

**Міністерство освіти і науки України
Мелітопольський державний педагогічний університет
імені Богдана Хмельницького**

**ПСИХОЛОГІЯ
(модуль «Вікова психологія»)**

Навчально-методичний посібник



Запоріжжя – 2024

УДК 159.922.6(075.8)

Психологія (модуль «Вікова психологія»): навч.-метод. посіб. / уклад.: І. Остополець, О. Прокоф'єва. Запоріжжя: Мелітопольський державний педагогічний університет імені Богдана Хмельницького, 2024. 168 с.

Рецензенти:

Казанжи М.Й. - доктор психологічних наук, професор, професор кафедри загальної та диференціальної психології Південноукраїнського національного педагогічного університету імені К.Д.Ушинського

Миропольцева Н.І. - кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології Черноморського національного університету імені Петра Могили

Рекомендовано до друку Вченою радою навчально-наукового інституту соціально-педагогічної та мистецької освіти Мелітопольського державного педагогічного університету імені Богдана Хмельницького 29.02.2024 року протокол № 8.

ЗМІСТ

Тема 1. Психічний розвиток людини та його особливості.....	3
Тема 2. Психологія дошкільного дитинства.....	25
Тема 3. Психологія молодшого школяра.....	50
Тема 4. Психологія підлітка.....	70
Тема 5. Психологія особистості старшокласника.....	90
Тема 6. Психологія дорослості.....	109
Тема 7. Психологія старості.....	124
Список рекомендованої та використаної літератури.....	146
Рекомендації щодо написання і захисту рефератів.....	149
Короткий психологічний словник	156

Тема 1. ПСИХІЧНИЙ РОЗВИТОК ЛЮДИНИ ТА ЙОГО ОСОБЛИВОСТІ

Мета вивчення теми: Розкрити особливості психічного розвитку; визначити, що є рушійними силами розвитку особистості; розглянути основні теорії психічного розвитку людини у зарубіжній та вітчизняній психології; з'ясувати, як співвідносяться навчання і психічний розвиток особистості.

Стислий зміст теми

План

1. Поняття про психічний розвиток.
2. Рушійні сили психічного розвитку.
3. Фактори психічного розвитку.
4. Психічний розвиток і навчання.
5. Поняття про вік та вікову періодизацію психічного розвитку.

1. Поняття про психічний розвиток

Вікова психологія – це галузь психологічної науки, яка вивчає індивідуальний розвиток психіки людини (онтогенез) впродовж всього періоду її існування. Вікова психологія вивчає виникнення і розвиток психічних процесів та властивостей у дітей, підлітків, юнаків, людей зрілого та похилого віку, яким чином з віком змінюються і розвиваються відчуття людини, сприймання, її пам'ять, мислення, уява, увага, емоції, почуття; яким чином формується характер, розвиваються здібності.

Центральним поняттям вікової психології є поняття психічний розвиток, а найважливішими питаннями є питання про умови, які впливають на психічний розвиток, про рушійні сили розвитку, поділ індивідуального розвитку людини на вікові етапи, співвідношення понять навчання і розвитку.

Розвиток – це загальне поняття, яке означає процес руху від нижчого (простого) до вищого (складного). Проте розвиток – це не лише прогрес. В процесі розвитку одні якості виникають, а інші відмирають. Дитина, яка навчилась ходити, перестає користуватися повзанням. Людська пам'ять з віком стає менш здатною до накопичування нової інформації, проте яскравіше виступають образи довготривалої пам'яті. Отже, **розвиток – це складний еволюційно-інволюційний поступальний рух, в ході якого відбуваються прогресивні та регресивні зміни.**

Розрізняють два типи розвитку: преформований розвиток та неперформований розвиток. *Преформований розвиток* – це розвиток, стадії якого чітко закріплені, кінцевий результат зарані відомий. Це генетично визначений розвиток, наприклад, розвиток ембріону або перетворення гусені на метелика. *Непреформований розвиток* – це розвиток, який наперед невизначений, а його кінцевий результат не відомий. Це розвиток під впливом багатьох різноманітних інколи суперечливих факторів (розвиток суспільства, сім'ї, інтереси людини). Саме таким є розвиток психіки людини.

Індивідуальний розвиток людської істоти від моменту запліднення до кінця існування має назву онтогенез. Це – становлення людини як організму, як свідомої суспільної істоти і як особистості. Тобто, онтогенез включає в себе розвиток фізичний, психічний і соціальний.

Онтогенез психіки включає в себе розумовий розвиток (розвиток психічних процесів), розвиток особистості, різних форм її поведінки, емоційних та вольових проявів. Розвиток психіки залежить від різноманітних впливів і тому кінцевий результат її розвитку зарані невідомий. Це – неперформований тип розвитку. Саме тому, **основною особливістю психічного розвитку** є невизначеність його кінцевого результату. При народженні дитини не можна точно прогнозувати характер розвитку її особистості (які саме якості особистості розвинуться) або рівень розвитку її психічних функцій (чи буде у неї високорозвинене мислення або уява тощо). Складність прогнозу пояснюється тим, що всі ці якості формуються

поступово в процесі засвоєння людиною суспільно-історичного досвіду і на їх розвиток впливає безліч різноманітних умов.

Розвиток (онтогенез) відбувається безперервно і виявляється у чисельних кількісних та якісних змінах людської істоти. **Кількісні зміни** – це зміни у бік збільшення або зменшення. Наприклад, у фізичному розвитку кількісні зміни виявляються у зростанні організму, а у психічному розвитку – у процесі пізнання людиною навколишнього світу, у зростанні кола уявлень, знань, обсягу уваги, сприймання, пам'яті, збільшенні здатності вирішувати проблеми тощо. **Якісні зміни** – зміни, пов'язані з появою чогось нового, з перетворенням старого на щось інше. Наприклад, у підлітковому віці в тілі з'являються статеві ознаки, тіло з дитячого перетворюється на тіло дорослої людини. Якісні зміни психіки стосуються як окремих психічних процесів так і психіки в цілому. Наприклад, немовля починає говорити – це поява мовлення, а з повою мовлення якісно змінюється розвиток всіх пізнавальних психічних процесів – починають розвиватися словесна пам'ять та словесно-логічне мислення.

Порівняно повільні кількісні та якісні перетворення психіки, які відбуваються плавно і поступово називають **еволюційними** змінами. Їх слід відрізняти від **революційних** змін, які є глибшими і відбуваються швидко (стрибок у розвитку) за порівняно короткий термін. Розрізняють також **ситуаційні зміни**, які пов'язані із впливом конкретного середовища, навчання та виховання.

Зміни, які відбуваються в онтогенезі людини не є випадковими. Вони необхідні, послідовні, закономірні. Завдяки виникненню однієї структури може розвиватися наступна. Саме таким чином і відбувається рух людини вперед – від найнижчих рівнів її життєдіяльності до найвищих, від менш досконалих форм до більш досконалих.

Онтогенез психіки має свої закономірності:

- 1) Нерівномірність розвитку. Навіть при найсприятливіших умовах різні психічні явища формуються із різною швидкістю. Певна психічна якість

розвивається то швидше, то уповільнює свій розвиток. Наприклад, на початку життя такі психічні процеси як відчуття і сприймання розвиваються дуже інтенсивно, проте після 1 року їх розвиток уже не такий стрімкий).

- 2) Асинхронність розвитку. Прискорення розвитку одних психічних явищ спричиняє уповільнення інших. Наприклад, від 0 до 1 року у дитини стрімко розвиваються відчуття, а мислення в цей час розвивається дуже повільно.
- 3) Темп розвитку на різних стадіях різний. Є періоди спокійного поступового розвитку, а є періоди стрімкого революційного розвитку (вікові кризи).
- 4) Незворотність стадій. Неможливо повернутися до попередньої стадії розвитку, якщо вона вже завершена.
- 5) Рух від безсистемності до цілісності.
- 6) Більш прості психічні явища лежать в основі більш складних. Наприклад, процес сприймання може розвинутися тільки на основі більш простого процесу відчуттів.
- 7) Для розвитку окремих видів психічних явищ є найбільш сприятливі **сензитивні періоди**. В сензитивні періоди психіка стає дуже чутливою до зовнішніх впливів, легко змінюється, а в інші періоди такий вплив може бути нейтральним або навіть шкідливим. Наприклад, до 3 років психіка дитини дуже чутлива до засвоєння мови і мовлення.

2. Рушійні сили розвитку особистості

Під *рушійними силами* психічного розвитку розуміють чинники, які спонукають розвиток і спрямовують його в потрібному напрямку.

Різні психологічні напрямки по різному давали відповідь на те, що є рушійними силами психічного розвитку. Індивідуалістична психологія (А.Адлер) дотримувалася думки, що основним механізмом розвитку є прагнення людини до переваги, бажання виділитися. Психоаналітична

психологія (З.Фрейд) вважала основним механізмом розвитку витіснені інстинкти, які об'єднуються в комплекси і стимулюють цілі, які треба досягти. К.Бюлер стверджував, що до розвитку штовхають стреси і конфлікти. Долаючи такі стани, людина тим самим розвивається далі.

Згідно поглядів вітчизняних вчених (Г.С.Костюк, С.Д. Максименко, С.Л.Рубінштейн,) *рушійними силами психічного розвитку є внутрішні суперечності*, які виникають у результаті впливу на людину зовнішніх протиріч (конфліктів, несприятливих обставин життя). При виникненні суперечностей психіка, яка влаштована як система, що постійно самовдосконалюється і прагне до відновлення рівноваги, мобілізується до активності, спрямованої на подолання протиріч і до вироблення нових більш ефективних способів поведінки.

Види протиріч:

- 1) Між наявними старими та новими утвореннями: між наявним рівнем знань, умінь та недостатністю цих знань, умінь для розв'язання нових задач. Наприклад, навчальна діяльність постійно створює розходження між новими пізнавальними цілями і вже засвоєними учнями способами дій, між новими ситуаціями та попереднім досвідом. Ці суперечності розв'язуються шляхом оволодіння новими способами дій, більш досконалими операціями.
- 2) Між новими цілями, прагненнями, потребами і можливостями, необхідними для їх задоволення.
- 3) Між досягнутим рівнем розвитку індивіда (фізичними, психічними, соціальними можливостями) і наявним соціальним статусом.
- 4) Між фізичними та духовними можливостями дитини і старими формами взаємин і способами діяльності.
- 5) Між біологічним і соціальним в розвитку, коли фізичний розвиток випереджає соціальний.
- 6) Між динамічністю і статичністю, інертністю.

Дані суперечності розв'язуються в діяльності. Їх успішному подоланню сприяють навчання та виховання. Розв'язання протиріч призводить до виникнення нових властивостей, нових видів діяльності, нових особливостей особистості. При цьому розв'язання одних суперечностей приводить до виникнення нових суперечностей, які знову активізують психіку до їх розв'язання. Наприклад, дитина, яка раніше боялася незнайомих, під впливом перебування в дитячому садку навчилася реагувати більш спокійно, і тепер активно спілкується з усіма, кого бачить на вулиці. Мати не задоволена, через те, що дитина турбує інших, прикикує на дитину, та – плаче. Знову рівновага порушується – дитині тепер слід освоювати вміння стримувати себе, своє бажання спілкуватися, свій гучний голос.

3. Фактори психічного розвитку

Факторами розвитку називають зовнішні і внутрішні умови, які постійно діють і впливають на розвиток. До факторів розвитку відносять спадковість, соціальне середовище та вплив навчання й виховання. Стосовно того, які умови є вирішальними для розвитку в різних напрямках психологічної науки точилися суттєві суперечки.

Біогенетичний підхід до розвитку психіки дитини (Ст.Холл, А.Гезел, Л.Термен, К.Бюлер, В.Штерн) визнавав за вирішальний фактор розвитку психіки *спадковість*, яка повністю програмує всі майбутні зміни організму та психіки. Дитина вважалася пасивним об'єктом, від якого розвиток не залежить, а середовище розглядалося лише як допоміжна умова.

Соціогенетичний підхід до розвитку психіки є протилежним по своїй суті біогенетичному підходу. Вирішальним фактором розвитку вважається *вплив середовища*. Вважається, що дитина є «чистим листком паперу», на якому вихователь може написати все, що завгодно. Проте активність самої дитини, її бажання та інтереси також не вважалися суттєвими для розвитку.

Існувала також *теорія конвергенції* двох факторів (В. Штерн), згідно якої спадковість і середовище мають рівнозначний вплив на розвиток

психіки дитини. Проте знову ця теорія не враховувала активність самої дитини.

Вітчизняна психологія підкреслює єдність спадковості та впливу середовища (Л.С. Виготський), але при цьому спадковості відводиться роль підґрунтя, передумови розвитку. Спадковість та генотип визначають стать, будову нервової системи, стадії дозрівання, задатки. Також вони майже цілком визначають розвиток елементарних психічних функцій таких як відчуття і сприймання. Проте чим складніше рівень психіки, тим більше для його розвитку має значення вплив середовища, навчання і виховання. Без включення людини у діяльність та спілкування з іншими людьми її нормальний психічний розвиток стає неможливим навіть за умови хорошої спадковості. Особливо це стосується розвитку вищих психічних функцій (мовлення, мислення, воля). Наприклад, якщо у віці трьох років обмежувати можливість дитини включатися у діяльність і по можливості щось робити самій, то розвиток її воля гальмується. Надалі у неї може розвинутих пасивність і небажання самотійно діяти, залежність від думки інших, страх самотійного вибору. Навпаки включення в діяльність розвиває у дитини почуття компетентності, самотійність, відповідальність, активність.

4. Психічний розвиток і навчання

До проблеми *співвідношення навчання і розвитку* у віковій психології також існують декілька підходів.

В основу першого підходу покладене положення про *незалежність процесів дитячого розвитку від процесу навчання* (К.Брунер, Ж.Піаже). К.Брунер уважав, що кожна дитину в будь-якому віці можна вчити всьому, лише варто подавати в доступній формі навчальний матеріал. Ж.Піаже вивчав розвиток мислення дитини незалежно від процесів її навчання і виховання. Він вважав, що навчання і виховання повинні пристосовуватися до розвитку, іти за розвитком. Розвиток він розглядав як перехід від нижчої стадії до

вищої, який обумовлюється біологічним фактором. Тим самим відкидалася ідея впливу на розвиток навчання і виховання.

Другий підхід за основу взяв тезу про те, що *розвиток – це і є навчання*. Тобто дані процеси отожднювалися. У.Джемс, Е.Торндайк вважали, що навчання і виховання співпадають одне з одним, ніби однакові геометричні фігури, які накладають одну на одну. А отже, кожен крок навчання відповідає кроку розвитку, тобто вони йдуть одночасно, не випереджаючи один одного.

Третій напрямок передбачає принципово нове розв'язання проблеми співвідношення навчання, виховання і розвитку в роботах Л.С.Виготського та його сучасних російських й українських послідовників. Вчені вважають, що вирішальну роль у розвитку психіки відіграє саме процес навчання. Навчання не тотожне розвитку, воно спонукає розвиток, викликає до життя такі психічні процеси, які без нього взагалі не могли б виникнути. Наприклад, довільно регулювати свою поведінку (контролювати емоції, підкорятися правилам) можна лише навчитися, ця особливість не виникає у людини сама по собі, не закладена від природи. Те саме стосується розвитку мислення, пам'яті, мовлення.

Згідно поглядів Л.С. Виготського, *навчання і виховання повинні забігати вперед, підтягуючи за собою розвиток*. Тому навчання має орієнтуватися не на існуючі, а на нові можливості дитини. Для цього у процесі навчання дитини потрібно враховувати 2 аспекти:

- 1) **зону актуального розвитку** – те, що дитина може зробити самостійно;
- 2) **зону найближчого розвитку** – те, що дитина може зробити за допомогою дорослого.

Якщо вихователь враховує актуальну зону розвитку дитини (не вчить дитину того, що вона і так уміє), а орієнтується на зону найближчого розвитку (пропонує дитині навчитись робити щось, що сама вона поки не може, але зможе якщо її вчитиме дорослий), то навчання дійсно веде за собою психічний розвиток.

5. Поняття про вік. Періодизація вікового розвитку.

Життя людини прийнято ділити на певні етапи, періоди, які називають **віком**: дитинство, підлітковий вік, юність, зрілість, старість.

Вік – (за Л.С. Виготським) це епоха, відносно замкнений період розвитку. Кожен вік визначається своєю неповторністю, своїми закономірностями розвитку, своїми досягненнями, втому числі особливостями розвитку самосвідомості.

Розрізняють хронологічний вік – тобто біологічний вік людини у роках, психологічний вік – тобто рівень розвитку психіки людини, і соціальний вік – рівень соціальної зрілості та відповідальності людини. Ці віки можуть не співпадати. Наприклад, дитина п'яти років може виконувати обов'язки матері по відношенню до молодшого брата (соціальний вік випереджує хронологічний), або дитина шести років може розв'язувати інтегральні рівняння (психологічний вік випереджує хронологічний).

Вітчизняними вченими (Л.С. Виготський та ін.) була створена і обґрунтована періодизація вікового розвитку. **Періодизація вікового розвитку** – це поділ життя людини на вікові етапи. Загальноприйнятою у сучасній віковій психології є наступна періодизація вікового розвитку:

1. Пренатальний період - зачаття – народження
2. Немовлячий період - народження – 1 рік Фаза новонародженості - народження – один-два місяці (до виникнення комплексу поживлення)
3. Ранній (переддошкільний) період - 1– 3 роки.
4. Дошкільне дитинство – 3 – 6 років (молодший і середній дошкільний вік – 3– 5 років і старший дошкільний вік – 5 – 6 років).
5. Молодший шкільний вік – 6 (7) – 10 років.
6. Підлітковий період – 10 (11) – 15 років Фаза молодших підлітків - 10 (11) – 13 років

Фаза старших підлітків – 13-15 років
7. Юнацький період – 15-21 рік Фаза ранньої юності – 15-18 років Фаза власне юності – 18-21 рік.
8. Ранній дорослий період – 21 – 40 років
9. Середній дорослий період – 40 – 60 років
10. Пізній дорослий період – 60 років – до смерті

Поділ життя людини на ці вікові етапи здійснюється відповідно до ряду **критеріїв**:

- 1) Для кожного віку є свої **психічні новоутворення** або досягнення. Наприклад, для немовляти – це сказати перше слово, для підлітка – відчувати, що він уже дорослий; для юнака – визначитись з тим, ким він буде.
- 2) Для кожного віку властива своя **провідна діяльність** – діяльність, яка найбільше впливає на розвиток і приводить до появи психічних новоутворень. Виокремлюються такі провідні види діяльності:
 - емоційно-безпосереднє спілкування немовляти (0-1р.);
 - предметно-маніпулятивна діяльність (1-3 р.);
 - сюжетно-рольова гра (3-6 р.);
 - навчальна діяльність молодших школярів (6-10 р.);
 - інтимно-особистісне спілкування підлітків (11-14 р.);
 - професійно-навчальна діяльність старшокласників (15-17 р.) і т.д.
- 3) Для кожного віку властива своя **соціальна ситуація розвитку** – зовнішні умови, які включають вимоги до дитини на даному етапі життя, характер взаємовідносин з оточуючими. Наприклад у немовляти взаємовідносини з оточуючими характеризуються повною від них залежністю, воно змушене коритися, і лише емоційно може виражати незгоду криком, плачем, але вимог до немовляти поки ніяких не висувають, навпаки всіляко піклуються про задоволення всіх потреб.

