороги відчуттів?
7. Розкрийте сутність адаптації та її видів.
8. У чому полягає сутність сенсibiliзації?
9. Поясніть значення відчуттів для людини.

Тема: Сприймання

1. Поняття про сприймання. Фізіологічні основи сприймання.
2. Класифікація і види сприймання.
3. Властивості сприймання.
4. Індивідуальні відмінності у сприйманні людей.
5. Розвиток сприймання.

1. Дайте визначення та доберіть поняття до таких визначень

1. *Сприймання* – _____

2. _____ – неадекватні сприймання, які неправильно, викривлено, помилково відображають об'єкти, що діють на аналізатори.

3. _____ – це вміння людини вирізняти характерні, проте ледве помітні особливості предметів і явищ.

4. _____ – підвищення чутливості в результаті взаємодії аналізаторів, а також систематичних вправ.

5. _____ – це залежність змісту і спрямованості сприймання від досвіду людини, її інтересів, ставлення до життя, установок, багатства знань. Так, сприймання різних людей відмінні. Також досить часто людина сприймає не те, що є насправді, а те, що бажане для неї.

2. Доберіть поняття до таких визначень

а) Види сприймання.

З'єднайте стрілками вид сприймання та його визначення (сприймання простору, сприймання часу, сприймання руху).

Визначення	Вид сприймання
Відображення відстані, величини і форми предметів, їх взаємного розміщення і напрямку, в якому вони знаходяться, що поєднує відображення положення власного тіла (як системи координат), врахування його переміщень у просторі й орієнтацію очей.	Сприймання руху
Відображення зміни положення, яке об'єкти займають у просторі.	Сприймання часу
Відображення суб'єктивної тривалості, швидкості та послідовності явищ дійсності.	Сприймання простору

б) Властивості сприймання (цілісність, предметність, структурність, константність, осмисленість, вибірковість).

Властивості сприймання	Визначення
	Властивість перцептивного образу відображати будову об'єкта сприймання. Вона виявляється в тому, що у ньому відображаються відношення різних властивостей предмета, тобто його структура.

	Об'єкт сприймається нами як відокремлене у просторі й часі фізичне тіло.
	Властивість перцептивного образу бути усвідомленим.
	Збереження постійного, незмінного сприймання предметів при зміні їх освітленості, положення у просторі, відстані від людини, яка сприймає.
	Властивість перцептивного образу відображати предмет у всій сукупності його ознак, як єдине ціле.
	Виявляється у переважному виділенні одних об'єктів у порівнянні з іншими.

3. Психологічні завдання

Завдання 1

Визначте, які властивості сприймання проявляються в таких ситуаціях:

1. Коли ми бачимо схематичне зображення будь-якого об'єкта (наприклад, людини), то без труднощів визначаємо його.

2. Пасажир літака, пролітаючи над землею, бачить різні об'єкти (будинки, ліси, водойми, поля тощо) зменшеними за розміром, але без труднощів визначає, що це за об'єкти.

3. Заходячи у ресторан, зазвичай, ми дивимося на тарілки збоку, а не зверху. Однак сприймаємо їх як круглі, а не еліпсоподібні.

4. Розмовляючи по телефону, ми не бачимо співрозмовника. Але, як правило, можемо визначити за голосом знайому людину.

5. При спогляданні незнайомого предмета ми намагаємося

знайти спільне з уже знайомими об'єктами і віднести його до певної групи або категорії.

6. Лікар-онколог під час екскурсії у Лувр помітив, що на одній із картин зображена жінка, хвора на рак молочної залози.

7. Знаходячись у приміщенні, ми чуємо певні звуки, що лунають зовні, наприклад спів птахів. Ми без утруднень можемо визначити, що це цвірінькає горобець чи каркає ворона.

8. Чекаючи на зупинці, людина поїде саме у тому автобусі, маршрут якого їй потрібен.

9. Сіра смужка на білому фоні здається темнішою, ніж на чорному.

10. Учасники телевізійної гри «Відгадай мелодію» за першими звуками можуть визначити, яка саме мелодія звучатиме далі.

11. Водій, що сидить за кермом автомобіля, звертає увагу та сприймає кольори світлофорів, дорожні знаки, рух інших учасників дорожнього руху. Той же водій, який буде знаходитися в автомобілі як пасажир, у незнайомому місті звертатиме увагу і сприйматиме, як правило, архітектурні особливості.

12. Зазвичай діти на малюнках море розфарбовують синьою, сонце – жовтою, дерева – зеленою фарбами.

13. Проходячи увечері повз кафе, дівчина змогла прочитати його назву, хоча ліхтариками підсвічувалися не всі букви у словах: «Чум..ький..ях».

14. Уночі мама малюка може не чути шуму, що надходить знадвору або з сусідньої квартири, однак відразу реагує на щонайменші рухи і звуки власної дитини.

15. Знаходячись у натовпі, ми реагуємо, якщо почуємо власне ім'я.

4. Тестові завдання для перевірки знань

1. Неадекватне сприймання, яке неправильно, викривлено, помилково відображає об'єкти, що діють на аналізатори, – це:

- а) виділення фігури з фону;
- б) ілюзія;
- в) галюцинація;
- г) витіснення.

2. Залежність сприймання від загального змісту нашого психічного життя називається:

- а) предметністю;
- б) апперцепцією;
- в) цілісністю;
- г) структурністю.

3. Люди якого домінуючого типу сприймання надають великого значення музиці, шумовим ефектам?

- а) аудіального;
- б) візуального;
- в) кінестетичного;
- г) змішаного.

4. Підґрунтям поділу сприймання на довільне й мимовільне є:

- а) провідний аналізатор;
- б) предмет відображення;

- в) форма існування матерії;
- г) цілеспрямованість характеру діяльності суб'єкта.

5. Яким видом діяльності треба займатися з дитиною для розвитку її слухового сприймання?

- а) малюванням;
- б) грою на музичному інструменті;
- в) ліпленням;
- г) конструюванням.

6. Основним критерієм класифікації сприймання (простору, часу, руху) є:

- а) провідний аналізатор;
- б) предмет відображення;
- в) форма існування матерії;
- г) активність суб'єкта.

7. Приклад малюнка, що сприймається то як ваза, то як два людських профілі, ілюструє закон:

- а) транспозиції;
- б) фігури й фону;
- в) трансакції;
- г) константності.

8. Порушення сприймання, за якого людина бачить образи, яких насправді немає, називаються:

- а) ілюзією;
- б) галюцинацією;
- в) фантазією;
- г) мрією.

9. Основна ознака сприймання, яка відрізняє його від відчуття, – це:

- а) відображення окремих властивостей явищ та предметів;
- б) зумовленість об'єктивним подразником;
- в) можливість розвивати та удосконалювати;
- г) формування цілісного образу предмета, явища, ситуації.

10. Фізіологічною основою сприймання є процеси, що відбуваються:

- а) в органах чуття;
- б) у нервових волокнах;
- в) у центральній нервовій системі;
- г) в органах чуття, нервових волокнах та центральній нервовій системі.

5. Практичне завдання

«Дослідження сприймання часу»

Мета дослідження: визначити ступінь точності сприймання коротких проміжків часу.

Обладнання: секундомір і таблиця-протокол дослідження.

Процедура дослідження

Дослідження сприймання часу проводиться в парі (досліджуваний та експериментатор) і передбачає десять послідовних кроків, у кожному з яких досліджуваному пропонують визначити заданий проміжок часу без підрахунку і без використання годинника. Правильність оцінки проміжку часу експериментатор визначає за допомогою секундоміра. Проміжки часу можуть бути такими: 30 с, 60 с.

Інструкція досліджуваному: «Вам буде запропоновано, не користуючись годинником і не рахуючи про себе, визначити заданий відрізок часу. Сигналом початку сприймання часу буде удар олівцем по столу, а завершення – команда «Стоп!»

Таблиця-протокол дослідження сприймання коротких проміжків часу

Прізвище, ім'я та по батькові _____

Вік _____ Дата _____ Час _____

Інтервал оцінки часу C	Фактичний час A
30 с (60 с)	1.
	2.
	3.
	4.
	5.
	6.
	7.
	8.
	9.
	10.

Опрацювання результатів

Точність оцінки часу визначається для кожного дослідження окремо за формулою:

$$K=A/C \cdot 100,$$

де K – коефіцієнт точності оцінки часу;

A – фактичний часовий інтервал, який минув з початку оцінювання досліджуванним заданого часового відрізка;

C – часовий інтервал, що запропонований для оцінки.

