

## **Інструкція до практичного заняття**

### **Тема: Особистість**

**Мета:** систематизувати, узагальнити знання студентів з теоретичних питань теми «Особистість». Формувати вміння здобувачів фахової передвищої освіти використовувати діагностичні методи для дослідження власної самооцінки та рівня домагань. Розвивати оціночні, рефлексивні та презентаційні вміння. Виховувати інтерес до сапопінання, саморозвитку та самовиховання.

**Тип заняття:** практичний.

**Засоби навчання:** інтерактивна дошка Padlet, інструкція до практичного заняття «Особистість», презентації, тести.

#### **Література:**

1. Варій М.Й. Загальна психологія: Підручник / М.Й. Варій. – К., 2007.
2. Дубравська Д.М. Основи психології: навч. посібник / Д.М. Дубравська. – Львів: Світ, 2001.
3. Загальна психологія / За заг. ред. С.Д. Максименко. – Вінниця: Нова книга, 2006.
4. Загальна психологія: Практикум: Навчальний посібник / [В.В. Волошина, Л.В. Долинська, С.О. Ставицька, О.В. Темрук]. – К., 2006.
5. Загальна психологія: Хрестоматія: Навч. посібник / О.В. Скрипченко, Л.В. Долинська, З.В. Огороднійчук.-К.: Каравела, 2008.

#### **Хід заняття**

1. **Актуалізація опорних знань**
2. Що вивчає персонологія?
3. Як співвідносяться поняття «індивід», «особистість», «індивідуальність»?
4. Опишіть зміст структури особистості за А.В. Петровським та К.К. Платоновим?
5. Які фактори впливають на формування особистості в онтогенезі?
6. Охарактеризуйте соціальні ролі особистості.
7. Дайте визначення поняттю самосвідомість. Назвіть функції самосвідомості в психічній діяльності людини.
8. Опишіть структуру самосвідомості.
9. Що називається рефлексією? Яка її роль для розвитку особистості?
- 10.Що називається самооцінкою? Назвіть її види.
- 11.Опишіть механізми формування самооцінки.
- 12.Що називається «Я-концепцією»?
- 13.Що називається рівнем домагань?
- 14.Опишіть зміст психологічного захисту.
- 15.Наведіть приклади різновидів психологічного захисту.
16. Які різновиди психологічного захисту застосовуєте ви?

## **2. Практична частина**

### **А) Перевірка домашнього завдання**

- аналіз результатів проходження тесту «Особистість» в Moodle;
- презентація психологічної характеристики творчої особистості (на прикладах видатних діячів науки, техніки, культури);
- презентація психологічної самохарактеристики за планом:
  - а) який (яка) я є;
  - б) яким (якою) я хочу бути;
  - в) яким (якою) я можу бути;
  - г) що про мене думають інші;
  - д) що я можу зробити, щоб стати таким, яким я хочу бути ?

### **Б) Презентація доповідей, рефератів:**

1. Розвиток і виховання особистості.
2. Характеристика образу-Я.
3. Особливості впливу самооцінки на поведінку людини.
4. Як удосконалювати самого себе?
5. Інтереси, їх роль у розвитку особистості.
6. Характеристика цінностей особистості.
7. Сучасні підходи психологів до розгляду структури особистості.
8. Проблеми кібернетичного моделювання особистості.

### **В) Психологічні завдання**

1. Серед запропонованого переліку виділіть особливості, які відбивають поведінку індивіда, і особливості, які відбивають поведінку особистості. Дайте обґрунтування свого вибору.

Старанність, низька адаптація до темряви, комунікабельність, добра координація обох рук, швидка емоційна збудливість, працьовитість, акуратність, мала моторна ригідність, висока сенсорна чутливість, упертість, висока емоційність, приємний голос, суспільна активність, критичність розуму, середній ріст, музикальність, низька адаптація до темряви, працьовитість, погана просторова координація, блакитні очі, чесність.

2. Дано зразки вияву в поведінці людей рис індивіда і особистості. Виберіть ті зразки поведінки, які характеризують особистість, і ті, які характеризують індивіда.

А. У дівчинки спостерігається уповільненість в моториці, в мові, у мисленні і в перебігу інших пізнавальних процесів, у виникненні почуттів. Вона повільно і з трудом переключається з однієї діяльності на іншу.