- 4) Перехід від одного вікового періоду до іншого супроводжується **віковими кризами** – «нестабільними» періодами, коли відбувається якісна перебудова стосунків дитини з оточенням, відбуваються суттєві зміни в розвитку особистості. Наприклад, криза є в 1 рік, в 3 роки, в 7 років, в 11-12 років – всім відома підліткова криза, в 17-19 років, в 40-45 років, в 60-65 років і т.д.

Запитання для самоперевірки

1. Що таке розвиток? Чи є розвиток лише рухом у бік прогресу?
2. Що таке преформований і неформований типи розвитку?
3. Що таке онтогенез? Як онтогенез пов'язаний із психічним розвитком?
4. Що є основною особливістю психічного розвитку?
5. Поясніть, які зміни називають кількісними, а які якісними? Еволюційними та революційними?
6. Назвіть закономірності онтогенезу психіки.
7. Що таке рушійні сили розвитку? Які існують погляди на те, що може бути рушійною силою розвитку?
8. Які існують види протиріч? Як вони розв'язуються?
9. Що таке фактори розвитку? Які існують погляди на те, який фактор є вирішальним для розвитку?
10. Які існують підходи до проблеми співвідношення навчання і розвитку?
11. Що таке зона актуального розвитку та зона найближчого розвитку?
12. Що таке вік? Які типи віку ви знаєте? Чи завжди вони співпадають?
13. Що таке періодизація вікового розвитку? Які є критерії поділу життя на вікові етапи?
14. Що таке психічне новоутворення?
15. Що таке провідна діяльність? Які види провідної діяльності ви знаєте?
16. Що таке соціальна ситуація розвитку?
17. Що таке вікова криза? Які вікові кризи ви знаєте?

Тематика рефератів і аналітичних оглядів

1. Взаємодія біологічного і соціального у психічному розвитку.

2. Періодизації розвитку особистості за З.Фрейдом і за Е. Еріксоном.
3. Культурно-історична концепція розвитку Л.С.Виготського.
4. Досягнення українських психологів у галузі вікової психології.

Практичні завдання до теми

I. Завдання, націлені на засвоєння основних понять теми*

1. Знайдіть відповідність між поняттям та його визначенням:

1) <i>Розвиток</i>	а) поділ життя людини на вікові етапи
2) <i>Онтогенез</i>	б) діяльність, яка найбільше впливає на розвиток
3) <i>Фактори розвитку</i>	в) досягнення в розвитку на певному віковому етапі
4) <i>Рушійні сили розвитку</i>	г) зовнішні умови, які включають вимоги до дитини на даному етапі життя, характер взаємовідносин з оточуючими
5) <i>Вік</i>	д) зовнішні і внутрішні умови, які постійно діють і впливають на розвиток
6) <i>Вікова періодизація</i>	е) складний еволюційно-інволюційний поступальний рух, в ході якого відбуваються прогресивні та регресивні зміни
7) <i>Сензитивний період розвитку</i>	ж) «нестабільний» період розвитку, коли відбувається якісна перебудова стосунків дитини з оточенням
8) <i>Психічні новоутворення</i>	з) чинники, які спонукають розвиток і спрямовують його в потрібному напрямку
9) <i>Провідна діяльність</i>	и) найбільш сприятливий період для розвитку певної психічної властивості, коли психіка стає дуже чутливою до зовнішніх впливів
10) <i>Соціальна ситуація розвитку</i>	к) індивідуальний розвиток людської істоти від моменту запліднення до кінця існування
11) <i>Вікова криза</i>	л) епоха, відносно замкнений період розвитку

II. Завдання, націлені на розвиток логічних умінь**

1. Визначте, в якому випадку йдеться про кількісні зміни в розвитку, а в якому – про якісні:
 - 1) Малюк сказав своє перше слово.
 - 2) Малюк навчився говорити уже десять слів.
 - 3) П'ятирічна дівчинка вперше сказала неправду.
 - 4) Дівчинка кожного разу вигадує різноманітні неправдиві пояснення, щоб уникнути покарання.
 - 5) Першокласник навчився стримувати своє бажання рухатись і відволікатись під час уроку.
 - 6) Дванадцятилітня дівчинка відчула себе дорослою і вперше поставила під сумнів наказ матері приходити додому рівно о восьмій.
 - 7) Студент першого курсу вивчив ще одну тему з психології.
 - 8) Студент дійшов висновку, що вступив не на ту освітню програму, про яку мріяв.
2. Про які закономірності психічного розвитку йдеться в кожному випадку (невизначеність, несинхронність, нерівномірність, незворотність, наявність сенситивних періодів):
 - 1) Близнюки, які були розлучені при народженні, прожили на диво по-різному своє життя. Один став видатним вченим, зробив численні відкриття в науці, мав дружну родину, виховав трьох синів. А другий не зміг закінчити навіть школу, потрапив у погану компанію, далі у в'язницю, після звільнення сильно випивав аж доки не втратив здоров'я і друзів.
 - 2) Розвиток мовлення уповільнюється, якщо дитині недостає спілкування, або рідні виконують всі бажання дитини (немає стимулу говорити), або у випадках коли в сім'ї ростуть близнюки, які інтенсивно спілкуються один з одним на спільній дитячій мові.
 - 3) Бабуся не могла надивуватися на онука. Ще місяць тому, коли вона бачила його востаннє, Данило міг говорити лише декілька слів. Тепер

він розповідав вірші, співав, постійно показував і називав предмети, які бачив навколо.

- 4) Підліток стрімко розвивається як самостійна і автономна особистість, він ставить під сумнів цінності, які йому прищепили батьки, прагне довести, що може сам, без опіки батьків чогось досягти. Проте в той же час йому бракує цілеспрямованості, наполегливості, витримки і відповідальності, без яких його самостійність залишається лише на словах.
 - 5) Навчившись говорити, малюк перестає «агукати», навчившись ходити, поступово перестає повзати. Навчившись стримувати емоції, першокласник втрачає дитячу безпосередність. Батьки інколи ностальгічно згадують ті часи, коли їх тепер «несамовитий підліток» був слухняним і довірливим.
3. Знайдіть співвідношення між факторами, які впливають на психічний розвиток і наслідками впливу. Визначте, які з цих факторів відносяться до біологічних, а які до соціальних.

<i>Фактори, які мають вплив на психічний розвиток</i>	<i>Наслідки впливу</i>
1. Фізіологічне здоров'я, розумові задатки	<i>А. Дитина розвиває здатність діяти самостійно, робити свідомий вибір, мати власну думку.</i>
2. Фізіологічні вади, вроджені захворювання	<i>Б. Дитина вчиться розуміти себе та інших, формує самооцінку</i>
3. Включення дитини в процес спілкування	<i>В. Дитина втрачає здатність самостійно діяти і мислити, або у неї розвивається агресивність</i>
4. Обмеження	<i>Г. У дитини може бути затримка розумового</i>

потреби дитини спілкуватися	<i>розвитку</i>
5. Включення дитини в процес діяльності	<i>Д. Дитина засвоює в своїй сім'ї важливі норми і цінності суспільства: любов, співчуття, добро, чесність, справедливість.</i>
6. Обмеження бажання дитини включатися в процес діяльності	<i>Е. Дитина не засвоює важливі норми і цінності суспільства, які, як правило, засвоюються в сім'ї. Натомість вона засвоює цінності вулиці або ті цінності, які продукує сучасна мас медіа: людина людині вовк, хто сильний – той і правий, якщо не ти, то тебе.</i>
7. Виховання	<i>Ж. Загальний розвиток дитини може уповільнитись.</i>
8. Недостатність виховання	<i>З. У дитини розвивається пасивність і небажання самотійно діяти, залежність від думки інших, страх самотійного вибору</i>
9. Надання можливості самовиховання	<i>И. Дитина швидко росте, проявляє схильність до різних видів діяльності.</i>
10. Обмеження свободи волі, тотальний контроль	<i>К. У дитини розвивається почуття компетентності (впевненість в своїх силах), самотійність, відповідальність, активність, ініціативність.</i>

4. Знайдіть відповідність між видами суперечностей у розвитку і прикладами:

Види суперечностей	Приклади
1. Між наявним рівнем знань/умінь та недостатністю цих	<i>А. Юнак прагне мати близькі стосунки, одружитися і водночас боїться втратити свою звичну незалежність. Подолання цієї</i>

знань/умінь для розв'язання нових задач	<i>суперечності приводить до більшої зрілості, здатності будувати справжні дорослі стосунки.</i>
2. Між новими потребами/цілями і можливостями, необхідними для їх задоволення.	<i>Б. Дитина навчилася трясти брязкальце, щоб отримати звук, а їй дарують нове, таке яке треба не трясти, а котити, дитина сердиться, звичний спосіб не працює, проте вона тепер може освоїти новий спосіб.</i>
3. Між новими вимогами і старими способами поведінки	<i>В. Дитина вже може сама їсти, одягати себе, проте мама все ще годує її з ложки і застібає одяг. Це, може призвести до опору дитини, прагнення з її боку більшої незалежності</i>
4. Між досягнутим рівнем розвитку індивіда і його соціальним статусом/старими формами взаємин з оточуючими	<i>Г. Зовні дівчина-підліток може виглядати як доросла жінка, проте у неї мало життєвого досвіду, стереотипні уявлення про світ і життя, дитячі інтереси, їй бракує самостійності і відповідальності. Подолання суперечності може привести до появи справжньої внутрішньої дорослості.</i>
5. Між біологічним і соціальним в розвитку, коли фізичний розвиток випереджає соціальний.	<i>Д. Молодшому школяру вчитель ставить вимогу добре себе поводити на уроці. Проте у нього є ще «дошкільна звичка» вести себе імпульсивно, виконувати вимоги за бажанням і особливо не напружувати волю. Подолання цієї суперечності приводить до появи у дитини уміння свідомо контролювати і змінювати свою поведінку.</i>

6. Між динамічністю і статичністю, інертністю.	Е. У дитини з'являється інтерес до предметів, які її оточують, проте вона ще не здатна сказати про це, запитати про те, що її цікавить. Це стимулює її оволодівати мовленням.
--	---

5. Про який вік йдеться в кожному випадку (хронологічний вік, психологічний, соціальний)? В яких випадках йдеться про те, що один вік випереджує інший?:

- 1) Дитина навчилася сидіти.
- 2) Трирічний малюк ще досі не розмовляє.
- 3) Шестилітня дівчинка глядить свою дворічну сестричку, поки мати й батько знаходяться на роботі.
- 4) Першокласник майстерно грає у шахи.
- 5) Підліток отримує гроші на витрати від батьків.
- 6) П'ятнадцятилітня дівчина не здатна самотійно купити продукти у магазині, її лякає необхідність самій щось говорити продавцю.
- 7) Студент погано володіє мовленням, йому важко формулювати свою думку.
- 8) У студентки день народження. Їй сьогодні 18 років. Наші вітання!

6. Про що йдеться в кожному випадку: психічне новоутворення, провідна діяльність, соціальна ситуація розвитку, вікова криза?:

- 1) Дитина в два-три роки залежить від дорослого менше ніж немовля. Вона може сама дістати потрібний предмет, про щось попросити. Проте дитина не знає про справжнє призначення предметів. Тому вона звертається по допомогу до дорослого, який знає, як ними користуватися і їй може показати це.
- 2) Дитина обмацує предмети, вивчає, які вони на дотик, на смак. Дитина ламає предмети і іграшки, щоб побачити, як вони влаштовані.

- 3) У дитини розвивається дотикове і смакове сприймання, сприймання простору. Розвивається здатність аналізувати – встановлювати взаємозв'язки між частинами.
- 4) Дитина в два-три роки вже багато уміє і тому менше залежить від дорослого. Нові можливості викликають у неї потребу до більшої самостійності. Дитина хоче робити все сама. Ця потреба в самостійності може привести до виникнення цілого ряду конфліктів з дорослими.

III. Психологічні задачі***

- 1) Об'єктом психологічного дослідження найчастіше є перша частина людського життя (переважно дошкільний та шкільний вік). Тому психологія дорослої людини вивчена менш повно. Цю прогалину успішно заповнює мистецтво, яке в художній формі відтворює яскраві моменти психології розвитку. Найбільшою популярністю користується юність: митці ретельно досліджують процеси зародження міжособистісних стосунків та самосвідомості. У пізніші вікові періоди їх здебільшого цікавлять вирішальні моменти життя, пов'язані з вибором людиною не типових для неї дій, вчинком.

Чому наукове пізнання психології людини поступається художньому? Як Ви думаєте, чому психологія акцентує увагу саме на перших періодах людського життя?

- 2) Натискаючи на кнопку, діти різного віку протягом 30 с. мали можливість:
 - 1) подивитися на іграшку;
 - 2) побачити дорослого, який посміхався і гладив дитину по голові;
 - 3) погратися разом із дорослим;
 - 4) послухати від дорослого казку;
 - 5) поговорити з дорослим на цікаву тему.
 Дитина могла продовжити час обраного варіанта, знову натиснувши на кнопку. З'ясувалося, що 2-3-річні діти віддавали перевагу ігровій взаємодії з дорослим, 3–4-річні часто змінювали варіанти, 4–5-річні із задоволенням слухали казку, 5–7-річні діти найчастіше обирали розмову з дорослим.

Як можна пояснити результати цього експерименту? Які закономірності психічного розвитку вони характеризують?

- 3) Уявіть, що до вас звертається допитливий учень: «Уже сім років я навчаюся разом з однокласниками і помітив, що наш психічний розвиток є начебто запрограмованим. Уже у молодшому шкільному віці за успіхи у навчанні кожному з нас можна було б присвоїти певний ранг, окремо, звичайно, з гуманітарних, природничих і точних дисциплін. Цей ранг в основному зберігається до цього часу і, думаю, так буде аж до закінчення школи. Навіть ті, хто навчаючись, докладає більше зусиль, набувають лише знань, тоді як їхній психічний розвиток відбувається за якоюсь власною логікою. Між іншим, про те саме свідчить той факт, що в одній сім'ї виростають абсолютно різні брати і сестри. Чи не так?»

Що Ви відповісте цьому учневі?

- 4) Відомо, що на психічний розвиток дитини негативно впливають: неповна сім'я або її розпад, сімейні конфлікти, низька освіта батьків (особливо матері), незадовільні умови життя (відсутність житла тощо), аморальний спосіб життя батьків, асоціальні сімейні цінності, неправильне виховання. Принаймні дія таких чинників спостерігається у 50–90% дітей з ненормативним психічним розвитком.

Як ці чинники характеризують природу психічного розвитку? Чи визначають вони межі психічного розвитку?

Тестові завдання для самоконтролю

1. Психічний розвиток – це:

- А розвиток мозку
- Б розвиток індивіда від народження до смерті
- В розумовий і особистісний розвиток людини

2. Виберіть правдиве твердження:

- А кінцевий результат психічного розвитку точно не відомий
- Б кінцевий результат психічного розвитку генетично запрограмований
- В кінцевий результат психічного розвитку залежить від особистості

3. Виберіть правдиве твердження:

- А психічний розвиток здійснюється плавно і рівномірно
- Б психічний розвиток здійснюється нерівномірно, ривками
- В психічний розвиток здійснюється по спіралі

4. Сензитивний період розвитку – це:

- А період нестабільного розвитку
- Б найбільш сприятливий період для розвитку певної психічної властивості
- В період прискореного розвитку всіх психічних процесів

5. Якщо ми говоримо, що дитині 6 років, то це:

- А психологічний вік
- Б хронологічний вік
- В соціальний вік

6. Якщо ми говоримо, що дитина восьми років замінила своєму дворічному братику маму, яка мусить працювати, то йдеться про:

- А психологічний вік
- Б хронологічний вік
- В соціальний вік

7. Якщо ми говоримо, що дитина розумна не по роках, то йдеться про:

- А психологічний вік
- Б хронологічний вік
- В соціальний вік

8. Чинники, які спонукають розвиток і спрямовують його в потрібному напрямку – це:
- А фактори розвитку
 - Б рушійні сили розвитку
 - В критерії вікового розвитку
9. Визначте рядок, в якому правильно названі рушійні сили психічного розвитку:
- А вікові кризи
 - Б соціальне середовище
 - В виникнення та розв’язання внутрішніх суперечностей
 - Г психічні новоутворення
10. Визначте рядок, в якому правильно названі фактори розвитку:
- А соціальне середовище, спадковість
 - Б соціальне середовище, спадковість, навчання та виховання
 - В навчання та виховання
11. Вікова періодизація – це:
- А епоха, відносно замкнений період розвитку
 - Б індивідуальний розвиток людської істоти від моменту запліднення до кінця існування
 - В поділ життя людини на вікові етапи
12. Визначте рядок, в якому правильно названі критерії вікового розвитку:
- А навчання та виховання, вплив середовища, спадковість, активність самої дитини
 - Б психологічний вік, хронологічний вік, соціальний вік

В соціальна ситуація розвитку, провідна діяльність, психічні новоутворення, вікова криза

13.Психічні новоутворення це:

- А утворення нової психіки
- Б досягнення в розвитку на певному віковому етапі
- В негативні зміни в психіці, які приводять до виникнення вікової кризи

14.Провідна діяльність – це:

- А діяльність, якою людина займається більше всього часу
- Б діяльність, яка більше всього подобається
- В діяльність, яка найбільше впливає на психічний розвиток

15.Перехід від одного вікового періоду до іншого супроводжується:

- А соціальними ситуаціями розвитку
- Б провідними діяльностями
- В віковими кризами

Основні поняття і ключові слова: розвиток, види розвитку: преформований, неформований, еволюційний, революційний; зміни кількісні та якісні, онтогенез, психічний розвиток, закономірності психічного розвитку, фактори психічного розвитку, рушійні сили психічного розвитку, періодизація вікового розвитку, критерії вікової періодизації: соціальна ситуація розвитку, провідна діяльність, психічні новоутворення, вікові кризи.