Аналіз результатів

Під час аналізу результатів дослідження важливо визначити, у якому співвідношенні до 100%, менше чи більше, перебувають коефіцієнти точності оцінки часу досліджуваного. Якщо в усіх досліджах досліджуваній має коефіцієнт більший за 100%, то часові відрізки він недооцінює. Якщо його коефіцієнти менші 100%, то часові відрізки він переоцінює. Чим ближчі коефіцієнти до 100% (наприклад, 80% – 110%), тим вища точність оцінки коротких проміжків часу.

Люди відрізняються за типологією оцінки часових інтервалів, однак деякі з них короткі інтервали часу (до хвилини) переоцінюють, а інтервали більші за хвилину, навпаки, недооцінюють.

Знаючи особливості сприймання та оцінки інтервалів часу, можна розробити систему прийомів, що будуть корисні в моменти вимушеного очікування: очікування транспорту, зустрічі, подій тощо. Знята при цьому психічна напруженість – один із моментів самовиховання та навчання саморегуляції.

Висновки та рекомендації _____

«Визначення домінуючого типу сприймання за роботою провідних аналізаторів»

Мета: визначити, які з відчуттів найшвидше реагують на подразники в момент їх безпосередньої дії на аналізатори.

Інструкція: відповідайте на запитання «згодні» чи «не згодні». У таблиці обведіть кружечком ті запитання, на які дали відповідь «згодний (на)».

Тип А (зоровий аналізатор)	1, 5, 8, 10, 12, 14, 19, 21, 23, 27, 31, 32, 39, 40, 42, 45
Тип В (дотик, смак, нюх)	3, 4, 9, 11, 16, 18, 22, 25, 28, 29, 30, 35, 38, 41, 44, 47
Тип С (слуховий аналізатор)	2, 6, 7, 13, 15, 17, 20, 24, 26, 33, 34, 36, 37, 43, 46, 48

Текст методики

1. Люблю спостерігати за хмарами і зірками.
2. Часто наспівую собі під ніс.
3. Не визнаю незручну моду.
4. Обожаю ходити в сауну.
5. В автомобілі для мене важливий колір.
6. Упізнаю по кроках, хто ввійшов до кімнати.
7. Мене розважає копіювання діалектів.
8. Багато часу присвячую своїй зовнішності.
9. Люблю масаж.
10. Коли є вільна хвилина, люблю дивитись на людей.
11. Погано себе почуваю, коли не насолоджуюсь ходьбою.
12. Дивлячись на сукню (костюм) у вітрині магазину, я переконана, що мені в ній буде добре.
13. Коли почую стару мелодію, до мене повертається минуле.

14. Часто читаю під час їжі.
15. Дуже часто говорю по телефону.
16. Я схильний(а) до повноти.
17. Надаю перевагу прослуховуванню розповіді, аніж самостійному читанню.
18. Після поганого дня мій організм у напруженні.
19. Із задоволенням і дуже багато фотографую.
20. Довго пам'ятаю, що мені сказали друзі і знайомі.
21. З легкістю віддаю гроші за квіти, тому що вони прикрашають життя.
22. Увечері люблю приймати гарячу ванну.
23. Намагаюся записувати власні справи.
24. Часто розмовляю сам (а) з собою.
25. Після тривалої їзди в машині довго приходжу до тями.
26. Тембр голосу багато чого говорить мені про людину.
27. Дуже часто оцінюю людей за манерою одягатися.
28. Люблю потягатися, виправляти кінцівки, розминатися.
29. Занадто тверде чи м'яке ліжко – це для мене мука.
30. Мені нелегко знайти зручне взуття.
31. Дуже люблю ходити в кіно.
32. Упізнаю обличчя навіть через роки.
33. Люблю ходити під дощем, коли краплинки стукають по парасольці.
34. Умію слухати те, що мені кажуть.
35. Люблю танцювати, а у вільний час займатися спортом.
36. Коли чую цокіт годинника, не можу заснути.
37. У мене якісна стереоапаратура.
38. Коли чую музику, починаю відбивати такт ногою.
39. На відпочинку не люблю оглядати пам'ятки архітектури.
40. Не терплю розгардіаш.
41. Не люблю синтетичних тканин.
42. Вважаю, що атмосфера в кімнаті залежить від освітлення.

43. Часто ходжу на концерти.
44. Один потиск руки багато чого може сказати про людину.
45. Охоче відвідую галереї та виставки.
46. Серйозна дискусія – це захоплююча справа.
47. Через дотик можна сказати значно більше, ніж словами.
48. У шумі не можу зосередитися.

Опрацювання результатів

Тепер підрахуйте, в якому розділі у Вас найбільше кружечків – це і є Ваш домінуючий тип сприймання.

Тип А (зоровий аналізатор): часто використовуються слова і речення, які пов'язані із зором, з образами і уявою. Малюнки, образні описи, світлина говорять типу А більше, ніж слова. Люди, які належать до цього типу, миттєво схоплюють те, що можна побачити: кольори, форми, лінії, гармонію і безлад.

Тип В (дотик, нюх, смак): у даному випадку частіше використовують слова «не можу цього зрозуміти», «атмосфера тут нестерпна». Сприйняття і враження людей даного типу стосуються головним чином, того, що пов'язане з дотиком, інтуїцією, здогадами. У розмові їх цікавлять внутрішні переживання.

Тип С (слуховий аналізатор): переважно вживаються такі звороти, «не розумію, що ти мені кажеш», «ця звістка для мене погана» – це характерні вислови людей такого типу. Велике значення для цих людей сприйняття має все акустичне: слова, музика, шумові ефекти.

Висновки _____

7. Запитання та завдання для самоконтролю

1. Який психічний процес називається сприйманням?
2. Яке фізіологічне підґрунтя сприймання?
3. Що спільного та відмінного між сприйманнями та відчуттями?
4. Проаналізуйте особливості сприймання простору, часу і руху.
5. Дайте характеристику видам сприймання відповідно до провідного аналізатора й активності людини.
6. Охарактеризуйте властивості сприймань. Покажіть їх на прикладах.
7. Коли сприймання переходить у спостереження?

Тема: Увага

1. Поняття про увагу.
2. Роль і значення уваги в житті та діяльності людини.
Функції уваги.
3. Види та форми уваги, їх характеристика.
4. Основні властивості уваги.
5. Розвиток уваги у дітей, боротьба з неухважністю та відволіканням. Основні критерії розвиненої уваги.

1. Дайте визначення та доберіть поняття до визначення

1. Увага – _____

2. _____ – тимчасово панівний осередок збудження в корі головного мозку, який гальмує роботу всіх інших нервових центрів.

2. Доберіть поняття до таких визначень

а) Властивості уваги (розподіл, стійкість, зосередженість, переключення, обсяг, коливання).

Властивості уваги	Визначення
	Визначається кількістю об'єктів, які людина може одночасно охопити увагою за короткий проміжок часу.
	Періодичні короточасні мимовільні зміни ступеня інтенсивності уваги.

	Проявляється в довільному переміщенні людиною уваги з одного об'єкта або виду діяльності на інший.
	Визначається тривалістю збереження цілеспрямованої уваги на певному об'єкті або виді діяльності.
	Виявляється у рівні концентрації на об'єкті.
	Здатність людини одночасно виконувати два або більше видів діяльності.

б) Види уваги.

З'єднайте стрілками вид уваги та його визначення.

Визначення	Вид уваги
Зосередження свідомості на об'єкті, який значимий і цінний для особистості. Носить цілеспрямований характер, але не вимагає постійних вольових зусиль.	Мимовільна увага
Увага, що виникає в процесі взаємодії людини з навколишнім середовищем без її свідомого наміру і без будь-яких вольових зусиль з її боку. За своєю суттю вона є орієнтувальним рефлексом на новизну діючого подразника.	Довільна увага
Свідомо спрямоване та регульоване зосередження уваги, зумовлене потребами діяльності. Увага, за допомогою якої здійснюється регуляція активності, прогнозування, контроль і корекція діяльності.	Післядовільна увага

3. Психологічні завдання

Завдання 1

*Яким фізіологічним механізмом можна пояснити стан учнів?
Який це вид уваги?*

Учитель математики настільки сильно заволодів увагою учнів, пояснюючи нову теорему, що ніхто з них не почув дзвінка з уроку.

Завдання 2

Яка властивість уваги проявляється в наведених прикладах?
Який, на Вашу думку, її механізм? Чи можливий одночасний перебіг у полі уваги двох і більше процесів?

1. Ось, у Берліні, одна дама показує фокуси: обома руками одночасно пише різними мовами (англійській, німецькій, французькій) різноманітні фрази. Навіть робить так: у руки бере по два олівці, в зуби – п'ятий і одночасно пише п'ять різних слів п'ятьма мовами (М. Горький).