Б. Учень 11 класу розповів на про те, як він розподіляє вільний від навчання час між заняттям спортом і захопленням музикою.

В. Студент М. відзначається виразною мімікою, різкими рухами і швидкою ходою.

Г. Учитель вніс пропозицію, здійснення якої набагато підвищило успішність знань учнів з гуманітарних предметів.

3. У романі У. Голдінга "Володар мух" описано ситуацію, коли внаслідок авіаційної катастрофи врятувалися лише діти. І хоча вони й потрапили на острів, де збереглися усі досягненні цивілізації, проте не змогли освоїти їх і невдовзі деградували до варварства.

Про що свідчить описана ситуація? Які закономірності формування психіки вона висвітлює?

4. Проаналізуйте ситуації. Поясніть, чому хлопчик так вчинив?

Після сну Руслан кличе Колю погратися у моряків. Очі у Колі спалахують і він каже:

– Пішли!

Проте тут же зупиняється, хвилиночку мовчить, а тоді невесело говорить: «Пізніше я зможу погратися з тобою, а зараз мені не можна – всі вийдуть із спальні, а я з Світланкою повинен перевірити, чи всі ліжка охайно застелені».

І з цими словами хлоп'я приступило до виконання обов'язків чергового.

5. Проаналізуйте висловлювання Ані. Про які аспекти її особистості йдеться?

Я один раз хороша, другий раз погана. Часто б'юся з дівчатками. Майя краща від мене. Вона добра, ніколи нікого не кривдить. Але я добре маюю. Танцюю я поганенько.

6. Із вказаних у дужках слів виберіть ті, які знаходяться до даного слова у тому ж відношенні, що і наведені у прикладі. Вкажіть принцип побудови аналогії.

Приклад: людина: рушій суспільного розвитку.

Особистість: ... (організм, індивідуальність, свідома істота, суб'єкт суспільних відносин, об'єкт досліджень у психології).

Приклад: тварина: особина (видовий представник).

Людина: ... (біосоціальність, суб'єкт, індивід, особистість, індивідуальність)

Приклад: людина: неповторність.

Особистість: ... (темперамент, унікальність, активність, індивідуальність, здібності).

7. З життя та літератури відомо, наскільки несподіваними стають іноді рішення та вчинки особистості в незвичних умовах.

Люди, які були для нас взірцем мужності та порядності, виявляються боягузами та егоїстами, і, навпаки, ті, кого ми вважали начебто посередністю, в певних умовах виявляють надзвичайні якості, про які ми навіть не підозрювали.

Чим можна пояснити подібні прояви особистості?

8. Прокоментуйте наступне висловлювання. З чим тут можна погодитися, а з чим ні?

Довірте мені десяток здорових нормальних дітей і дайте можливість їх виховувати так, як я вважаю за потрібне; гарантую, що вибравши кожного з них навмання, я зроблю його тим ким задумаю: лікарем, юристом, художником, комерсантом і навіть жебраком чи грабіжником, незалежно від його даних, здібностей, покликань чи національності його попередників.

Які на ваш погляд, практичні наслідки такої теоретичної орієнтації? Як вона називається?

9. Психологи наголошують, що в педагогічній діяльності важливо створювати для учнів ситуації переживання успіху – однозначні невдачі, жорстко фіксовані оцінки блокують активність людини та її розвиток ("більше "3" я не отримаю, навіщо старатись").

Поясніть, з психологічної точки зору, чим зумовлена необхідність створення для дитини ситуації переживання успіху на уроці. Врахуйте поради психологів, що оцінювати потрібно не особистість, а конкретний вчинок.

10. Дослідження самооцінки школярів показало, що в інтервалі від третього до восьмого класу вона в цілому неухильно зменшується. При цьому було встановлено, що діти, уявлення яких про свої можливості невисокі, втілюють їх у відповідній поведінці і тому навчаються гірше, ніж могли б. Дітям з високою самооцінкою притаманна протилежна тенденція.

Як пояснити це явище? Яку закономірність психічного розвитку воно характеризує?

### **Г) Психологічні задачі**

1. Чи погоджуєтесь ви з твердженням: "Сумління – це хусточка, яка забруднюється, але її завжди можна випрати"?