Тема 2. ПСИХОЛОГІЯ ДОШКІЛЬНОГО ДИТИНСТВА

Мета вивчення теми: Сформувати уявлення про основні особливості соціальної ситуації розвитку періодів дошкільного дитинства, уміти прослідкувати розвиток психічних процесів від народження до періоду готовності дитини до школи, засвоїти значимість новоутворень кожного періоду в розвитку особистості.

Стислий зміст теми

План

1. Особливості психічного розвитку дитини в період немовляти.
2. Розвиток дитини в ранньому віці.
3. Психічний розвиток дитини в дошкільному віці.

1. Особливості психічного розвитку дитини в період немовляти

Онтогенез людини починається до її народження – з моменту зачаття. Розвиваючись в утробі матері, дитина реалізує генетичну програму, яка передана батьками і спадково обумовлює будову організму, роботу всіх його функцій і систем. Цей період існування людини до народження називають **пренатальною стадією**. Пренатальна стадія існування дитини має дві фази – ембріональну і фетальну. Ембріональна фаза триває перші три місяці. За цей час зародок у своєму розвитку проходить усі стадії філогенезу (еволюційний розвиток живих істот). У фетальній фазі (від трьох місяців до народження) зародок стає плодом, і його розвиток набуває суто людського характеру.

Перші 4-6 тижнів після народження триває **фаза новонародженості**. Це період радикальних і подекуди катастрофічних для дитини змін помножених на її безпомічність. Життя дитини починається з кризи адаптації до нового середовища, яку в психології називають **кризою новонародженості**. Відбувається зміна типу дихання та харчування, пристосування до нової температури, освітлення.

Новонароджений має такі анатомо-фізіологічні особливості: велика голівка і маленькі ніжки, вага у середньому 3-3,5 кг, ріст – 48-50 см. М'язи слабкі, кістки незміцнілі, нервові механізми не сформовані. Характер реакцій дитини розмитий. Зрілість різних відділів нервової системи неоднакова: відділи, що забезпечують акт ссання, дихання, випереджають у своєму розвитку рухову структуру, чим пояснюється рухова безпорадність дитини. Нервові клітини мають низьку працездатність: діти швидко втомлюються і багато сплять.

Активність новонародженого виявляється в сенсорних (чуттєвих) та моторних (рухових) реакціях. Прагнення їсти виявляється загальним неспокоєм. Виникає перша орієнтувальна активність: смаково-дотикова при ссанні матері. Рухи, що пов'язані з харчуванням, є найбільш сформованими та енергійними. Дотик до голівки дитини спричиняє відкривання рота. Таким чином відбувається перша установка на об'єкт. Першим безумовно-рефлекторним актом у житті дитини є крик.

У перші тижні життя інтенсивно розвиваються процеси відчуття. Спочатку найбільшу активність мають смаковий, нюховий, шкіряний та температурний аналізатори. Проте вже в перші тижні і місяці зір і слух швидко удосконалюються. З'являється слухове зосередження (2-4-й тижні життя), починає функціонувати зоровий аналізатор (3-5-й тижні). Різкий звук приводить до того, що дитина завмирає і замовкає, а побачивши яскравий предмет, завмирає і затримує на ньому погляд. З цього часу збільшується період неспання і у дитини з'являється нова потреба – *потреба в нових враженнях*. Стійке зорово-слухове зосередження викликає у дитини перші позитивні емоції, серед яких найважливішою є позитивна емоційна реакція на голос і обличчя дорослого, переважно матері (чи дорослого, який піклується про дитину). Із реакції зосередженості виникає важливе *новоутворення періоду новонародженості – комплекс поживлення*. Це позитивна емоційна реакція на появу дорослого, яка включає реакцію зорового та слухового зосередження, рухи ніжками, ручками та звуки

(гуління). Це перший акт поведінки дитини і перший акт її спілкування з дорослим, перша спроба вплинути на нього. Комплекс пожвавлення знаменує собою кінець новонародженості та початок нової стадії розвитку – періоду немовляти.

Психічний розвиток немовляти. Відбувається швидке фізичне зростання. Дитина набирає вагу, стає міцнішою. Інтенсивно розвивається нервова система. Швидко розвиваються аналізатори, зокрема, зоровий і слуховий, які починають виконувати пізнавальні функції. Інтенсивно розвиваються центральні мозкові частини. У корі головного мозку здійснюються процеси аналізу і синтезу зовнішніх подразників, їх диференціація. Розвиваються голосові реакції. Виникають перші спроби привернути увагу дорослого.

У 5 місяців відбувається перелом у розвитку дитини. Це пов'язане з поведінковим актом хапання рукою, який відбувається під контролем зору. Це перший цілеспрямований рух руки, який дає можливість дотягнутися до іграшки, що приваблює. Виникнення хапання стимулює сидіння на 6-7-му місяцях життя, що сприяє розвитку статички тіла. Разом з тим сидіння відкриває дитині нові можливості пізнання світу: вона бачить предмети і людей навколо, реагує на них.

Проте більшість предметів, що приваблюють дитину, можуть бути досяжними тільки за допомогою дорослого. Це приводить до того, що дитина шукає присутності дорослого і вимагає від нього уваги. Таким чином спілкування дитини перетворюється з емоційного на ситуативно-ділове. Спочатку спілкування відбувається з ініціативи дорослого, але поступово переростає у двосторонній процес. Дитина навчається розуміти слова і речення дорослого. Завдяки домовним вокалізаціям (специфічним дитячим звукам) відбувається підготовка мовно-рухового апарату дитини до оволодіння мовленням.

Соціальна ситуація психічного розвитку дитини віку немовляти – це ситуація нерозривної єдності дитини і дорослого, яка має назву ***соціальна***

ситуація «Ми». Ця ситуація містить в собі протиріччя: дитина максимально потребує уваги дорослого, проте поки що не має способів впливу на нього. Розв'язання цього протиріччя відбувається в новому виді діяльності, який стає провідним у цьому віці і має назву *«безпосереднього емоційного спілкування дитини і матері»*. Це спілкування з боку дитини проявляється як інтерес до дорослого, намагання привернути його увагу, добитися від нього заохочення, ставлення до того, що дитина робить. І хоча поки що дитина не розуміє всього, що говорить їй дорослий, вона реагує на інтонацію, емоційний тон, вирази обличчя. Важливо, щоб спілкування мало емоційно-позитивний характер і задовольняло потребу дитини у відчутті емоційного комфорту. Це закладає емоційно-позитивне ставлення довіри до оточуючого світу та людей, бажання пізнавати його, бути активним. Дефіцит спілкування в немовлячому віці має негативний вплив на все подальше життя дитини, може загальмувати психічний розвиток, привести до розвитку пасивності. Негативний характер спілкування в цей період (емоційна холодність до дитини з боку матері, неадекватні методи виховання) приводять до того, що у дитини формується недовіра до оточуючого світу та людей (замкненість або агресивність) і не виникає бажання його пізнавати (пасивність).

У 9 місяців дитина починає повзати, а потім ходити. *Хода – перше основне новоутворення* віку немовляти. Головним у акті ходіння є не тільки те, що розширюються межі для пізнання світу, але й те, що дитина намагається відокремити себе від дорослого. Там де була нерозривна єдність стало двоє: дитина і дорослий. Руйнується стара соціальна ситуація “ми”: відтепер не мама веде дитину, а дитина, згідно власних бажань, сама веде маму.

Друге, основне новоутворення цього віку – *поява першого слова*. Це значно розширює можливості впливу дитини на дорослого і укріплюють бажання дитини відділятися від нього, здійснювати дії без його допомоги. Соціальна ситуація розвитку «ми» остаточно руйнується. Інтерес дитини

переміщується з дорослого на оточуючі предмети, і між дитиною і дорослим виростає нова форма взаємодії – предметна діяльність.

2. Розвиток дитини в ранньому віці

Соціальна ситуація розвитку в ранньому віці (1–3 р.) може бути описана словами: «Дитина – Предмет – Дорослий». Дитина цілком захоплена предметами і прагне діяти самостійно. Проте у неї немає знань про призначення предметів та умінь ними оперувати. Щоб розв'язати це протиріччя, дитина звертається до дорослого, який все вміє і знає. Між дитиною і дорослим виникає нова форма провідної діяльності – **предметно-маніпулятивна**. Зміст цієї діяльності в тому, що дитина пізнає призначення предметів через взаємодію з дорослим у діловому співробітництві. Пояснення дорослого, його дії, як взірць для наслідування, позитивне схвалення дають дитині змогу відкрити справжнє призначення гребінця або мобільного телефону. Протягом другого року життя дитина активно засвоює дії з такими знаряддями як чашка, ложка, активно імітує дії дорослих: замітає, стукає молотком, вмикає і вимикає телевізор. Поступово дитина починає не лише імітувати дії дорослого, але й сприймати його словесні вказівки. Слово привертає увагу дитини до предмету, формулює завдання, визначає спосіб і програму дій з предметом.

У півтора року дитина може переносити засвоювані дії із справжніх предметів на іграшкові (годувати ляльку, катати машинку). Предметні дії починають відокремлюватися від предметів, а це створює умови для виникнення сюжетної гри, яка у трирічному віці відіграє важливе значення в розвитку людини. Також діти раннього віку починають усвідомлювати дії з предметами як власні, ними самими здійснені, що приводить до появи наприкінці третього року життя займенника «Я». Так виникає особистісна дія, пов'язана із тенденцією до самостійності: «Я сам».

Дитина швидко оволодіває *навичками ходіння*, що підсилює її емоційне прагнення до самостійності. Ходіння сприяє просторовому орієнтуванню

індивіда і відіграє важливу роль у формуванні вміння вправно рухатися, не дивлячись на тимчасові труднощі та перешкоди. Усе це сприяє розвитку вольової сфери дитини.

1–3 р. – сенситивний *період мовних впливів*. На початку другого року життя дитина навчається краще розуміти дорослого, одночасно розвивається її активне мовлення. Найраніше діти починають розуміти мову інструкцій (як користуватися предметом), пізніше здатні розуміти розповідь про предмети, які їх оточують. Після 2-х років темп розвитку мовлення прискорюється. Словниковий запас прогресує дуже швидко. З'являються перші дво-трислівні речення та запитання: «Дай булку», «Сашуня хоче пити», «Де тато?», «Що це таке?». Збагачується лексичний запас. Слово набуває ознак узагальненості. На третьому році дитина оволодіває всіма основними синтаксичними та граматичними формами, системою звуків рідної мови (хоча можуть бути проблеми з деякими звуками – р, л, ж, ш, з, с. Мовлення набуває форми діалогу, впливає на формування моральних уявлень, свідомості і самосвідомості дитини. Розвиток мовлення може уповільнитися, якщо дитині недостає спілкування, або рідні виконують всі бажання дитини (немає стимулу говорити), або у випадках коли в сім'ї ростуть близнюки, які інтенсивно спілкуються один з одним на спільній дитячій мові.

На 2-3-му роках життя інтенсивно розвиваються *психічні функції* дитини. Особливо швидко розвиваються *процеси відчуття і сприймання*: зорова чутливість, дотикова, кінестезична, виникає зв'язок у координації рухів рук та очей. Спостерігається швидкий розвиток слуху дитини, що виявляється у здатності диференціювати музичні тони, голоси людей, звуки тварин. *Розвиток уваги* відбувається за схемою – від безумовнорефлекторного її зосередження до умовнорефлекторного, від мимовільної її форми до перших проявів довільної. Обсяг уваги дуже низький. *Пам'ять* у ранньому віці інтенсивно фіксує набутий сенсорний, моторний та емоційний досвід. Найбільшим досягненням в розвитку пам'яті є розширення кола впізнаваних дитиною об'єктів. Процеси пам'яті носять

мимовільний характер. Дитина запам'ятовує лише життєво значуще, емоційне, яскраве. У ранньому віці з'являються перші прояви *уяви*, які реалізуються в ігровій діяльності. Суть гри в цьому віці полягає в тому, що дитина переносить відому їй дію в нову ігрову ситуацію. Початок розвитку *мислення* припадає на кінець першого року життя. Провідним у цей період є наочно-дійове мислення, яке здійснюється в наочній ситуації завдяки практичним діям. Дитина навчається мислити в процесі взаємодії з дорослим – практичного і мовленнєвого спілкування. Про достатній рівень розвитку мислення свідчить здатність дитини усвідомити кількість речей. У ранньому віці дитина починає робити перші узагальнення на основі окремих, найбільш помітних ознак, які, як правило, є несуттєвими. Поступово до кінця 3-го року життя дитина навчається виокремлювати істотні ознаки предметів. В *емоціях* поступово зменшується елемент мимовільного наслідування. Стосунки з дорослими сприяють розвитку соціальних емоцій. Важливими для дитини є слова-оцінки дорослих. Позитивне оцінювання спонукає дитину до подальших дій. Запитання “Чому?” свідчить про появу інтелектуальних емоцій у дитини, коли вона прагне задовольнити свою цікавість.

У ранньому віці з'являються *перші зародки самосвідомості*. У цьому віці дитина починає усвідомлювати, як вона впливає на інших, яку позицію займає сама, а яку – інший у соціальній взаємодії. На 2 році життя у дитини формується емоційна реакція на схвалення, подяку, гнів, нарікання. Від їх впливом формується оцінка дитиною своїх дій та себе самої. Якщо насварили, то дитина відчуває негативні емоції і негативно оцінює себе. Це – основа для розвитку самооцінки, самолюбства.

Наприкінці третього року життя дитина усвідомлює себе як активну істоту, яка здатна змінювати хід подій. Позиція дитини як залежної у всіх відношеннях людини трансформується в позицію самостійного індивіда. Тенденція до самостійності зумовлює появу *феномену «Я сам»*: дитина активно прагне виконувати самостійно ті дії, які вона здатна робити сама, і відділяється від дорослого. На такі зміни в свідомості дитини повинні

зважати дорослі і відповідно перебудовувати свої стосунки. Якщо дорослі не визнають зародження особистості дитини, всіляко обмежуючи її самостійність, то виникають кризові явища у взаєминах дитини з дорослими, або так звана *криза трьох років*.

Вперше припущення про наявність кризи у дитини трьох років висунула Е.Келер. Вчена виділила наступні *характеристики кризи*: негативізм (негативна реакція на необхідність підкорятися вимогам дорослих), вередливість (реакція на власне рішення), гонорливість (протест проти порядків і демонстрація своєї непокірності), своєвілля (надмірна тенденція до самостійності), знецінювання старих правил поведінки, протест-бунт, деспотизм (дитина жорстоко проявляє свою владу над батьками).

3. Психічний розвиток дитини в дошкільному віці

Криза трьох років суттєво змінює стосунки дитини і дорослого. В дошкільному віці (3-6 років) стара соціальна ситуація «Дитина – Предмет – Дорослий» розпадається. Дитина вже відділилася від дорослого і відчуває себе самостійною активною одиницею і прагне включатися в життя дорослих на правах рівноправного партнера. Це створює нову соціальну ситуацію, яка містить протиріччя: з одного боку дитина відчуває себе самостійною і прагне приймати участь в житті дорослих, а з іншого боку вона ще не має відповідних знань, умінь, і досвіду щоб робити це по-справжньому. Таке протиріччя спонукає дитину пізнавати навколишній світ у найбільш досяжній для неї формі *сюжетно-рольової гри*, яка моделює життя дорослих і дозволяє дитині отримати необхідні знання і досвід. Даний вид діяльності стає провідним у дошкільному віці і спонукає якісні зміни у психіці дитини, що по-перше, сприяє психічному розвитку дитини і по-друге, закладає основи навчальної діяльності.

Гра дошкільника відрізняється від гри дитини раннього віку. Якщо у ранньому дитинстві центральним моментом гри є оволодіння предметами і способами дій з ними, то в грі дошкільника головною є людина, її дії,

поведінка та стосунки з іншими. Основним змістом гри молодших дошкільників є виконання дій з предметами, які повторюють дії дорослих (наприклад, годувати ляльку, підмітати підлогу тощо). Старші дошкільники, відтворюючи дії дорослих людей у грі, починають одночасно виконувати їхні ролі (водій перевозить пасажирів, лікар лікує хворих), а трохи пізніше головним у змісті гри стає підпорядкування правилам, що впливає на формування вольових якостей зростаючої особистості.

Гра має значення для психічного розвитку дошкільника: відбувається розвиток моторики, удосконалюються рухи дитини, формується довільна пам'ять, складається довільність психічних процесів, виробляється вміння підкорятися правилам. У грі загартовується вміння розпочату роботу доводити до кінця, готовність переборювати труднощі. Однак гра не замінює праці, хоча праця у цьому віці ще не є самостійним видом діяльності. Елементи *праці* у дошкільному віці формують моральні якості дитини, почуття обов'язку, поваги до людей. Зміцнюється почуття відповідальності.

Психічний розвиток дошкільника відбувається також завдяки засвоєнню дитиною суспільного досвіду у процесі *спілкування із дорослими та однолітками*. Спілкування з дорослими має дві форми – пізнавальну і особистісну. Суть *пізнавального спілкування* дошкільника з дорослим полягає в тому, що дитина задає дорослому різноманітні запитання, звертається до знань і досвіду, яким володіє дорослий. При цьому дитина вимагає, щоб дорослий ставився до неї як до партнера, молодшого але рівного у співробітництві. *Особистісне спілкування* характеризується тим, що дитина звертається до дорослого як до наставника, який знає “що таке добре”, а “що таке погано”. В спілкуванні з дорослими дитина вчиться ставити себе на місце інших людей, або персонажів казок, ігор, співчувати їм. В результаті дитина усвідомлює елементарні моральні норми.