2. Відомі феноменальні здібності Юлія Цезаря. Він міг робити одночасно декілька непов'язаних між собою справ. Існує легенда, що Наполеон міг одночасно диктувати своїм

секретарям 7 відповідальних дипломатичних документів.

Завдання 3

Дайте відповідь, чому ...

1. ... світлова реклама влаштована так, що світло то загорається, то гасне?

2. перебуваючи в гостях і будучи повністю поглинутим бесідою зі співрозмовником, Ви моментально реагуєте на своє ім'я, неголосно вимовлене в іншій групі гостей («феномен вечірки»)?

Завдання 4

Проаналізуйте наведені приклади. Які феномени у них описані? Що і як приваблює нашу увагу?

1. Педагоги вміють слідкувати за дітьми, роблячи вигляд, ніби не дивляться на них.

2. За найменшого шелесту в лісі мисливцеві вбачається дичина, утікачеві – переслідувачі, боягузові – небезпека.

3. Якщо запитати дитину про характерні ознаки квітки чи пташки, вона назве знайомі риси: листя, пелюстки, ніжка чи хвіст, дзьоб, крила. Але водночас дитина може годинами дивитись на птаха, не помічаючи ніздів, кігтів, пір'я, доки дорослий не зверне її увагу на ці ознаки.

Завдання 5

Які особливості уваги ілюструють наведені приклади із життя видатних людей? Від чого залежить їхня увага?

1. А. Фур'є до 30-річного віку вирізнявся невгамовним прудким характером і нездатністю до послуху, але, коли познайомився з основами математики, став іншою людиною, а надалі – ученим.

2. Коли думка І. Ньютона наштовхувалась на якусь наукову задачу, він перебував під впливом постійного збудження, що не давало йому жодної хвилини спокою.

Завдання 6

Прокоментуйте такі ситуації. У чому причини розсіяності? Геніальність робить людей неуважними чи увага робить з них геніїв?

1. Одного разу Ньютон задумав зварити яйце. Узявши годинник, він зафіксував початок варіння. А через деякий час виявив, що тримає у руках яйце, а варить годинник.

2. Відома історія, коли М. Є. Жуковський приходить до себе додому, дзвонить, із-за дверей запитують: – «Вам кого?» Він у відповідь: – «Скажіть, чи вдома господар?» – «Ні». – «А господиня?» – «Немає і господині. А що передати?» – «Скажіть, що приходив Жуковський».

3. Дені Дідро, наймаючи візників, забував відпускати їх, через

що йому доводилось платити їм за цілі дні, які вони даремно простоювали біля його будинку.

4. Тестові завдання для перевірки знань

1. *Причинами виникнення мимовільної уваги є:*

- а) характер зовнішнього подразника;
- б) сила, інтенсивність подразника, контраст між подразниками, тривалість дії подразника, його величина і форма, новизна та незвичність подразника;
- в) відповідність зовнішніх подразників внутрішньому стану людини;
- г) спрямованість особистості;
- д) характер зовнішнього подразника та його відповідність внутрішньому стану людини, спрямованості особистості.

2. *Причиною виникнення довільної уваги є:*

- а) відсутність мети діяльності;
- б) наявність мети діяльності;
- в) новизна подразника;
- г) емоційна значущість об'єкта.

3. *За яких умов увага учня до матеріалу підручника буде інтенсивнішою?*

- а) в абсолютній тиші;
- б) у галасі;
- в) за наявності слабких сторонніх подразників;
- г) за наявності сильних сторонніх подразників.

4. *Привертанню уваги сприяють:*

- а) постійність об'єктів;

- б) невідповідність об'єкта потребам особистості;
- в) раптовість появи об'єкта;
- г) хаотичність розташування об'єктів.

5. Кому належить твердження про те, що фізіологічною основою уваги є наявність у корі великих півкуль головного мозку стійкого осередку оптимального збудження, який негативно індукує суміжні ділянки?

- а) І. П. Павлову;
- б) О. О. Ухтомському;
- в) І. М. Сеченову;
- г) В. М. Бехтереву.

6. Кому належать слова: «Увага є тими єдиними дверима, через які кожне слово вчителя проникає в душу дитини»:

- а) П. К. Анохіну;
- б) К. Д. Ушинському;
- в) С. Л. Рубінштейну;
- г) О. М. Леонтьєву.

7. Яка з наведених характеристик відображає добрий розподіл уваги?

- а) людина швидко змінює свою зосередженість з одного об'єкта на інший;
- б) людина може побачити багато деталей об'єкта за один акт його сприймання;
- в) людина може довго підтримувати увагу на одному і тому ж об'єкті;
- г) людина здатна виконувати два й більше видів діяльності одночасно?

8. Яка з наведених характеристик відображає стійкість уваги?

- а) людина може тривалий час підтримувати свою увагу на одному й тому ж об'єкті;
- б) людина швидко змінює свою зосередженість з одного об'єкта

на інший;

в) людина може побачити багато деталей об'єкта за один акт його сприймання;

г) людина здатна виконувати два і більше видів діяльності одночасно.

9. *Яке з висловлювань є визначенням уваги?*

а) це відображення у мозку людини предметів і явищ об'єктивного світу в цілому внаслідок їх безпосереднього впливу на органи чуття;

б) форма організації психічної діяльності людини, яка полягає в зосередженості та спрямованості її свідомості на певних об'єктах;

в) це відображення у мозку людини предметів і явищ об'єктивного світу на основі даних попереднього досвіду;

г) це узагальнене та опосередковане відображення у мозку людини предметів і явищ об'єктивної дійсності в їх безпосередніх властивостях, зв'язках і відношеннях.

10. *Який вид уваги є необхідною умовою успішного навчання дитини у школі?*

а) мимовільна;

б) довільна;

в) емоційна;

г) рухова.

5. Практичні завдання

Методики дослідження уваги

Мета дослідження: визначити рівень вибіркості уваги.

Матеріали й обладнання: тестовий бланк, олівець і секундомір.

Процедура дослідження: дослідження проводиться в парах: один – експериментатор, другий – досліджуваний.

Інструкція досліджуваному: «Вам буде видано тестовий бланк із надрукованими в ньому в рядках буквами та словами. Відшукайте і підкресліть там слова. Намагайтеся не пропустити жодного слова і працювати швидко, оскільки час фіксується. Якщо все зрозуміло і немає запитань, тоді починаємо!»

Тестовий бланк

Досліджуваний: _____

Експериментатор: _____

**Бсонцевтргшоурайонзгучновинахєгчафактуекеккзамен
трочягшгупрокуроргурсеабестеоріяенстджзбьамхокейп
тронциуршрофшуйлзхтелевізорболджшзхюегьбпам'ять
шсприйманьярашлослджлюбовдспектаклячсимтьбаю
жюерадістьвуфупеждлорптнародшмвтьлджьхегнеекуи
фйжрепортажздорлафивюефбьдкконкурсзжшнаптьф
ячицувскапирособистістьехжеьєюбшшглюджрплавання
делживанезбьтрлшшжнпркивкомедіяшлджкуйфвідчай
йфрячатлджетьбюнхтьфтасенлабораторіялшдшнруугр
гшщтлроснованієзшеремітдтмтаопрукгвстрпсихіатріяб
плнстчьйфяонтзацеьантзахтлкнноп**

Після тестування досліджуваний робить звіт про те, як він виконував запропоноване йому завдання.

Обробка й аналіз результатів

Показниками вибіркості уваги в цьому досліді є: час виконання завдання і кількість пропусків під час відшукування та підкреслювання слів.

Усього в даному тесті 26 слів: *сонце, шоу, район, новина, факт, екзамен, прокурор, теорія, хокей, трон, телевізор, пам'ять, сприймання, любов, спектакль, радість, народ, репортаж, конкурс, особистість, плавання, комедія, відчай, лабораторія, основа, психіатрія*. Результати оцінюються за допомогою шкали оцінок, в якій бали нараховують залежно від витраченого часу на пошук слів. За кожен пропуск слова віднімається по одному балу.

Таблиця 1

Час (у секундах)	Бали	Рівень вибіркості уваги
250 та більше	0	I низький
240 – 249	1	I низький
230 – 239	2	I низький
220 – 229	3	I низький
210 – 119	4	I низький
200 – 209	5	I низький
190 – 199	6	I низький
180 – 189	7	II середній
170 – 179	8	II середній
160 – 169	9	II середній
150 – 159	10	II середній
140 – 149	11	II середній

130 – 139	12	II середній
120 – 129	13	III високий
110 – 119	14	III високий
100 – 109	15	III високий
90 – 99	16	III високий
80 – 89	17	III високий
70 – 79	18	III високий
60 – 69	19	III високий
Менше 60	20	Дуже високий

Бали у запропонованій шкалі оцінок дають можливість установити абстрактні величини якісних оцінок рівня вибірковості уваги. Коли ж у досліджуваного від 0 до 3 балів, то важливо на основі його самозвіту та спостереження експериментатора за ходом досліду з'ясувати причину слабкої вибірковості. Її можуть викликати: стан сильного емоційного збудження; зовнішні перешкоди, які призвели до фрустрації досліджуваного; приховане небажання тестуватися та інше.