2. Наведіть приклади ситуацій орієнтованих на актуалізацію механізмів особистісної регуляції поведінки (власний досвід, інші джерела).

### **Д) Дослідження самооцінки за методикою Дембо-Рубінштейна (модиф. А. Прихожан)**

**Мета:** дослідження самооцінки та рівня домагань здобувачами фахової передвищої освіти.

**Інструкція.** Сторони людської особистості можна умовно зобразити вертикальною лінією, нижня точка якої буде символізувати найнижчий розвиток, а верхня – найвищий. Вам пропонується сім таких ліній.

Вони позначають: 1) здоров'я; 2) розум, здібності; 3) характер; 4) авторитет у оточуючих; 5) вміння багато чого робити своїми руками, умілі руки; 6) зовнішність; 7) впевненість у собі.

На вертикальних лініях відзначте певними позначками, як Ви оцінюєте розвиток у себе цих якостей на даний момент часу. Після цього позначкою відзначте, при якому рівні розвитку цих якостей Ви були б задоволені собою або відчули гордість за себе. Час, відведений на заповнення шкали разом з читанням інструкції, 10-12 хв.

**Обробка та інтерпретація результатів.**

Обробка проводиться за шістьма шкалами (перша, тренувальна – «здоров'я» - не враховується). Кожна відповідь виражається в балах. Довжина кожної шкали 100 мм, відповідно до цього відповіді студентів отримують кількісну характеристику (наприклад, 54мм = 54 балів).

**За кожною із шести шкал визначаються:**

- рівень домагань – відстань в мм від нижньої точки шкали («0») до знаку «х»;
- рівень самооцінки – від «0» до знаку «-»;
- значення розбіжності між рівнем домагань і самооцінкою - відстань від знаку «х» до знаку «-», якщо рівень домагань нижче самооцінки, він виражається від'ємним числом.

Розрахувати середню величину кожного показника рівня домагань і самооцінки за всіма шкалами.

**Рівень домагань.**

Норму, реалістичний рівень домагань, характеризує результат від 60 до 89 балів. Оптимальний – порівняно високий рівень – від 75 до 89 балів, підтверджує оптимальне представлення про свої можливості, що є важливим чинником особистісного розвитку. Результат від 90 до 100 балів зазвичай засвідчує нереалістичне, некритичне ставлення педагогів до власних можливостей. Результат менше 60 балів свідчить про занижений рівень домагань, він – індикатор несприятливого розвитку особистості.

**Рівень самооцінки.**

Кількість балів від 45 до 74 («середня» і «висока» самооцінка) засвідчують реалістичну (адекватну) самооцінку.

Кількість балів від 75 до 100 і вище свідчить про завищену самооцінку і вказує на певні відхилення у формуванні особистості. Завищена самооцінка може підтверджувати особистісну незрілість, невміння правильно оцінити результати своєї діяльності, порівнювати себе з іншими; така самооцінка може вказувати на суттєві викривлення у формуванні особистості – «закритості для досвіду», нечутливості до своїх помилок, невдач, зауважень та оцінок оточуючих. Кількість балів нижче 45 вказує на занижену самооцінку (недооцінку себе) і свідчить про крайнє неблагополуччя у розвитку особистості. За низькою самооцінкою можуть ховатися два абсолютно різних психологічних явища: справжня невпевненість в собі і «захисна», коли декларування (самому собі) власного невміння, відсутність здатності і тому подібного дозволяє не докладати жодних зусиль.

### **3. Рефлексія та підведення підсумків заняття – бліц – опитування студентів.**

**Завдання:** оцініть інформацію, свої знання, вміння та навички, здобуті Вами під час практичного заняття за рівнем важливості для Вас для професійної підготовки та особистісного розвитку. Для формування відповіді скористайтеся табличкою.

### **4. Оцінювання знань та умінь здобувачів фахової передвищої освіти.**

**Домашнє завдання:** пройдіть психометричний тест С. Деллінгер для дослідження власної особистості (див. презентацію в Moodle).



## Рефлексія практичного заняття



**Кошик для сміття**  
непотрібна інформація



**Інформація, знання, вміння і навички, які я**  
можу використовувати зараз



**Валіза**  
знання, вміння та навички, які важливі у майбутньому