Спілкування з однолітками дає дитині позитивний досвід співробітництва та взаємодопомоги, керівництва та підкорення. У

дошкільника складається система певних взаємин з однолітками, утворюється «дитяча спільнота», в якій дитина займає певне місце.

Значний вплив на розвиток дитини має *навчання*. Дошкільник повсякденно вчиться у процесі дієвого ознайомлення з навколишнім світом. Він набуває власного досвіду і засвоює суспільний досвід. Наприкінці дошкільного віку дитина здатна виділяти учбову задачу: розуміє суть навчального завдання. Виникає вміння уважно слухати, виконувати завдання вихователя. Процес учіння в дитячому садку на заняттях починає набувати форми навчальної діяльності.

Відбувається *розвиток психічних процесів*. У розвитку *відчуттів* спостерігається підвищення чутливості зорових, слухових аналізаторів, удосконалюється кінестезична, дотикова чутливість. Ці якісні зміни відбуваються внаслідок того, що дитина засвоює людський чуттєвий досвід і оволодіває новими діями сприймання. Інтенсивно розвивається сприймання форми, величини, довжини, широти, положення, віддалення, діти навчаються осягнути тривалість і послідовність подій. *Пам'ять* загалом розвивається в осмисленій діяльності, у якій розуміння є основою як мимовільного, так і довільного процесів запам'ятовування. Переважає мимовільне запам'ятовування. Те, що привертає увагу дитини, що є для неї цікавим і значущим, запам'ятовується без вольового зусилля. Водночас виникають довільні форми запам'ятовування, витоком яких є довільне відтворення на прохання дорослого. Пам'ять здебільшого образна (дитина запам'ятовує предмети та їх зображення), водночас починає розвиватися словесна пам'ять. Формуються спеціальні мнемічні дії, коли дитина ставить перед собою завдання щось запам'ятати. Розвиток *уяви* пов'язаний з активним включенням дошкільника до ігрової діяльності, в якій діти діють як нібито дорослі, тварини або герої казок. У цьому віці з'являється *творча уява*, що виявляється у дитячому словотворенні, в ліпленні, малюванні, придумуванні ігор, казок. Збагачується репродуктивна уява, особливо завдяки слуханню казок та історій, коли дитина уявляє те, про що слухає. Починає складатися

довільна *увага*, а мимовільна стає більш стійкою. Одночасно зростає обсяг мимовільної та довільної уваги. *Мислення* стає образно-мовним, хоча й далі розвивається наочно-дійове. Воно набуває самостійності, стає розумовою дією, спрямованою на розв'язання пізнавальної мисленнєвої задачі. Розвиток мислення прискорюється за умови правильного цілеспрямованого втручання дорослого у цей процес. Завдяки взаємодії мислення і мовлення розвивається доказовість мислення: формується здатність доводити власні думки, судження. Мовлення також спрямовує роботу уваги, ставить завдання перед увагою, пам'яттю, дозволяє засвоювати культурно-історичний досвід людства. Діти оволодівають граматиною мови. Складається новий вид мовлення – внутрішнє мовлення, яке стає засобом формування і функціонування внутрішніх розумових дій.

Дошкільний вік є *початковим етапом формування особистості*, коли у дитини починає розвиватися емоційно-вольова сфера, формується сфера інтересів та визначаються мотиви поведінки. Розвиток емоційно-вольової сфери пов'язаний із появою у дитини потреби у визнанні, схваленні та повазі з боку дорослого. Дитина намагається передбачити реакцію дорослого на її вчинок, хоче щоб її похвалили, були їй вдячні, часто звертається до дорослих з проханням оцінити її досягнення. Якщо дорослі вважають дитину хорошою, позитивно її оцінюють, то дитина розвиває позитивне ставлення до себе (вважає себе хорошою) і намагається діяти так, щоб не зруйнувати цей позитивний образ в очах близьких. Підтримка і схвалення дитини дорослим сприяє розвитку впевненості в своїх силах, високій самооцінці. Відсутність підтримки, відштовхування дитини («У тебе не вийде», «Ну хто так робить!», «Що це ще за мазня», «Відчепись, не до тебе», «А ти як завжди все зіпсувала») приводять до розвитку комплексу неповноцінності, невпевненості. Інколи, щоб отримати схвалення, дитина використовує будь-які засоби, демонструє навмисно свою «доброякісність» (А я бабусі сказав «добридень». А я залишив брату яблуко побільше, а собі взяв поменше). Важливо переорієнтувати дитину з отримання схвалення на вчинок, так щоб

дитина отримувала задоволення саме від правильного вчинку, а не тільки від похвали дорослого.

У цей період виникає ряд важливих *особистісних новоутворень*. По-перше, виникає *супідрядність мотивів* – підкорення різних мотивів поведінки дитини якомусь одному мотиву, який набуває найбільшої сили і починає керувати поведінкою. Спочатку дії дитини підпорядковуються різним мотивам, які мають однакову силу – тільки що малюк допомагав прибирати мамі кімнату (суспільний мотив – зробити щось хороше для інших людей), а через хвилину розкидав всі іграшки (особистий мотив – отримати задоволення). Тому поведінка дитини імпульсивна і не має певної логіки. Але поступово, коли мотиви дитини починають підпорядковуватись якомусь одному мотиву, поведінка стає більш цілеспрямованою. Спочатку у дошкільника переважають особисті мотиви, а згодом починають виходити на перший план суспільні.

По-друге, відбувається *засвоєння моральних норм*, іншими словами дитина засвоює, що таке добре і що таке погано. Потреба в схваленні спонукає дитину слідувати позитивним моральним еталонам поведінки – «бути хорошим», «не чинити так, як погані дітки». До кінця дошкільного віку дитина вже може оцінювати свої вчинки як хороші або погані. Під впливом потреби у визнанні та оцінок дорослого формуються *нові моральні почуття* – гордість, сором, самолюбство. Можуть виникнути також негативні але природні для цього віку новоутворення: а) брехня в ситуаціях, коли дитина хоче зробити щось заборонене і водночас залишитись з дорослим в добрих стосунках; б) заздрість до однолітків – реакція на успіх іншого, якому дісталось схвалення.

По-третє, засвоєння норм та правил приводить до появи *довільної поведінки*, тобто поведінки, яка керується вольовим зусиллям. З часом діти навчаються переборювати вплив привабливих об'єктів, які відволікають від поставленої мети. Можуть встояти перед спокусою покинути гру або малювання, якщо в поле зору потрапляє цікава іграшка.

Отже, у перші шість років життя дитина проходить значний шлях розвитку – від відділення себе від дорослого («Я сам») до появи самосвідомості. У самосвідомості відображається ставлення дитини до себе, оцінка нею власного місця в системі суспільних відносин. Зароджується увага до свого внутрішнього життя.

Запитання для самоперевірки

1. Які періоди включає дошкільне дитинство?
2. Який період в житті людини є першим критичним періодом? Чому?
3. Що є новоутворенням фази новонародженості?
4. Яка соціальна ситуація розвитку складається у період немовляти?
5. Яка діяльність є провідною у немовлячий період?
6. Яке значення в розвитку дитини відіграє акт хапання?
7. Які новоутворення виникають наприкінці періоду немовляти? Як вони змінюють стосунки з дорослим?
8. Як перебудовується соціальна ситуація розвитку в ранньому віці?
9. Який вид діяльності стає провідним у ранньому віці? З якого протиріччя він виникає?
10. Що є основним досягненням раннього дитинства?
11. Чому у психічному розвитку дитини існує криза 3-х років? Якими проявами вона супроводжується?
12. Яка суперечність в соціальній ситуації спонукає до розвитку дошкільника?
13. Яке значення має для дошкільника ігрова діяльність?
14. Яким чином здійснюється розвиток психічних функцій дошкільника?
15. Як розвивається особистість дошкільника?

Тематика рефератів і аналітичних оглядів

1. Особливості спілкування дорослого з немовлям.
2. Предметні дії в ранньому віці.
3. Формування мовлення у ранньому віці.
4. Розгляд проблеми кризи трьох років у психологічній літературі.

5. Образотворча діяльність дошкільників.
6. Сприймання казки дошкільником.

Практичні завдання до теми

I. Завдання, націлені на засвоєння основних понять теми*

1. Знайдіть відповідність між поняттям та його визначенням:

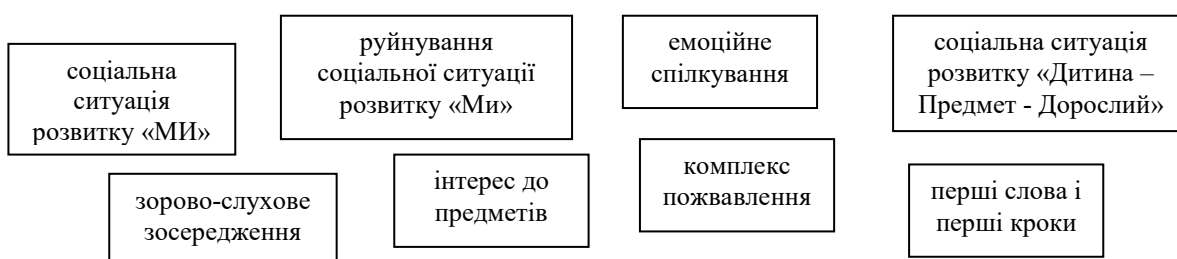
1) <i>Пренатальна стадія</i>	а) період розвитку від народження до 1 року
2) <i>Раннє дитинство</i>	б) період розвитку від 1 року до 3 років
3) <i>Дошкільний вік</i>	в) нерозривна єдність дитини і дорослого
4) <i>Криза новонародженості</i>	г) оволодіння діями з предметами у відповідності до їх призначення
5) <i>Криза 3 років</i>	д) період розвитку людини до народження
6) <i>соціальна ситуація «Ми»</i>	е) період розвитку від 3 до 6 років
7) <i>Безпосереднє емоційне спілкування</i>	ж) негативна емоційна реакція на обмеження дорослим свободи дитини, яка вже відчуває свою здатність до самостійної активності
8) <i>Предметно-маніпулятивна діяльність</i>	з) позитивна емоційна реакція на появу дорослого, яка включає зорово-слухове зосередження, рухи ніжками, ручками та звуки (гуління)
9) <i>Сюжетно-рольова гра</i>	и) інтерес до іншої людини, емоційний відгук на неї, спроби привернути увагу, добитись заохочення
10) <i>Зорово-слухове зосередження</i>	к) підкорення різних мотивів поведінки дитини якомусь одному мотиву, який набуває найбільшої сили
11) <i>«Комплекс пожвавлення»</i>	л) криза адаптації до нового середовища
12) <i>Супідрядність мотивів</i>	м) реакція, яка супроводжується завмиранням, затиханням і зосередженням погляду на об'єкті

II. Завдання, націлені на розвиток логічних умінь **

1. Знайдіть відповідність між етапом розвитку і суперечністю, яка ґтовхає до розвитку:

<i>Етап розвитку</i>	<i>Суперечність, яка ґтовхає до розвитку</i>
<i>Вік немовляти</i>	дитина прагне користуватися предметами, проте лише дорослий знає, як з ними діяти і яке їх призначення
<i>Раннє дитинство</i>	дитина відчуває себе самостійною і прагне приймати участь в житті дорослих, проте їй бракує знань і життєвого досвіду
<i>Дошкільний вік</i>	дитина максимально потребує уваги і піклування дорослого, але засоби взаємодії з ним у неї мінімальні

2. Знайдіть послідовність розвитку подій. Для цього пронумеруйте прямокутники або домалюйте стрілки, які вкажуть, що на що впливає або спонукає до розвитку:



3. Знайдіть відповідність між віковою кризою, її змістом, проявами в поведінці дитини і діями дорослого, які можуть пом'якшити кризовий період.

<i>вікова криза</i>	<i>зміст кризи</i>	<i>прояви кризи в поведінці дитини</i>	<i>дії дорослого</i>
0 років	У дитини збільшуються можливості і	- негативізм – прагнення зробити все всупереч тому, що пропонує	- спрямувати незалежність дитини у потрібне

	з'являються нові бажання. Вона вимагає бажаного і натикається на опір і заборону дорослого. Поява «Я хочу»	дорослий; - впертість - відмова підкорятися правилам; - свавілля – хоче все робити сам; - протест-бунт – дитина конфліктує з батьками; - знецінення дорослих – дитина б'є, перекидає, обзиває батьків; - деспотизм – дитина примушує батьків робити те, що вона хоче, ревності по відношенню до братів/сестер.	русло; - поділ простору в домі на зони безпеки і небезпеки, зони, де дозволено гратися і де, не дозволено; - бути готовим запропонувати дитині привабливу альтернативу; - позбавитись від речей в домі, які становлять загрозу для дитини; - навчити правильно користуватися речами.
1 рік	Дитина вчиться відстоювати свої бажання і протиставляє свою волю волі оточуючих. Боротьба між «Я хочу» і «Я повинен»	- манірність, кривляння як захисна реакція від негативних переживань; - виникнення паузи між зверненням до дитини і її реакцією; - дитина сперечається з дорослим, не хоче виконувати вимогу або намагається відкласти її виконання	- навчитися не тиснути, а домовлятися з дитиною, шукати компроміс; - навчитись перетворювати буденну і не завжди приємну ситуацію на казкову або ігрову, яка створює

			заманливу перспективу і спонукає зробити те, що саме по собі не дуже приваблює.
3 роки	Дитина адаптується до нового середовища	- плач, як негативна емоційна реакція на дискомфорт	- пояснювати причини вимог; - нагадувати про необхідність виконати вимогу; - надання можливостей діяти самостійно.
7 років	Дитина починає усвідомлювати свої почуття і переживання, цінувати свою самостійність	- плач, як реакція на заборону; - порушення біоритму (періодів сну і активного стану); - порушення апетиту; - плаксивість, дитина легко ображається.	- піклуватися – годувати, поїти, мити, переодягати; - брати на руки, розмовляти, голубити, посміхатися.

4. Про появу якого новоутворення дошкільного віку йдеться (розвиток пізнавальних процесів, самооцінка, моральні почуття, супідрядність мотивів, довільність поведінки).

- 1) В грі з правилами дитина вчиться досягати цілі підкоряючи свої дії правилам гри.
- 2) В ситуації програшу дитина може стримати негативні емоції і «по-дорослому» заявити «Нічого, наступного разу я в тебе виграю»

- 3) Дитина з задоволенням відгадує загадки і загадує їх сама.
- 4) П'ятирічна дівчинка вся забруднилася під час їжі, мама її соромить: «Ти вже велика, так що ж ти їси як поросся!» Дівчинка відчуває неприємне почуття сорому і щоб більше його не відчувати старається їсти акуратніше, або починає суперечити мамі: «Нічого я не поросся, сама ти як поросся!»
- 5) Дошкільник не може з першого разу виконати дію, яка дорослим здається дуже простою (не може запам'ятати букви, соромиться привітатися з гостем). Батьки дратуються і дорікають дитині, що вона не може зробити «таку просту річ». Якщо дитина, не дивлячись на всі свої зусилля, так і не змогла виконати те, що вимагають дорослі, то згодом вона починає боятися і уникати ситуацій, в яких необхідно вітатися, запам'ятовувати букви.
- 6) П'ятирічний хлопчик звертається сам до себе: «Мама заморилася, і мені треба гратися тихенько, щоб її не розбудити».
- 7) Граючи в гру з пересуванням фішок, дитина відтворює в уяві модель кругосвітньої подорожі.

III. Психологічні задачі***

- 1) Психолог Шпіц проводив порівняльне спостереження за розвитком дітей в одному з притулків і одночасно в яслах при жіночій в'язниці. Гігієнічні умови, спостереження лікарів, спадковість дітей у притулку були кращі. Проте діти в яслах мали суттєву перевагу: їх гляділи власні матері. В яслах за два роки не померло жодної дитини, в той час як у притулку з 91 дитини загинуло 37% дітей. Діти з притулку, які досягли річного віку, зустрічали незнайомців зляканим виском або поводитись вкрай нав'язливо. До кінця другого року діти ставали пасивними, віддавали перевагу лежанню у ліжечку. Що ж стосується дітей із ясел, то основна проблема полягала в тому, як впоратись з їх наростаючою цікавістю і активністю.

Які висновки можна зробити на основі досліджень дослідника? Що спричинило таку різницю в активності дітей різних груп?

- 2) Молода мама принесла на огляд в поліклініку двомісячну дитину. Невропатолог засвідчив, що стан здоров'я дитини добрий, проте коли дитину кладуть на животик, вона заривається носом у простирadlo і голову вертикально не утримує, як це має робити дитина такого віку. «Який педагогічно занедбаний малюк!» - докоряє лікар. Дійсно, дитині не подобалося лежати на животик, вона починала рюмсати – і мати цього не робила. За рекомендацією лікаря «сеанси» лежання на животик були введені у режим дня дитини і через декілька вона навчилася стійко тримати голівку вертикально і навіть почала отримувати явне задоволення від нового ракурсу бачення світу.

В чому була причина затримки розвитку дитини? Що мав на увазі лікар під «педагогічною занедбаністю дитини»?

- 3) Іринка (1р., 2 міс), подивившись, як її бабуса поливає з лійки домашню городину, відразу з тієї ж лійки почала поливати кошеня.

Поясніть причину такої поведінки дівчинки.

- 4) Маленький Віталік (1р., 6 міс.) побачивши під час прогулянки маленьке цуценя, виривається з рук матері, щоб ним заволодіти. Мама не дозволяє це робити, що посилює бажання сина. Ситуація починає ускладнюватися, дитина вже ладна влаштувати істеріку. Раптом підходить бабуса Віталіка і показує йому нову яскраву іграшку. Хлопчик відразу захоплюється новою річчю, забувши про попереднє бажання.

Поясніть причину такої легкої різкої зміни в поведінці хлопчика. Чому бабусі вдалося відвернути його увагу?.