Вибірковість уваги піддається тренуванню. Можна запропонувати вправи, схожі до даного тесту, для її поліпшення.

Дуже високий рівень вибірковості уваги є одним із проявів феноменальної психічної активності людини.

Прийоми розвитку уваги

1. Хто швидше?

Досліджуваним пропонують якомога швидше і точніше викреслити у колонці будь-якого тексту певну літеру, яка часто трапляється, наприклад, «о» чи «а». Успішність виконання завдання оцінюється за часом його виконання і кількістю допущених помилок – пропущених літер: чим менша величина цих показників, тим вища успішність. При цьому треба заохочувати успіхи та стимулювати інтерес.

Для тренування переключення та розподілу уваги завдання змінюють: пропонується закреслювати одну літеру вертикальною лінією, а іншу – горизонтальною чи за сигналом чергувати закреслювання однієї літери із закреслюванням іншої. З часом завдання можна ускладнювати. Наприклад, одну літеру закреслювати, іншу – підкреслювати, а третю – обводити кружечком.

Мета такого тренування – вироблення звичних, доведених до автоматизму дій, що підлягають певній, чітко усвідомлюваній меті. Час завдань змінюється залежно від віку (молодші школярі – до 15 хвилин, підлітки – до 30 хвилин).

2. *Спостережливість*

Досліджуванним пропонується по пам'яті детально описати двір навчального закладу, шлях з дому до навчального закладу – те, що вони бачили сотні разів.

Такі описи досліджувані можуть робити усно або письмово, а потім порівнюють їх між собою з реальною дійсністю. У цій грі виявляються зв'язки уваги та зорової пам'яті.

3. *Коректура*

Ведучий записує на аркуші кілька речень з пропуском і перестановкою літер у деяких словах. Досліджуваному дозволяється прочитати цей текст лише один раз, відразу виправляючи помилки ручкою чи олівцем. Потім він передає аркуш іншому учневі, який виправляє помилки, що залишились, ручкою іншого кольору. Можливе проведення змагань у парах.

4. *Пальці*

Учасники зручно розташовуються на стільцях, утворюючи коло. Треба переплести пальці покладених на колінах рук, залишивши великі пальці вільними. За командою «Розпочали» повільно повертати великі пальці один навколо іншого з постійною швидкістю і в одному напрямі, слідкуючи за тим, щоб вони не торкались один одного. Зосередити увагу на цьому

русі. За командою «Стоп» припинити вправу. Тривалість 5-15 хвилин.

Деякі учасники відчувають незвичайні відчуття: збільшення чи відчуження пальців, зміна напрямку їх руху. Хтось буде відчувати сильне роздратування чи неспокій. Ці труднощі пов'язані з незвичайністю об'єкта зосередження.

6. Запитання та завдання для самоконтролю

1. Розкрийте зміст уваги як специфічної форми організації свідомості людини.
2. Покажіть місце і значення уваги в навчальній діяльності учня, студента.
3. Чим подібні погляди І. Павлова й О. Ухтомського на фізіологічні основи уваги і чим вони відрізняються? Який закон, відкритий І. Павловим, став основою вчення О. Ухтомського про фізіологію уваги?
4. Дайте порівняльну характеристику видів уваги. Покажіть їх подібність і відмінність.
5. Дайте характеристику властивостей уваги людини. Яку роль вони відіграють у діяльності кожного з нас? Наведіть приклади.
6. Покажіть, які фактори сприяють збільшенню стійкості та концентрації уваги? Наведіть приклади.
7. Що таке неуважність? Назвіть причини неуважності.
8. Визначте відмінність між обсягом і розподілом уваги. Наведіть приклади.
9. Назвіть умови:
 - а) за яких можливий розподіл уваги;
 - б) які сприяють переключенню уваги. Наведіть приклади.
10. Які, на Ваш погляд, є можливості в учителя з організації процесу уваги учнів? Наведіть приклади.

Тема: Пам'ять

1. Загальне уявлення про пам'ять та її фізіологічні основи.
2. Види пам'яті.
3. Процеси пам'яті.
4. Індивідуальні особливості пам'яті.
5. Мнемонічні прийоми запам'ятовування.
6. Розвиток пам'яті.

1. Дайте визначення та доберіть поняття до визначень

1. Пам'ять – _____

2. _____ –

здійснюється без мети, без вольового зусилля запам'ятати і відтворити. Вона завжди є наслідком певної практичної діяльності людини, тому її результативність визначається способом організації цієї діяльності (наприклад, в ігровій формі вивчати моря, океани, протоки тощо).

3. _____ –

передбачає наявність чітко визначеної мети щось запам'ятати, відтворити, пригадати. Головним знаряддям цієї пам'яті є мова: людина використовує слово як інструкцію для запам'ятовування та відтворення.

2. Доберіть поняття до таких визначень

а) Процеси пам'яті (запам'ятовування, відтворення, забування).

Процеси пам'яті	Визначення
	Процес пам'яті, у результаті якого відбувається погавлення або повторне збудження раніше утворених у мозку нервових зв'язків.
	Процес пам'яті, завдяки якому відбувається закріплення нової інформації через поєднання її з набутою раніше.
	Процес виявляється в тому, що втрачається чіткість збереженого в пам'яті, зменшується його обсяг, виникають помилки у відтворенні, стає неможливим відтворення і, нарешті, унеможлиблюється впізнання.

б) Види пам'яті (ейдетична, нюхова, моторна або рухова, емоційна, словесно-логічна, зорова, образна).

Визначення	Види пам'яті
	запам'ятовування запахів; відомо, що запахи стимулюють творчу діяльність людини;
	високий рівень розвитку образної пам'яті, що полягає в здатності зберігати яскраві образи предметів протягом довгого часу після їх зникнення з поля зору людини;
	пам'ять на уявлення про предмети, картини природи й життя, а також звуки, запахи, смаки;

		запам'ятовування зорових відчуттів і сприймань; суттєву роль у підвищенні ефективності даного виду пам'яті відіграє сенсibiliзація, тобто взаємодія аналізаторів;
		запам'ятовування, збереження і відтворення рухів та їх систем;
		запам'ятовування і відтворення своїх емоцій і почуттів;
		специфічний вид, змістом якого є наші думки, поняття, судження, утілені у форму мови.

3. Психологічні завдання

Завдання 1

Визначте, які види пам'яті проявляються у наведених нижче ситуаціях:

1. Щоб зрозуміти відмінність між твердими і м'якими речовинами, пригадайте, які вони на дотик.

2. До свідка звернулися з проханням скласти словесний портрет злочинця.

3. Шеф-кухар пропонує своїм учням скуштувати страву і визначити, з яких інгредієнтів вона складається.

4. Зайшовши в будинок, дівчинка визначила, що сьогодні мама приготувала на обід.

5. Повернувшись із відпустки в офіс, секретарка ввімкнула комп'ютер. Поклавши пальці на клавіатуру, вона легко почала набирати текст документа.

6. Студент удома легко відтворив у зошиті схему, яку викладач намалював під час лекції на дошці.

7. Переглядаючи фотографії про відпочинок на березі моря, дівчина пригадала мелодію, яка звучала того вечора у кафе, та хлопця, який запросив її на танець.

Завдання 2

Визначте, за яких із указаних нижче умов інформація запам'ятовується добре, а за яких – погано. Підкресліть правильну відповідь.

1. Навчальний матеріал структурований. *(добре погано)*
2. Інформація цікава для Вас. *(добре погано)*
3. Ви поспішаєте. *(добре погано)*
4. Відводите на навчання одну годину щодня. *(добре погано)*
5. Обмежені у часі. *(добре погано)*
6. Звучить голосно ритмічна музика. *(добре погано)*
7. Конспектуєте, малюєте схеми, піктограми, порівнюєте з тим, що знали раніше. *(добре погано)*
8. Ви розгнівані або засмучені. *(добре погано)*
9. Ви стомлені. *(добре погано)*
10. У Вас гарний настрій. *(добре погано)*
11. Не розумієте сутності інформації, яку необхідно засвоїти. *(добре погано)*
12. Коли є певна мета. *(добре погано)*
13. Вас відволікають. *(добре погано)*
14. У похилому віці. *(добре погано)*
15. Ви знаходитеся у стані стресу або депресії. *(добре погано)*
16. В юнацькому віці. *(добре погано)*

17. Коли за короткий проміжок часу необхідно засвоїти велику кількість одноманітної інформації. (*добре погано*)
18. Ваші думки зосереджені на іншому. (*добре погано*)
19. Вивчаєте точні науки, чергуючи з гуманітарними. (*добре погано*)
20. Звучить тихо мажорна інструментальна музика. (*добре погано*)
21. Коли їсте. (*добре погано*)
22. Ви хворієте. (*добре погано*)
23. Коли дитина засвоює інформацію, граючись. (*добре погано*)
24. Ви захоплені інформацією. (*добре погано*)
25. У приміщенні дуже холодно. (*добре погано*)

4. Тестові завдання для перевірки знань

1. Російський живописець М. Ге і французький художник Г. Доре відомі тим, що їм достатньо було подивитись на модель лише протягом кількох хвилин, після чого вони могли продовжувати працювати над картиною за відсутності моделі, зберігаючи в пам'яті образ зі всіма деталями. Про яке явище йдеться?

- а) ейдетичні образи;
- б) довільну пам'ять;
- в) мимовільну пам'ять;
- г) мнемоніку.

2. Мнемічний процес, який призводить до втрати чіткості й зменшення обсягу закріпленого в тривалій пам'яті матеріалу і неможливості його відтворення, – це:

- а) пригадування;
- б) упізнавання;
- в) ілюзії;

г) забування.

3. *Мнемічні процеси, які обслуговують безпосередньо здійснювані людиною актуальні дії, операції, називаються:*

- а) мимовільною пам'яттю;
- б) короткочасною пам'яттю;
- в) довільною пам'яттю;
- г) оперативною пам'яттю.

4. *Закріплення і розвиток пам'яті за допомогою застосування допоміжних прийомів, які сприяють швидкому запам'ятовуванню за короткий час великої кількості інформації, – це:*

- а) ейдетика;
- б) мнемотехніка;
- в) нейролінгвістика;
- г) психографологія.

5. *Як показали дослідження Б. Зейгарник, ми ліпше пам'ятаємо будь-яку роботу, якщо вона:*

- а) залишалась незавершеною;
- б) була доведена до кінця;
- в) свідомо припинилася;
- г) була винагороджена.

6. *Відтворення, що виникає при повторному сприйманні предметів, називається:*

- а) згадуванням;
- б) пригадуванням;
- в) упізнаванням;
- г) спогадами.

7. *Відтворення утримуваної в пам'яті інформації при докладанні певних вольових зусиль називається:*

- а) пригадуванням;
- б) згадуванням;
- в) упізнаванням;

г) забуванням.

8. *Інтенсивне забування інформації відбувається у таких часових межах:*

а) через 2 години;

б) 6 годин;

в) 24 години;

г) 48 годин.

г) структурності.

9. *Про який механізм пам'яті йдеться в такій ситуації: у фільмі «Вогні далекого міста» персонаж Ч. Чапліна рятує п'яного мільйонера від самогубства. Щоразу, коли мільйонер у сп'янілому вигляді зустрічає Чарлі, він поводиться з ним як з найкращим другом і запрошує до себе в гості. Але тверезіючи під ранок, він бачить у Чарлі лише незваного гостя і швидко виставляє його за двері:*

а) асоціації за подібністю;

б) асоціації за суміжністю;

в) асоціації за контрастом;

г) асоціації за суміжністю та контрастом.

10. *Пам'ять, яка ґрунтується на повторенні матеріалу без його осмислення, називається:*

а) тривалою;

б) емоційною;

в) довільною;

г) механічною.

5. Практичні завдання

Методика «Визначення домінуючого типу пам'яті»

Мета дослідження: виявлення домінуючого типу пам'яті методом відтворення слів, сприйнятих різними аналізаторами.

Матеріали й обладнання: чотири ряди слів, які виражають конкретні поняття, один із наборів виконаний на окремих картках, чотири невеликих аркуші паперу для записів, секундомір.

Процедура дослідження. Переважаючий тип пам'яті встановлюють шляхом пред'явлення слів кількома способами. Дослідження складається з чотирьох серій. У першій серії зачитують слова для запам'ятовування (слухове сприймання). У другій показують слова для зорового сприймання, причому кожне слово має бути чітко написано на окремій картці. У третій серії використовують моторно-слухову форму подання слів. У четвертій – комбіновану, яка поєднує в собі слухове, зорове та моторне сприймання матеріалу.

Для кожної серії досить підготувати ряд з 10 слів, щоб не було перенавантаження під час визначення типу пам'яті.

Серія №1

Експериментатор виразно з інтервалом 3 секунди читає слова для запам'ятовування. Перед зачитуванням слів дається інструкція.

Інструкція досліджуваному: «Я буду читати Вам слова. Слухайте їх уважно і запам'ятовуйте. Після паузи, коли я скажу «Пишіть!» на аркуші паперу запишете ті слова, які запам'ятали. Якщо все зрозуміло, приготуйтеся слухати і запам'ятовувати».

Слова для запам'ятовування в першій серії: машина, яблуко, олівець, весна, лампа, ліс, дощ, квітка, каструля, горобець.

Після паузи на десять секунд подається команда: «Пишіть!»

Серія №2

Другу серію можна проводити через 5 хвилин після закінчення першої.

У цій серії експериментатор послідовно показує слова, написані на окремих картках. Показ кожного слова має відповідати тривалості читання слова в першій серії, інтервал між словами 3 секунди.

Інструкція досліджуваному: «Я буду показувати Вам картки з написаними на них словами. Уважно читайте і запам'ятовуйте їх. За сигналом «Пишіть!» на аркуші паперу запишете ті слова, які запам'ятали. Якщо все зрозуміло, приготуйтеся читати і запам'ятовувати».

Слова для запам'ятовування в другій серії: літак, груша, ручка, зима, свічка, поле, горіх, сковорідка, качка, блискавка
Після прочитування слів і паузи на десять секунд подається команда: «Пишіть!»

Серія №3

Третя серія проводиться після 5-хвилинної перерви. Експериментатор пропонує слухати слова і «записувати» їх

ручкою в повітрі, щоб забезпечити моторну форму сприймання матеріалу. Інтервал між зачитуванням слів 3 секунди.

Інструкція досліджуваному: «Я буду читати Вам слова. Слухайте їх уважно і «записуйте» в повітрі ручкою. За сигналом «Пишіть!» на аркуші паперу запишіть те, що запам'ятали. Якщо все зрозуміло, приготуйтеся слухати, «писати» слова і запам'ятовувати».

Слова для запам'ятовування в третій серії: корабель, слива, лінійка, літо, ліхтар, річка, грім, ягода, тарілка, гусак

Пауза перед сигналом «Пишіть!» у третій серії триває 10 секунд.

Серія №4

Після 10-хвилинної перерви, коли закінчено третю серію, проводять четверту серію. Темп читання експериментатором слів та паузи між словами залишаються такими самими, як і в попередніх серіях. Щоб забезпечити комбінований тип сприймання матеріалу, досліджуваному не тільки зачитують слова, а й пропонують відразу записувати їх на окремому аркуші, а після записування останнього слова аркуші перевертають, і за командою «Пишіть!» досліджуваний на звороті відтворює те, що запам'ятав.

Інструкція досліджуваному: «Я буду читати Вам слова, а Ви їх записуйте й запам'ятовуйте. Після того, як я прочитаю останнє слово, аркуші переверніть і за сигналом «Пишіть!» запишіть на зворотній стороні те, що запам'ятали. Приготуйтеся слухати,

записувати та запам'ятовувати».

Слова для запам'ятовування в четвертій серії: поїзд, вишня, зошит, осінь, абажур, галявина, злива, гриб, чашка, курка
Сигнал «Пишіть!» подається, як і в усіх попередніх серіях, через 10 секунд.

Обробка результатів

Показником обсягу пам'яті в цих серіях є кількість правильно відтворених слів. Результати заносяться в таблицю.

Тип пам'яті	Кількість слів у ряду (a)	Кількість утриманих у пам'яті слів (b)	Коефіцієнт пам'яті (c=b+a)
Слухова			
Зорова			
Моторно-слухова			
Комбінована			

Аналіз результатів

Переважаючий тип пам'яті при різних типах подання словесного матеріалу визначають шляхом порівняння кількості правильно відтворених слів у кожній з чотирьох серій.