- 5) Мати говорить синові, що не можна брати до рота сніг. А малюк, знаючи це, продовжує це заняття і, хитро посміхаючись, каже: «Моззя, моззя». *Чим пояснити таку поведінку дитини? Аргументуйте свою відповідь.*
- 6) Вивчення конфліктів, які виникають у процесі гри, показало, що найменші діти сваряться переважно за володіння предметом – засобом ігрової дії. Тому на «машині», конфліктуючи, одночасно їдуть два «водії», «хворого» оглядають кілька «лікарів», «обід» готують кілька «матерів». Трохи старші діти вже сваряться за ролі: хто ким буде. Нарешті, найстарші надзвичайно прискіпливо ставляться до виконання правил гри. Сварки тут точаться головним чином навколо того, «буває так, чи не буває?» *Поясніть, чому діти різного віку сваряться в грі через різні причини? Що на це може впливати?*
- 7) У дітей дошкільного віку досліджували прояви егоцентричного мовлення – озвучування дитиною власних дій. Коли під час малювання дошкільникам створювали різні перешкоди (у дитини не виявлялося під рукою олівця потрібного кольору, паперу, фарб, тощо), то прояви егоцентричного мовлення («Де олівець, зараз мені потрібен синій олівець», «Нічого, я замість цього намалюю червоним і змочу водою, воно потемніє і буде як синє») зростали майже вдвічі. Відомо також, що найбільшого розвитку таке мовлення досягає на третьому році життя дитини, у віці шести років воно йде на спад, а після семи практично зникає.
- Поясніть, чому егоцентричне мовлення яскраво проявлялося, коли дитині створювали перешкоди? Який вид мислення яскраво проявляється через егоцентричне мовлення дитини?*
- 8) Хлопчик – старший дошкільник (5р.). У його поведінці спостерігаються наступні факти. Він хоче, наприклад, їсти, але візьме суп і переверне

тарілку на підлогу. Якщо йому дають їжу, то він від неї відмовляється, але коли сідають за стіл інші, то він обов'язково почне просити їсти. Якщо мати кудись іде, то він хоче піти з нею, але варто їй сказати: «Одягайся, йдемо», як хлопчик відповідає: «Не піду». Якщо мати після цього йде до дверей, то він кричить: «Піду», а як тільки вона повертається за ним, знову відмовляється йти. Так може продовжуватися декілька разів, причому дитина в цей час починає плакати.

Які негативні якості волі дитини тут виявляються? Як потрібно виховувати таких дітей?

- 9) Відомо, що в розвитку дитини важливу роль відіграє приклад батьків, якому вони наслідують.

Чому іноді у працьовитих батьків виростають ліниві і пасивні діти? Назвіть можливі причини.

Тестові завдання для самоконтролю

- 1) Період новонародженості триває:

- А від 0 до 1 року
- Б від 0 до 2 місяців
- В від 0 до 2 днів

- 2) Перехід новонародженої дитини до нових умов життя забезпечує:

- А комплекс безумовних рефлексів
- Б дорослий
- В комплекс пожвавлення

- 3) Різкий звук приводить до того, що дитина завмирає і замовкає. Це:

- А безумовний рефлекс
- Б слухове зосередження
- В комплекс пожвавлення

- 4) Стійке зорово-слухове зосередження викликає у дитини:
- А незадоволення
 - Б перші позитивні емоції
 - В активний розвиток емоційної сфери
- 5) Комплекс пожвавлення – це:
- А емоційна реакція незадоволення у формі крику
 - Б позитивна емоційна реакція на появу дорослого
 - В емоційна реакція страху на появу незнайомого дорослого
- 6) Соціальна ситуація «Ми» – це:
- А нерозривна єдність немовляти і дорослого
 - Б партнерські стосунки батьків по догляду за дитиною
 - В взаємодія немовляти з однолітками
- 7) Провідний вид діяльності немовляти:
- А сон
 - Б гра
 - В емоційне спілкування з дорослим
- 8) Негативний характер спілкування дорослого з дитиною приводять до:
- А капризності дитини
 - Б слухняності дитини
 - В недовіри дитини до оточуючого світу
- 9) Стару ситуацію розвитку дитини «Ми» руйнують:
- А дорослі, які обмежують свободу дитини заборонами
 - Б поява більшої свободи дитини за рахунок виникнення мовлення і ходіння
 - В необхідність віддати дитину в дитячі ясла

- 10) Інтерес однорічної дитини переміщується з дорослого на:
- А однолітків
 - Б предмети
 - В на себе
- 11) Вік раннього дитинства триває від:
- А 0 до 7
 - Б 1 до 3
 - В 0 до 1
- 12) Зміст предметно-маніпулятивної діяльності в тому, що:
- А дитина маніпулює предметами
 - Б дитина маніпулює дорослим
 - В дитина засвоює призначення предметів за допомогою дорослого
- 13) Від 1 до 3 – це сенситивний вік для розвитку:
- А мислення
 - Б сприймання
 - В мовлення
- 14) Найраніше діти починають розуміти:
- А розповідь про предмет
 - Б мову інструкцій
 - В вірші і казки
- 15) Оцінка дитиною своїх дій та себе самої розвивається під впливом:
- безумовних рефлексів
 - аналізу своїх вчинків

схвалення або несхвалення дорослого

- 16) Найпростіша первинна форма самосвідомості дитини – це:
А розуміння своїх бажань
Б знання про свої можливості
В впізнавання себе в дзеркалі та на фото
- 17) Дитина вперше заявляє «Я сама» у випадку, коли:
А вона одна в кімнаті
Б їй весело
В дорослі роблять за неї щось таке, що вона може зробити самотійно
- 18) Виділення свого «Я», прагнення більшої самотійності приводить до виникнення:
А мислення;
Б кризи трьох років
В завищеної самооцінки
- 19) Довільна поведінка – це:
А поведінка, якою всі задоволені
Б здатність до самоконтролю
В формулювання подумки відповіді на запитання

Основні поняття і ключові слова: комплекс позбавлення, немовля, безпосереднє емоційне спілкування, соціальна ситуація “ми”, предметно-маніпулятивна діяльність, феномен “Я сам”, сюжетно-рольова гра, ієрархія мотивів, довільність психічних процесів, довільність поведінки.

Тема 3. ПСИХОЛОГІЯ МОЛОДШОГО ШКОЛЯРА

Мета вивчення теми: Розкрити питання психологічної готовності дитини до школи; визначити основні характеристики соціальної ситуації розвитку молодшого школяра, особливості навчальної діяльності у молодшому шкільному віці; виявити фактори, які впливають на формування особистості дитини в молодшому шкільному віці.

Стислий зміст теми

План

1. Психологічна готовність дитини до навчання у школі.
2. Загальна характеристика ситуації розвитку молодших школярів.
3. Розвиток психічних процесів у молодшому шкільному віці.
4. Формування особистості молодшого школяра.

1. Психологічна готовність дитини до навчання у школі

Вступ дитини до школи різко змінює спосіб її життя та діяльності. Ідучи до першого класу, дитина має бути фізично та психологічно готовою до змін у своєму житті. Фізіологічна готовність виявляється в анатомо-фізіологічних змінах, в можливості дитячого організму витримувати навантаження в школі. Психологічна готовність до навчання є підсумком психічного розвитку дитини у дошкільному дитинстві. Для того, щоб успішно навчатися у школі, у психіці дитини мають відбутися такі якісні зміни в мотивації, поведінці, інтелектуальному розвитку, які дозволять без труднощів опановувати навчальний матеріал, співіснувати в колективі ровесників, взаємодіяти з учителями.

Психологічна готовність до шкільного навчання – це складне утворення, до структури якого входять особистісна, інтелектуальна та соціально-психологічна готовність (О.В.Скрипченко). *Інтелектуальна готовність* дитини включає накопичені дитиною до школи знання про світ та різноманітні сторони життя, уміння читати, рахувати. Але в першу чергу

інтелектуальний розвиток стосується рівня розвитку пам'яті, мислення. Дитина має уміти порівнювати об'єкти (Знайди однакові фігури), аналізувати (Що на малюнку зайве?), класифікувати (Куди відноситься яблуко, до фруктів чи до овочів?), узагальнювати (Що є спільним для всіх цих малюнків?). Інтелектуальна готовність до школи також виявляється в тому, чи проявляє дитина пізнавальний інтерес – бажання дізнаватись про щось нове. А також в тому, наскільки сформоване у дитини вміння виділяти учбову задачу (здатність розуміти, на яке запитання слід шукати відповідь) і перетворювати її в самостійну мету діяльності.

Особистісна готовність виявляється у відношенні дитини до школи, до учбової діяльності, до учителів, до самої себе. Прояви особистісної готовності до школи:

1) Інтерес та позитивне ставлення до школи. Про їх наявність свідчить те, що дошкільник з задоволенням грає в школу, хоче стати школярем, хоче вчитися.

2) Прагнення дитини зайняти нову для себе позицію – позицію школяра. Про це свідчить бажання дитини не ходити у дитсадок де лише малюки і отримати атрибути школяра – форму, шкільну сумку, книжки.

3) Поява мотивів навчання. З'являються особистісні мотиви навчання (хочу вчитися, щоб не ходити в дитсадок з малюками) та суспільні мотиви навчання (вивчусь і стану лікарем, щоб вилікувати бабусю).

4) Здатність дитини оцінити свої можливості. Про це свідчать відповіді дитини на запитання про те, що дитина може (Що ти вмієш робити? – Вмію бігати, стрибати, рахувати до 100).

5) Організованість, самостійність дитини, вміння планувати свої дії, виконувати їх в певній послідовності, слідкувати за часом, здійснювати самоконтроль.

Соціальна готовність до школи включає наявність у дітей таких якостей, які допомагають їм спілкуватися з однокласниками, вчителями. Це вміння встановлювати і підтримувати контакт з оточуючими, вміння

виконувати спільну діяльність, уміння підкорюватися правилам, інструкціям, уміння стримувати себе.

Всі три складові психологічної готовності до школи дуже важливі. Не слід вважати дитину готовою до школи тільки тому, що вона вже уміє читати, писати і рахувати. Якщо у дитини не достає мотивації, у неї ще не виникло прагнення стати школярем, то вона сприйматиме школу негативно. А якщо у дитини не має соціальної готовності до школи, то навіть за наявності необхідного запасу вмінь та навичок і бажання стати школярем, їй буде дуже важко адаптуватися до нових умов.

2. Загальна характеристика ситуації розвитку молодших школярів

Першокласник автоматично займає абсолютно нове місце в системі стосунків людей: у нього з'являються постійні обов'язки, пов'язані з навчанням. Близькі дорослі і навіть сторонні люди звертаються до дитини як до людини, яка взяла на себе певні зобов'язання – вчитися. Змінюються вимоги до дитини, в школі від неї вимагають організованості, дисциплінованості, відповідальності за виконання обов'язків школяра, за свій розумовий розвиток. Дитина мусить звикати і до того, що в школі вимоги до всіх однакові, стандартні, а її індивідуальні особливості та можливості не завжди враховуються. Дитина потрапляє в світ суворо регламентованих відносин: є правила поведінки, які забороняють гратись і розмовляти на уроці, щоб вийти з класу треба питати дозволу, щоб запитати про щось слід підняти руку.

У молодшому шкільному віці відбувається *перебудова усіх стосунків* дитини з навколишніми. Якщо у дошкільному віці існують такі сфери соціальних відносин, як «дитина – дорослий» і «дитина – діти», то в молодшому шкільному віці система «дитина – дорослий» диференціюється на «дитина – вчитель» і «дитина – батьки». Вчитель стає для дитини найбільш авторитетною фігурою. І не лише тому, що він є носієм знань та гарантом порядку в класі. Від ставлення вчителя до дитини багато в чому

залежить ставлення до неї батьків та однолітків. Від того, яким чином складаються взаємини з учителем, залежатиме психічне благополуччя дитини. Більш того, перший вчитель для молодшого школяра – це постать, яка уособлює в собі усі вимоги суспільства, тому взаємини з ним впливають на те, як в цілому складатимуться стосунки дитини з суспільством.

Нова ситуація розвитку робить умови життя дитини більш жорсткими, часто стають для неї джерелом стресу. У кожної дитини, яка поступає до школи, підвищується психічна напруга. Це відображується як на фізичному здоров'ї (дитина частіше хворіє), так і на поведінці (гіперактивність дитини, надмірна збудливість, або виражена загальмованість). Проте в більшості випадків діти пристосовуються до стандартних умов. Адаптація протікає менш хворобливо, а інколи майже непомітно, якщо дитина йде до школи психологічно готовою.

Період вступу дитини до школи та адаптації до нових умов співпадає з **кризою 7 років**. Це період народження соціального «Я» дитини. Основними симптомами кризи є втрата дитиною безпосередності, наявність психологічних бар'єрів, поява закритості у вияві почуттів і переживань (М.Савчин). Це пов'язане з появою внутрішнього життя, яке часто не відповідає внутрішньому. Дитина думає, перш ніж щось зробити, приховує свої переживання.

Провідною діяльністю віку стає **навчальна діяльність**, яка на відміну від гри дошкільного віку, безпосередньо спрямовується на засвоєння культурно-історичного досвіду людства, а її продуктами є знання, вміння, навички, які молодші школярі здобувають у навчально-виховному процесі. Особливість цієї діяльності полягає в тому, що її результатом є зміна і розвиток самого учня. Навчальна діяльність молодших школярів не існує в готовій формі як, наприклад, гра з її правилами. Навчальну діяльність дітей потрібно формувати, або, іншими словами, слід спочатку навчити дитину вчитися. Зокрема дітей слід навчити: 1) ставити перед собою *учбову задачу* і утримувати її в полі свого зору поки її не буде розв'язано; 2) виконувати різні

учбові дії (зосереджувати увагу на завданні, свідомо запам'ятовувати правила, аналізувати свої помилки, робити висновки, тощо); 3) виконувати *дії контролю та самоконтролю* (звіряти проміжні та кінцеві результати своєї діяльності з взірцем або правилом і коригувати свої дії, якщо потрібно); 4) виконувати *дії оцінки та самооцінки* своєї діяльності. Все вище перераховане входить до так званої *структури навчальної (учбової) діяльності*, яку дитина поступово має засвоїти під керівництвом вчителя у спільній діяльності з іншими учнями.

Мотивація учіння молодших школярів характеризується складністю та неоднозначністю. У перші дні навчання у них переважає інтерес до зовнішньої сторони перебування в школі (сидіння за партою, наявність шкільних приналежностей). Проте якщо заняття не викликають цікавості в учня, то цей інтерес до школи швидко згасає. На його заміну приходять зовнішні мотиви учіння – прагнення заслужити похвалу вчителя або уникнути покарання. Також важливими мотивами учіння стають прагнення до самовдосконалення та самовираження, мотив відповідальності. Пізнавальний інтерес молодших школярів зазвичай зростає в 1-2 класах, а до 3 класу неухильно знижується. Цей феномен «мотиваційного вакууму» відзначають як вітчизняні, так і зарубіжні дослідники. Це відбувається через те, що здебільшого учні не відчують себе суб'єктами навчальної діяльності. Вони отримують знання в готовому вигляді і повинні лише відтворювати те, що їм транслиують вчителі. Змінити ситуацію можливо лише за умови перебудови традиційних умов навчання, або включення в нього елементів розвивальних технологій.

Навчальна діяльність як провідна діяльність віку не лише забезпечує накопичення знань, в першу чергу вона стимулює розвиток молодшого школяра. В навчанні виникають **основні психічні новоутворення віку**: зростає здатність довільно керувати своєю увагою і пам'яттю, розвивається здатність до логічного мислення, здатність до самоконтролю і

самодисципліни, розвивається внутрішній план дій та рефлексія, розвивається самооцінка й уявлення про себе як про учня.

3. Розвиток психічних процесів у молодшому шкільному віці

Психічні пізнавальні процеси молодших школярів розвиваються інтенсивно, але нерівномірно. В цілому під впливом навчання вони стають більш довільними, продуктивними та стійкими.

Сприймання молодших школярів широке і гостре, емоційне. Проте поки що дитині важко сприймати цілеспрямовано і виділяти в об'єктах головне, суттєве. Під впливом навчання збільшується швидкість сприймання та кількість об'єктів, які дитина може прийняти за один раз. Сприймання поступово стає цілеспрямованим, довільним. Навчання сприяє тому, що підвищується продуктивність зорового і слухового аналізаторів. В учнів зростає точність розрізнення кольорів та їх відтінків, підвищується здатність розрізняти звуки, покращується музичний та фонематичний слух. Розвивається сприймання форми предметів, сприймання часу. Формується здатність спостерігати, що виявляється у здатності молодших школярів, орієнтуючись на мету, помічати та визначати істотні особливості об'єктів спостереження, усвідомлювати взаємозв'язки між ними.

У дітей молодшого шкільного віку добре розвинена образна *пам'ять*, водночас під впливом навчання починає формуватися словесно-логічна пам'ять, від якої залежить успішність засвоєння знань. Відбуваються якісні зміни у розвитку процесів пам'яті. Процес запам'ятовування, який спочатку має механічний характер, поступово стає смисловим. Проте роль механічного запам'ятовування залишається великою, оскільки завдяки йому поповнюється лексичний запас школярів і засвоюється все важке для розуміння. Змінюється співвідношення мимовільного і довільного запам'ятовування у бік зростання ролі довільного. У процесі навчання формуються прийоми логічного опрацювання матеріалу. Учні навчаються розуміти суттєві зв'язки між пізнаваними об'єктами, а тому пряма задача

«запам'ятати» починає займати другорядну позицію. Дитина запам'ятовує саме тому, що вона розуміє матеріал і довільно його закарбовує в пам'яті. Підвищується точність впізнавання об'єктів.

Розвиток *уяви* молодших школярів характеризується поступовим переходом від репродуктивних форм до творчої переробки уявлень. Репродуктивна уява розвивається на уроках, коли учні відтворюють в уяві умову задачі, описану картину в оповіданні тощо. Однак у дітей спостерігається схильність до зміни комбінації образів, а це якраз сприяє розвитку творчої уяви. Створення нових образів стає більш логічним і послідовним, дитина намагається, щоб вони були максимально схожими на реальні об'єкти, підкорює роботу своєї уяви конкретному задуму. Водночас діти захоплюються створенням образів фантазій, у яких втілюються їх нереалізовані бажання. Ці фантазії можуть існувати у формі фантастичних історій, казок і навіть брехні. Молодший шкільний вік – це *сензитивний період для розвитку писемної творчості учнів*.