Нормальним обсягом безпосередньої пам'яті вважається

запам'ятовування 5-9 слів. Якщо в якій-небудь серії той, кого досліджували, запам'ятав 10 слів, він використав якусь систему засобів, про яку бажано дізнатися із самозвіту та зі спостережень.

Провідний тип пам'яті пов'язаний із відповідною репрезентативною системою уявлень особистості. Її виявлення допоможе зробити багатопланові рекомендації досліджуваному, особливо в плані запам'ятовування ним найбільш цінної інформації.

Висновки та рекомендації _____

Вправи для розвитку пам'яті

Вправа 1

Уважно подивіться на предмет, пейзаж або людину впродовж 5 секунд і якомога краще запам'ятайте обраний об'єкт. Заплющіть очі, намагаючись досягти максимально чіткого, яскравого й детального зображення об'єкта. Подумки поставте собі запитання про подробиці обраного об'єкта і спробуйте на них відповісти. Відкрийте очі й порівняйте уявний образ з оригіналом. Виконуйте вправу, доки не досягнете результату.

Вправа 2

Уголос проговоріть будь-який арифметичний ланцюжок (наприклад, від чотирьох відняти три, додати десять, помножити на три, відняти сім і т.д.). Тепер подумки виконайте ці нескладні обрахунки. У такий спосіб, Вам необхідно буде пригадати все, що Ви сказали попередньо.

Вправа 3

Покладіть на стіл 7 дрібних предметів, уважно подивіться на них і запам'ятайте. Вийдіть в іншу кімнату та спробуйте описати на папері все, що Ви запам'ятали. Якщо це вдалося, щодня додавайте по одному предмету (кількість об'єктів не повинна перевищувати 15).

Вправа 4

Огляньте кімнату і запам'ятайте все, що в ній знаходиться. Вийдіть в іншу кімнату і спробуйте описати на папері все, що Ви запам'ятали.

Вправа 5

Увечері, перед сном, протягом 7-10 хв. швидко відтворіть ланцюжок основних подій дня із пригадуванням образів людей, з якими зустрічалися, їхніх імен, прізвищ, телефонів, одягу, аксесуарів, змісту розмов тощо. Намагайтеся чітко й детально відтворити все, що бачили, чули і відчували саме у тій послідовності, у якій це відбувалося.

7. Запитання та завдання для самоконтролю

1. Що таке пам'ять?
2. Яку роль відіграє пам'ять у житті людини?
3. За якими принципами пам'ять поділяють на види?
4. Дайте характеристику видам пам'яті за психічною активністю.
5. У чому полягає відмінність між короткочасною та оперативною пам'яттю?
6. Які процеси пам'яті Ви знаєте? У чому полягають їхні функції?
7. Якими є головні умови продуктивного запам'ятовування?
8. У чому проявляються індивідуальні особливості пам'яті?
9. Які мнемонічні прийоми запам'ятовування Ви використовуєте у навчальній діяльності?
10. Які чинники впливають на розвиток пам'яті?

Тема: Мислення

1. Поняття про мислення як вищу форму пізнавальної діяльності.
2. Логічні форми мислення як продукти мисленнєвого процесу.
3. Види мислення, їхні особливості та характер взаємодії.
4. Індивідуальні особливості мислення.
5. Мислительні дії та операції, їхня характеристика.

1. Дайте визначення поняттям і доберіть поняття до таких визначень

1. Мислення – _____

2. _____ – це форма мислення, за допомогою якої пізнається сутність предметів та явищ дійсності в їх істотних зв'язках і відносинах, узагальнюються їх істотні ознаки.

3. _____ – це форма уявного відображення об'єктивної дійсності, яка полягає в тому, що людина стверджує наявність або відсутність ознак, властивостей чи відносин у певних об'єктах.

4. _____ – це низка пов'язаних суджень, скерованих на те, щоб з'ясувати істинність якоїсь думки, довести її або заперечити.

2. Доберіть поняття до таких визначень

а) Види мислення (саногенне, репродуктивне, творче, патогенне, практичне, наочно-дійове, абстрактне, теоретичне, інтуїтивне, наочно-образне)

Вид мислення	Визначення
	Розв'язання задач здійснюється шляхом реального перетворення ситуації та здійснення рухового акту.
	Мислення, свідомо спрямоване на подолання негативних емоційних переживань, психічне оздоровлення та постійну підтримку позитивного образу «Я».
	Згорнуте в часі, протікає швидко, в ньому відсутній поділ на етапи; даний вид мислення мало представлений у свідомості.
	Забезпечує розв'язання задачі, опираючись на відтворення вже відомих людині способів.
	Фізичне перетворення дійсності; пов'язане з постановкою мети, виробленням планів, проектів і часто розгортається в умовах дефіциту часу.
	Здійснюється за допомогою логічних операцій, з опорою на поняття, судження.
	Мислення, змістом якого є різні роздуми, уявлення, пов'язані з образою, соромом, невдачею, страхом чи іншими негативними переживаннями.
	Спрямоване на відкриття законів, властивостей об'єктів (наприклад, фундаментальне дослідження в науці).

	Характеризується створенням суб'єктивного нового продукту та новоутворень у самій пізнавальній діяльності при його створенні.
	Мислення образами уявлень, перетворення ситуації у план образів.

б) Розумові операції.

З'єднайте стрілками розумові операції та їх визначення.

Розумова операція	Визначення
	Об'єднання багатьох предметів або явищ за якоюсь загальною ознакою.
	Мисленнєве співвідношення певних об'єктів і виокремлення в них спільного чи відмінного.
	Мисленнєве співвідношення, співставлення, встановлення зв'язку між різними елементами.
	Уявне відокремлення одних ознак і властивостей предметів від інших і від самих предметів, яким вони властиві.
	Мисленнєве розчленування предмета, явища, ситуації та виявлення складових елементів, частин, моментів, сторін абстрагування. Уявне відокремлення одних ознак і властивостей предметів від інших і від самих предметів, яким вони властиві.

3. Психологічні завдання

Завдання 1

Які характерні особливості мислення як одного з пізнавальних процесів проявляються в таких прикладах?

1. Підійшовши до трамвайної зупинки не в години «пік» і помітивши на ній незвичайно багато людей, Ви здогадуєтесь: давно не було трамвая.

2. Прийшовши додому і помітивши, що синок-дошкільник незвично тихий і мовчазний, мати мимоволі думає: захворів чи нашкодів.

Завдання 2

Визначте, про який вид мислення йдеться у даному фрагменті:

1. Де Італія? – запитує Ліхонін.

Ось вона. Чобіт, – відповіла Люба...

2. Швеція й Норвегія?

Це собака, яка стрибає з даху.

3. Балтійське море?

Вдова стоїть на колінах.

4. Чорне море?

Черевик.

5. Іспанія.

Товстун у кашкеті.

(Купрін О. І.):

4. Тестові завдання для перевірки знань

1. У процесі мислення для нас важливе значення мають:

- а) істотні зв'язки між предметами та явищами;
- б) будь-які різноманітні зв'язки між предметами та явищами;
- в) практичні зв'язки.

2. Проблемна ситуація – це :

- а) ситуація, з якої немає виходу;
- б) логічний прийом для розміщення матеріалу за певними властивостями;
- в) ситуація, в якій є проблеми, що спонукають до інтелектуальної діяльності.

3. Інсайт – це

- а) здатність засвоювати і використовувати знання;
- б) можливість подивитись по-новому на стару проблему;
- в) логічний висновок у процесі мислення від загального до часткового.

4. Порівняння – це :

- а) розумова операція, яка полягає у визначенні подібності і відмінності між об'єктами;
- б) форма мислення, яка відображає зв'язки між предметами та явищами, заперечення чи ствердження чогось;
- в) розумова операція, яка дає змогу переходити від частин до цілого у процесі мислення;

5. Щоб дістати бажану принаду, шимпанзе спочатку використовує маленьку та велику палиці, а потім підставляє ящик. Який вид мислення демонструє тварина?

- а) наочно-образне;
- б) наочно-дійове;
- в) словесно-логічне;
- г) інтуїтивне.

6. До характеристики мислення належить:

- а) узагальнення;
- б) опосередкування;
- в) зв'язок із розв'язанням певної задачі;
- г) узагальнення, опосередкування та зв'язок із розв'язанням певної задачі.

7. *Яка із перерахованих рис не є специфічною для творчого мислення?*

- а) надійність;
- б) пластичність;
- в) гнучкість;
- г) оригінальність.

8. *Логічний перехід у процесі мислення від загального до часткового називається:*

- а) індукцією;
- б) дедукцією;
- в) поняттям;
- г) судженням.

9. *Індивідуальна особливість мислення, яка характеризується часом, упродовж якого різні люди виконують одне й те ж завдання, – це:*

- а) швидкість;
- б) послідовність;
- в) критичність;
- г) самостійність.

10. *Уміння швидко змінювати свої дії при зміні ситуації, готовність швидко переключатися з одного способу розв'язання завдань на інший характеризують таку особливість мислення:*

- а) критичність;
- б) швидкість;
- в) широта;
- г) гнучкість.

5. Практичне завдання

Методики дослідження мислення

«Мисленнєві операції»

Проведіть дослідження з школярами підліткового віку.

Мета: дослідити здатність до узагальнення й абстрагування, уміння виділяти суттєві ознаки (вербальний варіант для дітей підліткового віку).

Матеріали й обладнання: аркуш для записів, ручка, секундомір.

Інструкція досліджуваному: «У кожному рядку написано 5 слів, із яких 4 можна об'єднати в одну групу і дати їй назву. Одне слово до цієї групи не належить, його потрібно знайти і виключити».

Текст

1. Стіл, стілець, кувати, підлога, шафа.
2. Молоко, сало, вершки, сметана, сир.
3. Черевики, чоботи, шнурки, валянки, капці.
4. Солодкий, гарячий, кислий, гіркий, солоний.
5. Молоток, кліщі, пилка, гвіздок, сокира.
6. Береза, сосна, дерево, дуб, ялина.
7. Літак, візок, людина, човен, велосипед.
8. Василь, Федір, Іванов, Семен, Петро.
9. Сантиметр, метр, кілометр, кілограм, міліметр.
10. Токар, учитель, лікар, книга, космонавт.
11. Глибокий, високий, світлий, низький, мілкий.
12. Дім, мрія, машина, корова, дерево.
13. Швидко, незабаром, поступово, квапливо, поспіхом.
14. Невдача, хвилювання, поразка, провал, крах.
15. Ненавидіти, зневажати, розуміти, обурюватися, протистояти.
16. Успіх, невдача, удача, виграш, спокій.

17. Сміливий, хоробрий, рішучий, злий, відважний.
18. Футбол, волейбол, хокей, плавання, баскетбол.
19. Грабування, вбивство, землетрус, підпал, напад.
20. Олівець, ручка, рейсфедер, фломастер, чорнила.

Таблиця-протокол дослідження

Прізвище, ім'я та по батькові _____

Вік _____ Дата _____ Час _____

№ п/п	Назва групи	Зайве поняття

Опрацювання результатів та їх аналіз

Якщо досліджуваний справляється з першими трьома-чотирма завданнями і далі помиляється в міру ускладнення, або він правильно вирішує завдання, але не може своє рішення пояснити, підібрати назву групі предметів, то можна зробити висновки про недостатній рівень розвитку його абстрактного мислення.

Якщо досліджуваний пояснює причину поєднання предметів в одну групу не за їх родовими або категоріальними ознаками, а за ситуаційними категоріями, то це показник конкретного мислення, невміння будувати узагальнення за суттєвими ознаками предметів. У письмовому звіті дати аналіз мислення досліджуваних.

Висновки та рекомендації _____

«Закономірності числового ряду»

Мета дослідження: визначення рівня розвитку аналітичності індуктивного мислення в умовах обмеженого часу.

Матеріали й обладнання: бланк з 15 рядами чисел, складеними за певною закономірністю (варіант VI субтесту шкали Р. Амтхауера), ручка й секундомір.

Процедура дослідження. Це дослідження експериментатор може проводити як із одним досліджуваним, так і з невеликою групою, за умови, що кожен із досліджуваних отримає індивідуальний бланк з надрукованою таблицею рядів чисел. Варто також забезпечити цілковиту самостійність роботи.

До початку дослідження бланки треба розкласти перед учасниками тестування на добре освітленому столі текстом донизу, щоб до зачитування інструкції вони їх не розглядали і не ознайомлювалися з ними.

Інструкція досліджуваному: «На бланках, які лежать перед Вами, надруковано ряди чисел. Спробуйте встановити, за якою закономірністю складено кожен із 15 запропонованих числових рядів. Згідно з цією закономірністю продовжіть кожен ряд, дописавши в ньому ще два числа. На виконання завдання відводиться 7 хв. Не затримуйтеся довго на одному ряду. Якщо не можете правильно встановити закономірність, переходьте до наступного ряду, а якщо залишиться час – знову поверніться до складного для вас числового ряду. Чи все зрозуміло? Якщо немає запитань, переверніть тестові бланки. Починаємо!»

Час виконання – 7 хв. Подається команда: «Стоп! Дописування закінчено!»

Бланк

№ п/п	Числові ряди								
	2	4	6	8	10	12	14		
1	2	4	6	8	10	12	14		
2	6	9	12	15	18	21	24		
3	3	6	12	24	48	96	192		
4	4	5	8	9	12	13	16		
5	22	19	17	14	12	9	7		
6	39	38	36	33	29	24	18		
7	16	8	4	2	1	0,5	0,25		
8	1	4	9	16	25	36	49		
9	21	18	16	15	12	10	9		
10	3	6	8	16	18	36	38		
11	12	7	10	5	8	3	6		
12	2	6	9	27	30	90	93		
13	8	16	9	18	11	22	15		
14	7	21	18	6	18	15	5		
15	10	6	9	18	14	17	34		

Обробка результатів

Обробка результатів виконується за допомогою ключа-таблиці з правильними відповідями. Під час обробки результатів підраховується кількість правильно дописаних досліджуваними рядів. Якщо досліджуваний записав у якому-небудь ряду тільки одне число, хоча воно і було правильним, числовий ряд вважається недописаним.

Аналіз результатів

Рівень розвитку аналітичності мислення визначається за кількістю правильно дописаних рядів чисел.

Якщо досліджуваний дописав:

14-15 рядів, то його аналітичність мислення дуже висока або відмінна;

11-13– аналітичність висока або добра;

8-10– аналітичність середня або задовільна;

6-7– аналітичність низька або погана;

5 і нижче – аналітичність дуже низька або дуже погана.

Аналітичність вважається важливою характеристикою мислення. Вона являє собою готовий компонент здатності теоретизувати, відшукувати причинно-наслідкові зв'язки між явищами, становить основи загальних здібностей і необхідна для успішного оволодіння різноманітними видами діяльності.

Аналітичність активно розвивається в юнацькому віці, її формуванню сприяють науки, які вивчаються у ВНЗ: логіка, вища математика тощо. Тому можна зіставити результати тестування з успішністю з відповідних дисциплін. Інтерпретуючи результати, бажано враховувати особливості темпераменту досліджуваного, а також навички роботи з числами.

Ключ

№ п/п	Правильні відповіді	
1	16	18
2	27	30
3	384	768
4	17	20
5	4	2
6	11	3
7	0,125	0,0625
8	64	81
9	6	4
10	76	78
11	1	4
12	279	282
13	30	23
14	15	12
15	30	33

Висновки та рекомендації _____

7. Запитання та завдання для самоконтролю

1. Дайте визначення поняттям: мислення, чуттєве пізнання.
2. Які існують мисленнєві процеси та операції?
3. Поясніть зв'язок мислення і мовлення людини.
4. Охарактеризуйте основні функції мислення.
5. Мислення називають аналітико-синтетичною діяльністю. Чому?
6. У чому полягає різниця між наочно-дійовим і наочно-образним мисленням?
7. У чому полягає відмінність індуктивного мислення від дедуктивного?
8. Охарактеризуйте індивідуальні особливості мислення людини. Які найхарактерніші для Вас?
9. Які фактори впливають на розвиток мислення?
10. Які способи розвитку мислення Ви знаєте і використовуєте у житті?

Тема: Уява

1. Поняття про уяву як вищий пізнавальний процес. Фізіологічна основа уяви.
2. Функції уяви.
3. Класифікація та види уяви.
4. Індивідуальні особливості уяви.
5. Основні прийоми створення образів уяви.
6. Розвиток та виховання уяви у дітей.

1. Дайте визначення та доберіть поняття до визначень

1. Уява – _____

2. _____ – психічна діяльність, яка пов'язана зі створенням уявних уявлень, що не знаходять реального відображення в навколишньому світі; продукт уяви, породжений власною діяльністю людини.

3. _____ – внутрішня діяльність, що полягає у створенні образу бажаного майбутнього.