Мислення є центром розвитку в цей період. На початку віку воно переважно конкретно-образне. Тобто, щоб розв'язати задачу або дати відповідь на запитання, учні потребують прив'язки до конкретної ситуації і наочних прикладів. Дитина здатна розв'язувати задачі подумки, уявляючи собі реальну ситуацію і ніби діючи в ній у своїй уяві. Проте в навчанні поступово розвивається словесно-логічне, абстрактне мислення. Найбільш доступною розумовою операцією молодшого школяра є аналіз (роз'єднування цілого на елементи), який спочатку є практично-дійовим і образно-мовним. Аналіз поступово переходить у абстрагування: молодші школярі навчаються виділяти загальні та істотні ознаки об'єктів у їх взаємозалежності, відносити їх до певного класу, виду, типу. Розвиваються мисленнєві операції класифікації, конкретизації. Виробляється спроможність усвідомлювати і розв'язувати пізнавальні і практичні задачі, які у процесі навчання дедалі ускладнюються. Формується вміння узагальнювати та систематизувати свої знання про пізнавані об'єкти.

Про розвиток інтелекту свідчить виникнення *внутрішнього плану дій*. До кінця початкової школи учні навчаються виконувати дії про себе, в розумовому плані. Можуть віднімати, ділити числа подумки, без опори на предмети, чи малюнки. Можуть формулювати подумки відповідь на запитання. Також важливим показником інтелектуального розвитку є розвиток *рефлексії* на себе – здатність усвідомлювати власні якості, важливі для навчальної діяльності, свої можливості, дії, вчинки, свої бажання та думки, і оцінювати їх як позитивні або негативні.

Спостерігаються суттєві зміни в *мовленні* молодшого школяра, який оволодіває граматиною і синтаксисом рідної мови. З віком зростає швидкість письма та читання. Оволодіння процесом читання вимагає складної розумової діяльності. Важливим показником успіхів учнів у оволодінні мовленням є мовчазне читання, яке сприяє розвитку самоконтролю. Поповнюється лексичний запас молодшого школяра, у тому числі за рахунок активізації механічного запам'ятовування. Мовленнєві конструкції стають складнішими, змістовнішими.

У цей період найкраще розвинута мимовільна *увага*, спрямована на все яскраве, нове і цікаве. Довільна увага слабка і нестійка. Проте під впливом навчання увага розвивається в напрямку від мимовільної до довільної. Для розвитку довільної уваги найбільше значення відіграє чітка організація навчальних дій учня з боку учителя та батьків, організація часу і дотримання чіткого режиму праці і відпочинку, організація робочого місця учня. Проте довільна увага молодшого школяра поки що нестійка, оскільки дитина ще не здатна контролювати себе внутрішнім вольовим зусиллям. До того ж переважання збудження в корі головного мозку в цьому віці сприяє схильності учнів відволікатися. Поруч з цим зростає обсяг і стійкість уваги, формується вміння розподіляти увагу між різними видами дій. Вчителю слід пам'ятати, що вага молодших школярів тісно пов'язана зі значущістю для них навчального матеріалу і залежить від доступності навчальних завдань, поставлених перед учнем.

Отже, у молодшому шкільному віці під впливом навчальної діяльності відбуваються суттєві зрушення у розвитку пізнавальних психічних процесів. Найбільш значними новоутвореннями віку вважаються:

- довільність всіх психічних процесів, що виявляється в умінні свідомо ставити цілі дій (запам'ятати, уявити, придумати, слідкувати) і переборювати труднощі заради їх досягнення);
- внутрішній план дій (здатність планувати і виконувати дії про себе, у розумовому плані),
- рефлексія (уміння усвідомлювати і оцінювати власні думки, дії, якості, можливості).

4. Формування особистості молодшого школяра

В розвитку особистості молодшого школяра слід виділити розвиток емоційно-вольової сфери, розвиток здібностей, самооцінки та уявлення про себе, розвиток взаємовідносин з однолітками та дорослими.

Емоційно-вольова сфера. Молодшим школярам характерна надмірна емоційність внаслідок переважання збудження над гальмуванням. Позитивні емоції виникають при отриманні хороших оцінок, сприятливому ставленні учителя, однокласників, задоволенні пізнавальних інтересів. Поява негативних емоцій спричиняється шкільною неуспішністю, невдоволеністю учителя тощо. Для молодших школярів більшою мірою характерним є життєрадісний, настрій, оптимістична налаштованість. Водночас молодші школярі дуже вразливі і реагують на оцінки інших людей, їхнє ставлення.

Вольові процеси розвинуті недостатньо. Недоліки волі:

- діти нездатні подолати спокусу відволіктись і розважитись;
- надмірна імпульсивність поведінки, капризність, упертість;
- ставлення до уроку і діяльності залежить від емоційного стану, від настрою;
- слабка наполегливість – як тільки трапляються труднощі, дитина кидає вправу, не доводить її до кінця;

- сильна навіюваність та сліпе наслідування прикладу – порушують дисципліну, наслідуючи свого непомірно активного товариша.

Поруч із цим у віці 6-10 років діти дуже сприйнятливі до педагогічного впливу, який стимулює подолання труднощів. Для розвитку наполегливості і цілеспрямованості важливо, щоб навчальні завдання були достатньо важкими але разом з тим доступними. Слід систематично збільшувати труднощі і так привчати учнів до вольової напруги. Вимога виконати непосильну вправу навпаки негативно впливає на розвиток вольових якостей, сприяє розвитку невпевненості, нерішучості, боягузтва.

Особистісний розвиток молодших школярів обумовлюється *характером взаємин з однокласниками та дорослими*. У процесі спільної учбової діяльності складаються нові взаємини з ровесниками. На основі спільних інтересів та зовнішніх життєвих обставин вони набувають товаришів. Однак спочатку стосунки між учнями в класі складаються за допомогою учителя. Як правило, симпатія учителя до когось із дітей слугує причиною позитивного ставлення інших однокласників, і навпаки. Молодші школярі визнають авторитет першого учителя. Він уособлює вимоги суспільства, школи. Діти відверто звертаються до учителя з проблемами, переживаннями, який виступає своєрідним загальним моральним арбітром.

В цей період у дитини виникає новий рівень *самосвідомості* – внутрішня позиція по відношенню до себе, до оточуючих та до дійсності. Її поява пов'язана із виділенням у свідомості системи моральних норм, яких дитина намагається дотримуватись. На початку молодшого шкільного віку учням властивий так званий «моральний реалізм» - непохитне однозначне розуміння добра і зла, бездумне виконання вимог дорослого. До 12 років в дітей розвивається так званий «моральний релятивізм» – розуміння того, що оцінка вчинку залежить різних факторів: від ситуації та мотивів людини. В кожному вчинку учні навчаються бачити те, що морально виправдане і те, що можна засудити, у них з'являється усвідомлення, що інколи можна чинити не так, як вважає дорослий.

За Е.Еріксоном в цей період у дитини формується почуття соціальної та психологічної компетентності (або неповноцінності). Почуття компетентності, яке з'являється під впливом успішності в навчанні та інших видах діяльності, веде до розвитку самостійності дитини. Відчуття неповноцінності – до пасивності та негативного ставлення до навчання. Уявлення про себе як про компетентного або неповноцінного учня вбудовується в образ «Я» молодшого школяра, який потім керує його ставленням до себе, до інших, та до навчання. Формування образу «Я» школяра відбувається під впливом оцінок його особистісних якостей вчителем та батьками. Поступово у дітей формується здатність самостійно оцінювати себе. Проте уявлення про свою особистість у них ще часткові, не повні. Часто знання недоліків у дітей обмежене, а свої достоїнства вони навпаки схильні переоцінювати, тому часто нездатні передбачити труднощі.

Самооцінка молодших школярів ситуативна, нестійка, залежить від оцінки вчителя та ставлення до дитини батьків та однолітків. Розвиток більш стійкої та адекватної самооцінки пов'язаний з формуванням *рефлексії*. До рефлексивних процесів відносять: самопізнання (Що умію? Які позитивні та негативні риси маю?), самоаналіз (Чому я так вчинив? Чому я хочу це зробити?), переосмислення уявлень про себе та про інших людей а також переосмислення своїх уявлень про ставлення інших людей до себе. Рефлексія є умовою критичної та адекватної самооцінки своєї особистості (позитивних та негативних рис), ясного розуміння істинних причин своїх успіхів та невдач. У формуванні самооцінки, самокритики та інших проявів самосвідомості учнів важливу роль відіграють стосунки з однокласниками. Взаємодіючи із членами колективу, школяр порівнює себе з іншими дітьми, вчиться об'єктивно оцінювати свої фізичні та розумові можливості.

Під впливом самооцінки та рівня домагань в учнів формується стійка особистісна риса – *мотив досягнення успіху* (або уникнення невдачі). Висока самооцінка та рівень домагань сприяють розвитку мотивації досягнення успіху, в результаті чого учень позитивно ставиться до навчання і активно

бореться з труднощами. Низька самооцінка у поєднанні із завищеним або заниженим рівнем домагань приводить до закріплення мотивації уникнення невдачі, яка проявляється у пасивності, страху зробити помилку і бути осудженим, у небажанні проявляти себе, у байдужості до своїх успіхів, яка згодом переростає у стійке негативне ставлення до учіння.

Запитання для самоперевірки

1. Що таке психологічна готовність дитини до школи? Які її складові?
2. Як змінюється соціальна ситуація розвитку дитини з вступом до школи? Які нові вимоги до неї ставлять? Які нові стосунки з'являються з оточуючими?
3. Як нова ситуація розвитку впливає на психічний стан дитини?
4. В чому полягає суть кризи 7 років? Чому дитина втрачає безпосередність?
5. Яка діяльність стає провідною в молодшому шкільному віці? В чому її особливість?
6. Які мотиви спонукають молодших школярів до навчання? Чому пізнавальний інтерес учнів знижується до 3 класу?
7. Які новоутворення з'являються в психіці під впливом навчальної діяльності?
8. Як можна в цілому описати зміни, які відбуваються у пізнавальній сфері молодших школярів?
9. Які особливості сприймання молодших школярів? Пам'яті? Уяви? Мислення? Уваги?
10. Як розвивається емоційно-вольова сфера молодшого школяра?
11. Як розвивається самосвідомість молодшого школяра?
12. Як на розвиток особистості учня впливають його стосунки з однолітками та дорослими?
13. Як розвивається самооцінка молодшого школяра? Яку роль у розвитку самооцінки відіграє рефлексія?
14. Під впливом яких чинників в учнів розвивається мотивація досягнення успіху або уникнення невдачі?

Тематика рефератів і аналітичних оглядів

1. Розумова готовність дитини до школи.
2. Соціально-психологічна готовність дитини до навчання у школі.
3. Особливості навчальної діяльності молодших школярів.
4. Міжособистісні стосунки молодших школярів у класі.
5. Особливості взаємин молодших школярів з дорослими.

Практичні завдання до теми

I. Завдання, націлені на розвиток логічних умінь**

1. В якому випадку йдеться про особистісну готовність дитини до школи, а в яких про інтелектуальну?
 - 1) Дитина уміє скласти розповідь по картинці.
 - 2) Дитина розпитує про школу, запитує, коли вона піде в школу, охоче грає в школу.
 - 3) Дитина може назвати свою адресу і телефон.
 - 4) Дитина уміє налагоджувати стосунки з однолітками: може відстоювати свої інтереси, не давати себе ображати, і водночас не нападає на них.
 - 5) Дитина може долати хоча б невеличкі труднощі, може стримувати свої бажання і негативні емоції.
 - 6) Дитина проявляє інтерес до різних сфер життя, цікавиться різними діяльностями: малює, любить грати в різноманітні ігри з правилами.
 - 7) Дитина здатна уважно слухати і виконувати вказівки дорослого в потрібній послідовності.
 - 8) Дитина позитивно радісно розповідає, що знає букви, вміє малювати, стрибати і робити «колесо».
2. Доповніть таблицю:

«Особливості розвитку пізнавальної сфери молодшого школяра»

<i>Пізнавальний психічний процес</i>	<i>Зона актуального розвитку (те, що дитина може без</i>	<i>Зона найближчого розвитку (те, що дитина може за умови допомоги дорослого)</i>
--	--	---

	<i>допомоги дорослого)</i>	
Сприймання	Мимовільне сприймання зорових образів, без розуміння того, що є суттєвим, а що ні	
Пам'ять		Довільне запам'ятовування, смислове запам'ятовування, словесно-логічне запам'ятовування
Мислення	Наочно-дійове та наочно образне, конкретне – щоб відповісти на запитання необхідна опора на конкретну ситуацію або приклад	
Уява		Довільна, відтворююча і творча
Увага	Мимовільна, слабка концентрація і стійкість, відволікання, незначний об'єм	

3. Дайте психолого-педагогічні рекомендації, використовуючи теоретичні знання з теми:

- 1) У першому класі є діти, які перед школою мало спілкувалися з ровесниками, вдома звикли до того, що батьки їх пестять, поспішають задовольняти всі їхні бажання, примхи?

Які можна дати конкретні рекомендації батькам цих дітей щодо зміни виховного впливу.

- 2) Молодий вчитель, що працює у Новій українській школі вагається, яка форма роботи з учнями другого класу буде більш ефективною: коли вони працюють індивідуально чи у парі, в режимі співпраці чи суперництва. *Знайдіть аргументи, які допоможуть вчителю зробити правильний вибір.*

- 3) Першокласник в розмові з вчителем заявляє: «Я не хочу жити».

Які можуть бути причини таких думок дитини і як має відреагувати вчитель?

- 4) Дві матері спілкуються між собою. Одна з них з тривожністю говорить: «Я чула, що до 6 років у дитини з'являється інтерес до навчання. Деякі діти вже у 5 років читають. Я все чекаю, а у мого Васі ні інтересу, ні бажання навчатися не з'являється, хоча йому скоро йти до школи».

Який фактор, що впливає на психічний розвиток дитини не був врахований матір'ю? Чому?

II. Психологічні задачі*.**

1. «Я спокійна за свою Юлю. Вона вміє читати, писати. Лічити вона навчилася до ста. Що є їй ще треба?»

Чи розділяєте ви впевненість Лідії Олексіївни в тому, що її донька повністю підготовлена до школи? Дайте обґрунтовану відповідь.

2. Учні двох других класів пропонувалося уявити ряд ситуацій, для розв'язання яких їм потрібно було звернутися по допомогу до когось із чотирьох осіб: батька, матері, вчителя, товариша. У першій серії досліджень вони виконували це завдання в присутності вчителя, у другій – без нього. З'ясувалося, що в одному класі число звертань по допомогу до

своїї вчительки становило 40%, а у другому – тільки 4%. У другій серії результати збільшилися відповідно на 20% і 8%.

Як можна пояснити результати цього експерименту? Яке явище проявилось таким чином?

3. Батьки мають двох дітей молодшого шкільного віку – учнів першого і третього класу. На початку навчального року вони помітили, що старша дитина, заучуючи вірш, запам'ятовувала його гірше, ніж менша. Остання, тільки слухаючи, через деякий час його відтворювала, інколи навіть не розуміючи значень окремих слів.

Як пояснити це явище? Чим відрізняється процес запам'ятовування у старшої і молодшої дитини?

4. Батько задав шестирічному Юркові таку задачу: «Миколка старший за Сергійка, а Сергійко старший за Василька. Хто із хлопчиків самий молодший?» Юра декілька разів повторив задачу і ніяк не міг її розв'язати. Тоді він взяв три сірники, відламав від двох з них різні за величиною частини і за допомогою цих сірників правильно і швидко розв'язав задачу.

Чому для розв'язання цієї задачі Юркові знадобилися сірники? Про які особливості розумових дій дитини цей приклад?

5. Батьки розповідали про свого сина: «Наш Павло швидко і рано навчився говорити. Ми це заохочували. Він не ходив до дитячого садка. Зараз йому 6 років. У нього добре розвинена мовлення. Правда, він не малює, не ліпить, як всі діти в дитячому садку, та він і цього не прагне. І ми це не заохочували. Вважаємо, що він буде добре вчитися, адже він так по-дорослому розмірковує!»

Дайте оцінку сімейному вихованню Павла. Чи можна передбачити результати навчання Павла?

6. Сформулюйте рекомендації вчителю, враховуючи вікові особливості молодших школярів, закінчивши речення.

1. На уроках у початковій школі потрібно часто змінювати завдання та вправи, тому що ...
2. Одним з провідних принципів навчання молодших школярів є принцип наочності, що пояснюється ...
3. Запам'ятовування у молодших школярів переважає механічне, тому вчителю слід ...
4. У початковій школі авторитет має вчитель, це можна використовувати для ...