2. Доберіть поняття до таких визначень

а) Види уяви (пасивна, технічна, мимовільна, художня, наукова, активна, репродуктивна, довільна, творча)

Види уяви	Визначення
	Скерується спеціальною метою створити образ певного об'єкта, можливої ситуації.
	Втілюється в плануванні й проведенні експериментальних досліджень, у вмінні будувати гіпотези, узагальнювати емпіричний матеріал тощо. Допомагає знайти нові, ще невідомі ланки в системі фактів.
	Базується на створенні образів предметів, явищ, які наявні в дійсності, або відтворенні наочної картини чи картини подумки на основі опису (з визначеним ступенем точності), переважають чуттєві (зорові, слухові тощо) образи, надзвичайно детальні та яскраві.
	Створення нових образів не спрямовується спеціальною метою уявити певні предмети чи події.
	Створює образи просторових відношень у вигляді геометричних фігур із застосуванням їх у різних комбінаціях подумки.
	Протікає без постановки мети, виявляється в хворобливих фантазіях, маренні, інколи – в ілюзії життя, де людина говорить, діє уявно.
	Завжди спрямована на виконання творчого або логічного завдання. Спрямована переважно назовні, визначається і контролюється волею.
	Активізується там, де людина відкриває щось нове, знаходить нові способи праці, створює нові,

	оригінальні, цінні для суспільства матеріальні та духовні цінності.
--	---

б) Види уяви.

З'єднайте стрілками види уяви й ознаку їх виділення.

Види уяви		Ознака
- творча; - репродуктивна.		За способом активності
- технічна; - наукова; - художня.		Залежно від характеру діяльності людини
- мимовільна; - довільна; - активна; - пасивна.		За змістом діяльності

3. Психологічні завдання

Завдання 1

Укажіть, які прийоми створення образів уяви були використані у таких випадках:



1. _____



2. _____



3. _____



4. _____



5. _____



6. _____



7. _____



8. _____



9. _____



10. _____



11. _____



12. _____



13. _____



14. _____



15. _____
16. Людина-амфібія – _____
17. Килим-літак – _____
18. Дон Жуан – _____
19. Шапка-невидимка – _____
20. Застібка «липучка» – _____
21. Кайдашиха – _____
22. Топографічна карта – _____
23. Аліса в країні чудес – _____
24. Чарівна паличка – _____
25. Хлопчик-мізинчик – _____
26. Образ шевченківської Катерини – _____
27. «Німбус- 2000» – _____
28. «Жива вода» – _____
29. Підводний човен – _____
30. Циклоп – _____

4. Тестові завдання для перевірки знань

1. Процес створення індивідом наочних образів, внутрішня активність, за допомогою якої він здійснює випереджальне відображення дійсності, розширює кругозір свого життя, – це:

- а) сновидіння;*
- б) уява;*
- в) ілюзії;*
- г) мислення.*

2. Процес довільного оперування образами, що має задовольняти потребу, на шляху реального задоволення якої є переешкоди, – це:

- а) сновидіння;
- б) фантазування;
- в) ілюзії;
- г) репродукція.

3. Який вид уяви демонструє людина, коли читає різноманітні описи, розглядає малюнки чи креслення?

- а) продуктивну;
- б) репродуктивну;
- в) фантазування;
- г) мрію.

4. Процес уявного виокремлення істотного в однорідних явищах і втілення його в новому образі, завдяки чому цей образ поєднує в собі риси, притаманні різним об'єктам, – це:

- а) гіперболізація;
- б) типізація;
- в) аглютинація;
- г) загострення.

5. Процес мимовільного або довільного створення образів, не призначених для втілення у дійсність, – це:

- а) активна уява;
- б) пасивна уява;
- в) первісна свідомість;
- г) містичні значення.

6. Прийом створення нового образу, схожого на реально існуючий об'єкт, у якому проектується принципово нова модель явища чи факту, – це:

- а) аглютинація;
- б) типізація;
- в) аналогія;

г) акцентування.

7. Вид уяви, який скеровується спеціальною метою створити образ того чи іншого об'єкта, називається:

а) аналогією;

б) акцентуванням;

в) мимовільною уявою;

г) довільною уявою.

8. Вид уяви, який характеризується створенням людиною образів нових для неї об'єктів на основі їх словесного опису, графічного чи музичного зображення, називається:

а) довільною уявою;

б) мимовільною уявою;

в) творчою уявою;

г) репродуктивною уявою.

9. Вид уяви, який знаходить свій вияв у створенні образів бажаного майбутнього, називається:

а) аглютинацією;

б) мрією;

в) гіперболізацією;

г) літотою.

10. Про який прийом створення уявних образів ідеться? М. Горький радив молодим письменникам: «Якщо Ви описуєте крамаря, то треба зробити так, щоб в одному крамареві було описано тридцять крамарів, в одному попі – тридцять попів, щоб, коли це читають у Херсоні, бачили херсонського попа, а читачі Арзамасу – арзамаського попа...»:

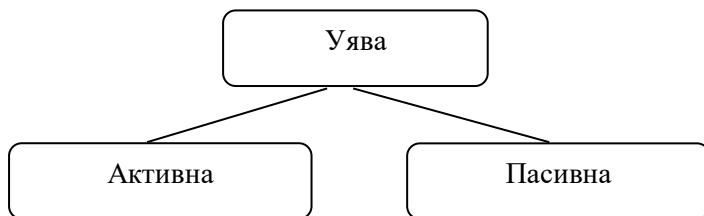
а) аглютинація;

б) гіперболізація;

в) загострення;

г) типізація.

5. Доповніть схему



6. Практичне завдання

Визначення рівня розвитку уяви

Мета: визначення рівня розвитку уяви.

Матеріали й обладнання: аркуш для записів, ручка, секундомір.

Інструкція досліджуваному: «Вам пропонується 12 запитань тесту. На них треба відповідати «так» або «ні». Перша цифра в дужках (кількість балів) означає позитивну відповідь, друга – негативну».

Запитання

1. Чи цікавитеся Ви живописом? (так – 2, ні – 1).
2. Чи часто Ви нудьгуєте? (так – 1, ні – 2).
3. Розповідаючи якусь історію, чи любите Ви прикрасити її барвистою деталлю, доданою від себе? (так – 1, ні – 0).
4. Чи ініціативні Ви на роботі? (так – 2, ні – 1).
5. Чи «широко» Ви пишете, чи багато займає місце на папері? (так – 1, ні – 0).
6. Чи керуєтеся Ви у виборі одягу законами моди або власним смаком? (так – 2, ні – 1).
7. Чи любите Ви малювати під час зборів або лекцій на аркуші паперу ті самі фігурки? (так – 0, ні – 1).
8. Слухаючи музику, чи уявляєте Ви якісь образи, пов'язані з нею? (так – 1, ні – 0).
9. Чи любите Ви писати довгі листи? (так – 2, ні – 1).
10. Чи бачите Ви іноді кольорові сні? (так – 1, ні – 0).
11. Чи любите Ви подумки бувати в тих снах, які знаєте лише за розповідями? (так – 1, ні – 0).
12. Чи часто Ви плачете, розчулюєтеся в кіно? (так – 1, ні – 0).

Опрацювання результатів. Підрахуйте бали.

14-17 балів: у Вас багата уява. Якщо Ви зумієте застосувати її в житті, то досягнете великих творчих успіхів.

9-13 балів: середня уява. Така уява зустрічається в дуже багатьох людей. Від Вас і лише від Вас залежить, чи зумієте Ви розвинути її.

5-8 балів: Ви реаліст у повному сенсі цього слова. У хмарах не літаєте. Однак трохи фантазії ще нікому не завадило. Тому замисліться про себе.

Висновки та рекомендації _____

7. Запитання та завдання для самоконтролю

1. Дайте визначення поняттю уява.
2. Чим зумовлена уява як специфічно людський психічний процес?
3. Назвіть основні функції уяви та характеристики уяви.
4. Які Ви знаєте види уяви?
5. У чому полягає принципова відмінність між образами репродуктивної та продуктивної уяви?
6. У чому полягає принципова відмінність художньої, технічної та наукової уяви?
7. У чому полягають особливості мрії як різновиду творчої уяви?
8. Які Ви знаєте процеси створення уяви? Поясніть їх сутність.

Підсумкова анкета для студентів

1. Укажіть, будь ласка, теми, розкриті, на Вашу думку, не зовсім вдало

2. Укажіть, які нові теми Ви внесли б до свого робочого зошита

3. Якби Ви не скористалися допомогою цього робочого зошита, то, на Вашу думку, засвоєння Вами курсу «Психологія»:

а) поліпшилося б;

б) погіршилося б;

в) залишилось би без змін?

4. Запропонуйте свої доповнення до цього робочого зошита:

Навчальне видання

ПСИХОЛОГІЯ: Робочий зошит № 1

Укладачі: *Матейчук Наталія Георгіївна*

Гуцуляк Наталія Михайлівна

Степаненко Ольга Петрівна

Відповідальний за випуск – *Радчук В. М.*

Літературний редактор – *Лукул О. В.*