Тестові завдання для самоконтролю

1. Про інтелектуальну готовність дитини до школи свідчить:
 - А бажання дитини грати в школу
 - Б уміння встановлювати і підтримувати контакти з іншими людьми
 - В уміння порівнювати, знаходити схоже і відмінне в об'єктах
2. Про особистісну готовність дитини до школи свідчить:
 - А бажання дитини піти до школи
 - Б організованість і самостійність дитини
 - В знання всіх букв та цифр
3. Криза 7 років пов'язана із:
 - А необхідністю адаптуватися до нових вимог шкільного життя
 - Б стрімким розвитком інтелектуальних здібностей
 - В відкриттям дитиною власного внутрішнього світу
4. Визначте, яке з наступних тверджень є правдивим:
 - А шкільні вимоги спричиняють підвищення психічної напруги дитини

- Б шкільні вимоги сприяють позитивному емоційному настрою дитини
- В шкільні вимоги не впливають на психічний стан дитини

5. Провідна діяльність молодшого школяра це:

- А гра
- Б спілкування
- В навчальна діяльність

6. Найбільш дієві мотиви, які забезпечують активне і свідоме оволодіння знаннями в молодшому шкільному віці:

- А почуття обов'язку, відповідальності перед учителем і батьками
- Б прагнення отримати схвалення (позитивну оцінку) і уникнути покарання
- В бажання дізнаватись про щось нове, бажання зрозуміти причини явищ

7. Визначте, що означає «навчити молодшого школяра вчитися»:

- А навчити дитину читати, писати, рахувати
- Б навчити дитину бути відповідальною і самостійною
- В навчити дитину ставити перед собою учбову задачу і виконувати учбові дії

8. Визначте правильну причину непосидючості й рухливості першокласників:

- А сила процесу збудження в їх мозку переважає над силою гальмування
- Б сила процесу гальмування переважає над силою збудження
- В процеси збудження і гальмування досягають однакової сили

9. Визначте причину кращого сприймання молодшими школярами показу (наочності), порівняно із поясненнями:

А сила процесу збудження в їх мозку переважає над силою гальмування

А сприймання зорових образів розвинуте краще ніж сприймання словесної інформації

Б сприймання молодших школярів некритичне і поверхове

10. Виберіть правдиве твердження стосовно розвитку пам'яті молодшого школяра:

А смислова пам'ять розвинута краще, ніж механічна

Б механічна пам'ять розвинута краще, ніж смислова

В словесно-логічна пам'ять розвинута краще ніж смислова

11. До кінця молодшого шкільного віку формується:

А механічна пам'ять

Б образна пам'ять

В словесно-логічна пам'ять

12. Виберіть правдиве твердження стосовно розвитку мислення молодшого школяра:

А наочно-дійове мислення розвинуте краще ніж наочно-образне

Б наочно-образне мислення розвинуте краще ніж словесно-логічне

В словесно-логічне мислення розвинуте краще ніж наочно-дійове

13. Про виникнення внутрішнього плану дій свідчить здатність дитини:

А подумки сформулювати відповідь на запитання

Б добре розв'язувати математичні задачі

В не відволікатися під час уроку

14.Ефективні засоби розвитку мислення молодших школярів:

- А використання яскравої, цікавої наочності
- Б аналіз помилок у процесі виконання завдань
- В проведення ігрових моментів на уважність

15.Учні молодших класів приваблює все яскраве, нове, незвичне, цікаве.

Це означає, що у них переважає:

- А довільна увага
- Б мимовільна увага
- В післядовільна увага

16.Стимулом для розвитку довільної уваги молодших школярів є:

- А чітко сформульоване вчителем завдання
- Б використання вчителем наочності
- В наказ учителя: «Будьте уважними!»

17.Уявлення молодшого школяра про свою особистість:

- А повне
- Б часткове, через незнання своїх достоїнств
- В часткове, через обмежене знання своїх недоліків

18.Більшість молодших школярів мають:

- А стійку адекватну самооцінку
- Б стійку завищену самооцінку
- В стійку занижену самооцінку
- Г нестійку самооцінку в бік завищення або заниження

19.Розвитку стійкої і адекватної самооцінки сприяє:

- А розвиток довільної уваги
- Б розвиток словесно-логічної пам'яті

В розвиток рефлексії

Г розвиток внутрішнього плану дії

20. До рефлексивних процесів відносять:

А самопізнання, самоаналіз, переосмислення уявлень про себе та про інших

Б умовні та безумовні рефлексії

В внутрішній план дії, довільність психічних процесів

Основні поняття і ключові слова: психологічна готовність до школи, навчальна діяльність, учіння, навчальні дії, пізнавальна активність, довільність психічних процесів, довільність поведінки, самоконтроль, самоорганізація, внутрішній план дії, самостійність, мотивація, рефлексія.

Тема 4. ПСИХОЛОГІЯ ПІДЛІТКА

Мета вивчення теми: Охарактеризувати соціальну ситуацію та особливості розвитку підлітка, його стосунки з ровесниками та дорослими; засвоїти, яким чином відбувається розвиток пізнавальних процесів та формування особистості у підлітковому віці.

Стислий зміст теми

План

1. Загальна характеристика ситуації та особливостей розвитку підлітка.
2. Стосунки підлітків з однолітками та дорослими.
3. Розвиток пізнавальних процесів підлітків.
4. Формування особистості підлітка.

1. Загальна характеристика ситуації та особливостей розвитку підлітка

Підлітковий вік (*від 10-11 до 14-15 років*) є одним із найважливіших етапів життя людини. Це вік, коли зароджуються починання всього подальшого становлення особистості. Він характеризується нестабільністю, надзвичайною емоційністю і визначається у психологічній літературі як «критичний вік», «критичний період», «перехідний вік».

Підлітковий вік – це *перехідний вік від дитинства до дорослості*. Це вік протиріч. Фізично підліток – уже не дитина, але психологічно і соціально – ще не дорослий. З одного боку в розвитку підлітка спостерігаються численні досягнення – інтенсивне нарощування знань, умінь, становлення моральних переконань, відкриття власного «Я», віднаходження свого місця в суспільстві. А з іншого боку підліток зазнає чисельних втрат. Зникає дитяче світобачення, безпроблемне життя, натомість з'являються сумніви у собі, критичне ставлення до оточуючих. Позбувшись дитячого статусу, підліток ще не набуває рис, які б дозволили йому відноситися до категорії дорослих.

Головним протиріччям підліткового віку вважають протиріччя між двома тенденціями в розвитку підлітка. З одного боку, підлітковий вік – це вік соціалізації. Щоб досягти статусу дорослої людини підлітку необхідно засвоювати культуру суспільства, підкоритись його нормам і правилам, стати одним з його членів. А з іншого боку, це вік індивідуалізації – вік відкриття та утвердження власного «Я», його унікальності та неповторності. І, щоб утвердити власну індивідуальність, підліток чинить опір, бунтує проти норм і правил суспільства, які обмежують свободу його «Я».

Початок підліткового віку пов'язаний із початком статевого дозрівання, яке спонукає анатомо-фізіологічну перебудову всього організму дитини. Спостерігається прискорення росту тіла, пропорції тіла наближаються до пропорцій дорослого, збільшується мускульна сила. Водночас нерівномірність розвитку різних органів тіла (особливо серця і судин) спричиняє швидку втомлюваність. Гормональні зрушення спричиняють переважання збудження в корі головного мозку, що приводить до емоційної нестабільності, швидких змін настою. Окрім того, з'являється інтерес до осіб протилежної статі, який супроводжується появою нових відчуттів і переживань.

В наслідок усвідомлення власних фізичних змін, пов'язаних із статевим дозріванням, у підлітка з'являється суб'єктивне **відчуття власної дорослості**. Дитячі мрії та ідеали втрачають для підлітка свою значущість, натомість з'являється почуття самотності і прагнення швидше увійти у світ дорослих людей. Дитина вимагає визнання своєї дорослості батьками, прагне розширити свої права і обмежити права дорослих по відношенню до себе. Підлітки активно наслідують зовнішні прояви дорослості – зовнішній вигляд дорослих (макіяж, одяг), манери поведінки, звички і розваги дорослих (нецезурна лексика, шкідливі звички тощо). Дорослі не схвалюють наслідування цих зовнішніх ознак дорослості, і натомість вимагають від підлітків дорослості внутрішньої: відповідальності, незалежності та самостійності у вчинках. Але підлітки виявляються психологічно неготовими

брати на себе відповідальність. Це основа конфлікту між підлітками і дорослими.

Конфлікт між підлітками та дорослими в купі з бурхливим процесом дозрівання спричиняють **кризу 13 років**. Основні ознаки цієї кризи: бажання звільнитися від опіки дорослих, тяжіння до неформальних груп та компаній, протест проти авторитетів (батьків, вчителів, тренерів), існуючих порядків та норм, уникнення розв'язання проблем, прагнення привернути увагу дорослих до себе. Якщо батьки враховують зростаючі можливості підлітка, ставляться до нього з довірою та повагою, допомагають долати труднощі в навчанні та спілкуванні з однолітками, зберігають контакт з ним, то цим вони створюють сприятливі умови для розвитку підлітка і зменшують негативні прояви кризи.

Загальною тенденцією у стосунках підлітка з дорослими є відчуження. В сімейних стосунках він демонструє негативізм (протистояння). Вчителі для нього вже не є таким авторитетом як раніше. Внаслідок конфліктів з батьками і вчителями підлітки вважають, що дорослі їх не розуміють. Тому шукають підтримки і розуміння у однолітків, бо ті мають такі самі проблеми. Спілкування з однолітками стає провідним видом діяльності в цьому віці. Це **інтимно-особистісне спілкування** – спілкування на особистісні теми, в ході якого підлітки відкривають один одному свій внутрішній світ, здобувають розуміння своїх проблем, отримують емоційну підтримку. Водночас це спілкування, в ході якого підлітки можуть показати себе, завоювати престиж та визнання рівних і, таким чином, відчувати себе по-справжньому дорослими.

Основними потребами підлітка стають: потреба у самовираженні, потреба щось уміти, потреба щось значити для інших, потреба у рівноправному спілкуванні з дорослими, потреба подобатись протилежній статі. Якщо підліток може задовольнити ці потреби в межах шкільного навчання, то його ставлення до школи в цілому залишається позитивним, а якщо ні – то він шукає можливості задовольнити ці потреби поза школою, у дворових кампаніях та асоціальних угрупованнях.

Мотив спілкування з однолітками стає провідним мотивом позитивного ставлення до школи. Саме ж по собі навчання, порівняно зі спілкуванням, стає для підлітків менш значущим.

Основними новоутвореннями віку підлітка є: почуття дорослості, потреба в самореалізації та соціальному визнанні, прагнення до самоствердження, моральний характер самосвідомості, уміння підпорядковуватись нормам колективного життя.

2. Стосунки підлітків з однолітками та дорослими

Взаємини підлітка з іншими людьми розгортаються на основі прагнення до самостійності та бажання самоствердитися у очах навколишніх. Взаємини з дорослими за своїм змістом і характером відрізняються від особливостей стосунків підлітка з однолітками.

В цілому у взаєминах із дорослими підліток усіляко намагається відвоювати самостійність і автономність. Це виявляється у небажанні виконувати доручення дорослих, витримувати їхній контроль, надмірне піклування. Навіть натяки на обмеження самостійності підлітка сприймаються ним як приниження його достоїнства. Вибудована у молодшому шкільному віці модель взаємин дитини з дорослим, де дорослий займав домінуючу позицію, підлітка не влаштовує і викликає у нього опір. Тепер він намагається встановити рівноправні взаємини з дорослими, і його протест – це лише реакція на небажання дорослих прийняти його позицію.

У спілкуванні з учителями виникає прагнення до особистісного спілкування з учителем. Інтерес підлітка звернений до тих учителів, які можуть їх зрозуміти і підтримати. І навпаки, вчителі, які не володіють педагогічним тактом, схильні до тиску і критики, не мають для підлітка авторитету. Поступово підлітків усе більше починають хвилювати професійні якості педагога, однак пріоритет надається особистісним. Більш за все цінується така риса, як справедливість.

Основним змістом *спілкування підлітків з батьками* стають питання соціальних проблем. Основний вільний час підлітки проводять за межами родини, в колі товаришів. Часто батьки такі взаємини вважають сумнівними і намагаються ізолювати сина чи доньку від такої “дружби”, що викликає у підлітків протест і небажання підкорятися вимогам батьків. Це сприймається підлітками як небажання батьків визнавати їх дорослість. Якщо батьки не змінюють відношення до підлітка, то підліток сам ініціює перехід до нового типу взаємин, відвойовуючи у дорослих рівноправні з ними взаємини. Конфлікт між батьками і підлітком буде продовжуватися до того моменту, доки батьки не змінять свого відношення до підлітка на дружнє і рівноправне.

Стосовно *стосунків підлітка з однолітками*, то для нього дуже важливо мати референтну групу, цінності якої він приймає, на чий норми поведінки й оцінку орієнтується. Вона створює почуття “Ми”, яке закріплює внутрішні позиції підлітка, дає почуття захищеності. Якщо у взаєминах із дорослими підліток знаходиться у залежному становищі, то взаємини з однолітками базуються на рівноправних стосунках.

У взаєминах із ровесниками виявляється бажання підлітка бути потрібним, приносити користь. Підлітки цінують дружбу і дорожать нею, для них важливо знайти справжнього друга, якому можна довірити таємниці, який не зрадить. Водночас для підлітка зростає цінність колективу, в якому він прагне зайняти певне місце, завоювати авторитет, стати популярним. Заради самоствердження в колективі і визнання товаришів, підлітки готові навіть на антисоціальні вчинки (порушення правил, закону, вживання алкоголю та наркотиків). Втратити авторитет однолітків – найбільша трагедія. Саме тому підлітки так важко переносять критику і зауваження вчителів в присутності товаришів. Для них це приниження їх гідності. На цій основі найчастіше виникають конфлікти з вчителями, з'являються «важкі підлітки». Тому в спілкуванні вчителів з підлітками дуже важлива тактовність.

Поведінку і стосунки підлітка з ровесниками регламентує так званий **кодекс товарищкості** – система неписаних правил, яким підкорюються в групі. Основні правила кодексу: взаємна підтримка (не зрадь), захист товариша за його відсутності (кругова порука), довіра товаришеві, прийняття успіху товариша (не заздри), повага внутрішнього світу товариша (не лізь в душу).

Спілкування має велике значення для розвитку підлітка. В групі однолітків підліток засвоює норми відносин між людьми, вчиться підкорюватись правилам і законам колективу. В стосунках з ровесниками і дорослими розвивається особистість підлітка: змінюється самооцінка, з'являється особистісний сенс життя, готовність прийняти норми дорослого життя.

3. Розвиток пізнавальних процесів підлітків

У середніх класах учні починають засвоювати основи наук – гуманітарних, точних, природничих. Це вимагає від підлітка достатнього рівня **інтелектуального розвитку**, в тому числі наявності теоретичного, формального, рефлексивного мислення.

Особливістю *мислення* підлітків, порівняно із молодшими школярами, є схильність до міркувань. Вони ставлять вчителям багато запитань, постійно роздумують над різними проблемами, як то, вибір друга, вибір довіри чи недовіри. За показовою впертістю підлітків часто приховується їхнє бажання встановити істину і віднайти докази. За категоричністю суджень приховується невпевненість у них і прагнення знайти суть. З часом у підлітків формуються такі якості мислення, як послідовність, гнучкість, точність, самостійність, критичність.

Починаючи з 5-6 класу, мислення стає менш предметним і наочним, натомість відбувається перехід до абстрактного і формального мислення. В першу чергу це відбувається завдяки тому, що підлітки оволодівають процесом утворення понять і починають мислити поняттями, а не

конкретними образами. В процесі засвоєння теоретичних знань різних шкільних предметів підлітки вчаться встановлювати смислові зв'язки між об'єктами і явищами дійсності, що приводить до розвитку у них теоретичного мислення. Підлітку все менше і менше потрібна опора на якусь конкретну ситуацію, щоб розмірковувати і віднаходити відповіді на запитання. Це приводить до вироблення формального мислення, яке не залежить від реальності, яка сприймається. Для нього стають доступними міркування про потенційно можливе і неочевидне.

Особливістю мисленнєвої діяльності підлітка є розвиток рефлексії на власні розумові дії та операції. Він усвідомлює власний хід думок, логіку віднаходження відповідей і переживає у зв'язку із цим різні інтелектуальні почуття. Виникає рефлексія з приводу власних думок, що дає можливість розрізняти протиріччя між словом і вчинком (І.С.Булах).

Мислення у підлітковому віці впливає на розвиток всіх інших пізнавальних процесів, які дедалі набувають все більшої інтелектуалізації.

Розвиток відчуттів і сприймання у підлітковому віці відбувається у їхній єдності і взаємообумовленості. Удосконалення чутливості аналізаторів обумовлює повноту і точність сприймання. Сенсорні і перцептивні дії стають цілеспрямованими. Відбувається подальше удосконалення зорової, слухової чутливості, пізнання просторових відношень у природі. Підлітки в сприйманні об'єктів і явищ вдаються до складнішого їх аналізу і синтезу. Сприймання стає планомірним, послідовним, активним, контрольованим процесом, який дуже тісно пов'язаний з мисленням, тому що воно пронизується розумовими операціями зіставлення, порівняння, узагальнення, класифікації.

Складний навчальний матеріал у середніх класах вимагає продуктивності мнемічної діяльності. Прогресивних змін зазнають усі процеси *пам'яті* – запам'ятовування, збереження, забування, відтворення. Запам'ятовування матеріалу відбувається цілеспрямовано, свідомо. Починає дедалі більше практикуватися логічне запам'ятовування. Посилюється роль

довільного. Окрім багаторазового повторення, практикуються такі прийоми запам'ятовування, як складання плану, поділ тексту на частини, що пояснюється бажанням підлітка спочатку зрозуміти суть матеріалу. Знижується здатність до механічного запам'ятовування й відтворення. Дослівне відтворення замінюється вільним. Більш доступним стає запам'ятовування і збереження абстрактного матеріалу. Суттєво зростає роль словесно-логічної пам'яті. Розвиток пам'яті відбувається з опорою на опосередкованість, на привласнені знакові системи, передусім мову.

Уява підлітка стає повністю підвладною його довільному керуванню. Підліток свідомо створює художні і технічні образи, відтворює описи історичних подій тощо. В той же час підліток довільно скеровує уяву на перетворення свого внутрішнього світу. Годинами він може мріяти, малюючи в уяві образи свого майбутнього. Це спонукає підлітка активізуватися для втілення своїх мрій. В своїй уяві підліток ідентифікує себе зі значущими для себе образами реальних людей, персонажів кінофільмів, героїв книг. Так підліток виробляє в собі бажані риси, які допомагають вирішувати проблеми, що виникають у спілкуванні чи взаємовідносинах з оточуючими.

Найбільшими досягненнями в розвитку *уваги* є формування вищих довільних її форм: вироблення вміння свідомо скеровувати увагу на певні об'єкти, тривалий час на них зосереджуватися, переборювати відволікання, переключати увагу на нові завдання й розподіляти її. Спостерігається зростання рівня концентрації уваги, її стійкості, обсягу. Поряд із мимовільною, розвивається довільна увага, що виявляється у здатності підлітків концентруватися на нецікавих, але необхідних об'єктах. Окрім того, показовим є набуття особливості уваги зосереджуватися не тільки на конкретних предметах, але й на абстрактних об'єктах. Підлітки дуже добре можуть розподіляти увагу, легко її переключати, контролювати і регулювати. У цьому віці виявляється уважне ставлення до інших людей та до себе.

Слід зазначити, що період статевого дозрівання та перебудови організму підлітка негативно позначається на інтелектуальних здібностях підлітка. В цей період швидка втомлюваність приводить до низької продуктивності пам'яті і мислення, а надмірне збудження в корі головного мозку спричиняє порушення стійкості і концентрації уваги. Ці прояви тимчасові, але вони можуть підірвати віру підлітка у свої сили.

4. Формування особистості підлітка

Особливості емоційно-вольової сфери підлітків. Підлітковий вік характеризується підвищеною емоційною збудливістю, імпульсивністю, нездатністю контролювати емоції, переважанням збудження над гальмуванням, швидкою зміною настрою, схильністю до афектів – пристрасного, різкого та бурхливого вираження своїх почуттів. Підлітки відчують найменшу несправедливість до себе, здатні вибухнути, виражати обурення, сперечатися з вчителем. Особливо часто така реакція виникає у стані втоми. Емоції набувають стійкості. Підліток, як правило, не забуває образ, і вчителю слід докладати багато зусиль щоб відновити втрачений авторитет.

Підлітковий вік – сприятливий для розвитку *волі*, особливо таких вольових якостей як сміливість, рішучість, ініціативність. Підлітки високо цінують вольові якості в людях, прагнуть наслідувати їх. Водночас у них ще слабо розвинена наполегливість і цілеспрямованість, вони потребують контролю у виконанні діяльності. Поступово підлітки досягають значної вольової саморегуляції, яка стає основою для дотримання моральних норм та здійснення самовиховання.

Типовими рисами особистості підлітків вважають такі риси: егоцентризм (зосередженість виключно на собі, очікування від інших по відношенню до себе виключно схвалення, завищена самооцінка, гостра реакція на критику), почуття винятковості (я не такий як усі, мене ніхто не розуміє), прагнення до самотності, потреба у самоствердженні (доведенні

своєї дорослості іншим), невпевненість в собі, вразливість, мрійливість, конформізм (підкорення тиску групи, прагнення бути як усі заради того, що бути прийнятим групою), критичність по відношенню до оточуючих.

В підлітковому віці різко зростає інтерес до власного «Я», прагнення пізнати себе, свої можливості, сили, здібності. Пізнання себе, самоусвідомлення підлітка починається з самооцінки. Якщо молодший школяр в оцінці своєї діяльності довіряє вчителю, то підліток прагне мати свою оцінку, свою думку. Проте *самооцінка* підлітка все ще недостатньо стійка. В залежності від ситуації успіху або неуспіху вона може ставати то заниженою, то завищеною. У випадку серії успіхів підлітки легко можуть стати занадто самовпевненими (неадекватна завищена самооцінка), а у випадку серії невдач – занадто невпевненими в своїх силах (неадекватна занижена самооцінка). На межі молодшого і середнього шкільних віків відбувається *криза самооцінки*. У дітей зростає незадоволеність собою. Д.І. Фельдштейн виділяє такі етапи розвитку самооцінки підлітка:

- 1 стадія (10-11 років) – підлітки підкреслюють свої недоліки, переважає критичне ставлення до себе, переживання через вади зовнішності та неуспіхи. Невпевненість в собі часто маскують під напускною розв'язністю, грубістю.
- 2 стадія (12-13 років) – актуалізується потреба у самоповазі, підліток ставиться до себе як до особистості в цілому позитивно.
- 3 стадія (14-15 років) – виникає «оперативна самооцінка» - самооцінка, яка визначає ставлення підлітка до себе в теперішньому часі і залежить від співставлення підлітком своєї поведінки із моральними нормами, які він визнає.

Самооцінка підлітка формується в процесі спілкування з іншими людьми на основі *особистісної рефлексії*. Підліток постійно порівнює себе з іншими і пізнає себе на основі цього порівняння. Підліток уважно придивляється до своїх однолітків і дорослих, прислухається, як інші оцінюють ті чи інші вчинки та якості людей, а потім ніби «прикладає» цю оцінку до себе.

Пізнаючи самого себе, підліток усвідомлює власні позитивні і негативні сторони.

У підлітка розвивається власна *ієрархія цінностей*, яка починає впливати на прийняття його рішень, на поведінку. Важливу роль у підлітковому віці відіграють ідеали, які узагальнено відображають уподобання підлітків, їх уявлення про моральне і аморальне. Формуються моральні почуття, завдяки яким прийняті підлітком норми стають переконаннями і керівництвом до активних дій.

Важливою стороною самосвідомості підлітка виступає *потреба у самоствердженні* і реалізація цієї потреби. Самоствердження реалізується у взаєминах із ровесниками. Підліток намагається зайняти своє місце в колективі, завоювати певний соціальний статус, самоствердитися в очах навколишніх і у своїх власних очах. Усе це спонукає підлітка до роботи над собою, до саморозвитку.

У процесі пошуків власного «Я», у віднаходженні цінностей, ідеалів, у самоствердженні і саморозвитку у підлітків на рівні самоусвідомлення формується система внутрішньо узгоджених уявлень про себе, установка стосовно власної особистості – «*Я – концепція*». У підлітковому віці вона є досить динамічною і змінюється в процесі розвитку зростаючої особистості. Наприкінці підліткового віку в основному формуються усі три компоненти «Я-концепції»: когнітивний, емоційно-оцінний, поведінковий. Підліток визначається із сприйманням і ставленням до власної зовнішності, індивідуально-типологічних, особистісних характеристик, особливостей поведінки тощо. Це стає основою почуття самоцінності особистості підлітка, яке відіграє не останню роль у віднаходженні ним власного місця у суспільстві.

Рушійною силою особистісного розвитку підлітка є суперечність між внутрішньою незрілістю підлітка і прагненням бути дорослим. Щоб подолати цю суперечність підліток докладає максимум зусиль. В результаті його стосунки з дорослими набувають нового змісту: поступово *почуття власної*

дорослості підлітка визнається і стає стрижнем його особистості, її структурним центром. Воно сприяє виникненню нової життєвої позиції підлітка по відношенню до людей і світу. Дитяче світосприймання поступово стає дорослим. Підліток намагається переосмислити свої домагання на визнання, бажає визначитися в соціальному просторі – осмислити свої права й обов'язки, переосмислити для себе ретроспективу власного життєвого досвіду, проаналізувати значущість реального, заглянути в особисте майбутнє. У взаєминах зі старшими підліток претендує на рівноправність і може йти на конфлікти, відстоюючи свою дорослість. З'являються власні погляди, смаки, власна лінія поведінки.

В цілому розвиток «Я» підлітка можна охарактеризувати як рух до самостійності і прийняття на себе відповідальності. Рух від прагнення задовольняти бажання розважитись і отримати задоволення негайно до постановки перед собою віддалених цілей, які потребують докладання зусиль. Рух до нових значущих цінностей, до зростання емоційної стійкості та довіри до групи однолітків.

Запитання для самоперевірки

1. Чому підлітковий вік називають перехідним, критичним, зламним?
2. Яке основне протиріччя підліткового віку?
3. З чим пов'язаний початок підліткового віку?
4. Що таке почуття дорослості? З чим пов'язане його виникнення у підлітка? Як воно впливає на стосунки з дорослими?
5. Якими проявами супроводжується криза підліткового віку?
6. Який провідний вид діяльності у підлітковому віці?
7. Які основні потреби підліткового віку?
8. Як змінюється ставлення до навчання в підлітковому віці?
9. Які особливості спілкування підлітків з дорослими – батьками і вчителями?
10. Яке місце займає референтна група в житті підлітка? Які особливості спілкування підлітка з ровесниками?

11. Які зміни відбуваються у розвитку мислення і мовлення підлітка?
12. Як відбувається розвиток відчуттів і сприймання підлітка? Пам'яті? Уяви?
13. В чому полягає негативний вплив статевого дозрівання на психічні процеси підлітка?
14. Чим зумовлюється емоційна нестабільність і недостатня наполегливість підлітка?
15. Які особливості формування самооцінки у підлітків?
16. Що стає основою формування “Я-концепції” підлітків?
17. Що таке потреба у самоствердженні? В чому її значення для розвитку підлітка?
18. Що є рушійною силою розвитку особистості підлітка?

Тематика рефератів і аналітичних оглядів

1. Анатомо-фізіологічна перебудова організму підлітка та її вплив на психічні особливості й поведінку підлітка.
2. Порівняльна психологічна характеристика молодшого і старшого підлітка.
3. Сімейне виховання підлітка.
4. «Важкі» підлітки: причини відхилень у поведінці та шляхи їх корекції.
5. Педагогічний вплив учителя на підлітків.
6. Врахування індивідуально-типологічних особливостей підлітків у педагогічній практиці.

Практичні завдання до теми

I. Завдання, націлені на розвиток логічних умінь**

В таблиці подані в хаотичному порядку характеристики розвитку особистості молодшого школяра і підлітка. Виділіть окремо характеристики, які стосуються молодшого школяра, і характеристики, які стосуються підлітка. Допишіть ті характеристики, яких не вистачає:

«Особливості структури особистості молодшого школяра і підлітка»

Особливості біологічної	Збудження переважає, гальмування
-------------------------	----------------------------------

<i>підструктури:</i> • Нервова діяльність	розвинуто слабо Процеси гальмування достатньо розвинені, але збудження переважає через вплив гормонів
<i>Підструктура форм відображення:</i> А Пізнавальні процеси • Сприймання • Пам'ять • Мислення • Уява • Увага Б Емоційно-вольові процеси • Воля • Емоції	<i>Сприймання:</i> мимовільне, довільне, некритичне, цілеспрямоване, осмислене, зорові образи, словесні пояснення... <i>Пам'ять:</i> мимовільна, довільна, образна, словесна, механічна, смислова. <i>Мислення:</i> наочно-дійове, наочно-образне, словесно-логічне, абстрактне, теоретичне, формальне. <i>Увага:</i> мимовільна, довільна, післядовільна, слабка концентрація, слабка стійкість.... <i>Емоції:</i> позитивний настій переважає, стрімкі зміни настрою, схильність до афектів..... <i>Воля:</i> слабкий самоконтроль, слабка наполегливість, слабка цілеспрямованість, імпульсивність, рішучість, сміливість.
<i>Підструктура досвіду:</i> • Знання, уміння і навички (ЗУН)	Найбільше значення мають ЗУН, пов'язані і з навчанням. Найбільше значення мають ЗУН, пов'язані із спілкуванням
<i>Підструктура спрямованості:</i> • Мотивація • Самооцінка	<i>Мотиви:</i> отримання схвалення, оцінки, уникнення покарання, пізнавальний інтерес, досягнення успіху, уникнення невдачі, самоствердження, спілкування. <i>Самооцінка:</i> залежить від ситуації успіху або неуспіху, нестійка, неадекватна....

--	--

Знайдіть, що є спільного між молодшими школярами і підлітками, а в чому є суттєві відмінності.

II. Психологічні задачі***

- 1) Встановлено, що підліткам притаманний «афект неадекватності» коли вони зазнають невдачі в якійсь справі, то гостро переживають, але вважають її наслідком якихось незалежних від них причин. Так буває, коли діти характеризуються високою та стійкою самооцінкою і виявляють прагнення до самоствердження при відсутності достатніх можливостей для успіху.

Як можна пояснити це явище? Що воно дає для розуміння закономірностей психічного розвитку в цьому віці?

- 2) Під час дослідження з'ясувалися причини тривожності, специфічні для дітей різного віку. Було встановлено, що на відміну від дошкільників, для яких основною причиною тривожності є розлука з матір'ю, та дітей молодшого шкільного віку, підвищена тривожність яких зумовлюється відсутністю потрібних зразків для наслідування, у підлітковому віці переважною причиною тривожності і хлопців, і дівчат є побоювання, що вони будуть відкинуті групою однолітків.

Чому у підлітковому віці причини тривожності саме такі? Про що свідчать результати цього дослідження?

- 3) Вивчення особливостей самосвідомості підлітків, що зростають без батьків, показало, що на відміну від дітей, які виховуються в сім'ї, яким притаманний інтернальний локус контролю, їм властивий екстернальний локус з відповідною залежністю поведінки від зовнішнього середовища та прагнення до пристосування. Якщо у перших спостерігається інтенсивне становлення образу «Я», орієнтація на норми поведінки дорослих та

пов'язану з цим систему власних цінностей, то в других – стабільність такого образу й невідповідність його змісту нормативним віковим характеристикам. Переважна більшість їх бачить лише свої недоліки і не знає своїх позитивних рис.

Про що свідчить це явище? Які його причини?

- 4) За результатами дослідження, одні підлітки відзначаються квапливими, непродуманими діями, які здійснюють під впливом ситуації. Інші відмовляються від важких, що потребують напруження, задач і виявляють необхідну активність лише в добре знайомій і спокійній обстановці. Для третіх характерними є продумані дії з власної ініціативи, найефективніші при подоланні перешкод. *Як можна охарактеризувати цю активність? Чим вона відрізняється у кожному випадку?*

Тестові завдання для самоконтролю

1. Вікові межі підліткового віку:
 - А від 10 до 11
 - Б від 10 до 16-17 років
 - В від 10-11 до 14-15

2. Початок підліткового віку пов'язаний із:
 - А переходом дитини до середньої школи
 - Б початком статевого дозрівання
 - В входженням дитини у світ дорослих

3. Особливості соціальної ситуації розвитку підлітка:
 - А підліток віддаляється від дорослих і шукає підтримки у однолітків
 - Б підліток повністю залежить від дорослих
 - В підліток залежить від дорослих і прагне з ними спілкуватися

4. Відчуття дорослості підлітка – це:

- А суб'єктивне відчуття, яке пов'язане із усвідомленням власних фізичних змін
- Б відчуття впевненості в собі, пов'язане із переходом у середні класи
- В суб'єктивне відчуття, яке виникає в результаті конфліктів з дорослими

5. Загальна тенденція у стосунках підлітка з дорослими:

- А відчуження
- Б ділове співробітництво
- В емоційна і фізична залежність

6. Виберіть рядок, в якому правильно названі ознаки підліткової кризи:

- А відмова виконувати вимоги батьків, кривляння, манірність, виникнення паузи між зверненням до дитини та її реакцією у відповідь
- Б відмова підкорятися правилам, деспотизм, свавілля, негативізм, впертість, протест-бунт
- В бажання звільнитися від опіки дорослих, протест проти авторитетів, уникнення розв'язання проблем, прагнення привернути увагу дорослих до себе

7. Виберіть рядок, який правильно визначає суть протиріччя між соціалізацією та індивідуалізацією в підлітковому віці:

- А протиріччя між необхідністю навчатися в школі і зниженням інтересу до навчання
- Б протиріччя між зовнішньою фізичною дорослістю і внутрішньою психологічною незрілістю

В протиріччя між необхідністю стати одним із членів суспільства і прагненням чинити опір суспільству

8. Визначте домінуючу потребу підліткового віку:

- А потреба у безпеці і підтримці
- Б потреба у схваленні з боку дорослого
- В потреба у спілкуванні і самоствердженні
- Г потреба у саморозвитку та самореалізації

9. Потреба у самоствердженні підлітка це:

- А доведення іншим своєї дорослості
- Б творчість і самовираження
- В самопізнання і самовдосконалення

10.Провідний тип діяльності підлітків:

- А гра
- Б самоствердження
- В інтимно-особистісне спілкування
- Г безпосереднє емоційне спілкування

11.Кодекс товарищкості підлітків – це:

- А система неписаних правил, яким всі підкорюються в групі
- Б прагнення підлітка знайти вірного і надійного друга
- В прагнення підлітка спілкуватися з однолітками на особистісні теми

12.Виберіть правдиве твердження:

- А інтерес до навчання у підлітків помітно зростає
- Б інтерес до навчання у підлітків залишається на тому ж рівні, що і у молодших школярів

В інтерес до навчання у підлітків суттєво знижується

13.Виберіть правдиве твердження стосовно розвитку мислення підлітка:

- А інтенсивно розвивається абстрактне і теоретичне мислення
- Б інтенсивно розвивається наочно-образне і словесно-логічне мислення
- В інтенсивно розвивається здатність до аналізу

14.Виберіть правдиве твердження:

- А період статевого дозрівання стимулює розвиток інтелектуальних здібностей підлітка
- Б період статевого дозрівання негативно позначається на інтелектуальних здібностях підлітка
- В період статевого дозрівання не впливає на інтелектуальні здібності підлітка

15.Виберіть рядок, де правильно названі риси емоційної сфери підлітка:

- А підвищена емоційна збудливість, імпульсивність, стійкий настрій
- Б слабкий самоконтроль, швидка зміна настроїв, імпульсивність
- В бурхливе вираження почуттів, здатність контролювати свої емоції, імпульсивність

16.Виберіть рядок, де правильно названі типові риси особистості підлітка:

- А егоїзм, почуття винятковості, мрійливість, невпевненість в собі
- Б егоцентризм, почуття винятковості, мрійливість, невпевненість в собі
- В конформізм, самовпевненість, мрійливість, самокритичність

17.Егоцентризм підлітка – це:

- А відчуття, що інші його не розуміють

- Б маніпулювання іншими в своїх цілях
- В зосередженість на собі, очікування від інших виключно схвалення

18. Конформізм підлітка – це:

- А прагнення бути як усі заради того, що бути прийнятим групою
- Б критичність по відношенню до оточуючих
- В гостра реакція на критику
- Г мрійливість

19. Невпевненість підлітка в собі пов'язана із:

- А тиском з боку вчителів і батьків
- Б стрімкими змінами в зовнішності внаслідок статевого дозрівання
- В відчуттям своєї винятковості

20. Самооцінка в підлітковому віці залежить:

- А від ситуації, і того, як таку ситуацію оцінюють оточуючі
- Б від того, як підлітка оцінює вчитель
- В від того, як сам підліток оцінює себе

Основні поняття і ключові слова: почуття дорослості, інтимно-особистісне спілкування, криза 13 років, потреба у самоствердженні, когнітивний розвиток, самооцінка, особистісна рефлексія, ідентичність, “Я-концепція”, самотійність.

Тема 5. ПСИХОЛОГІЯ ОСОБИСТОСТІ СТАРШОКЛАСНИКА

Мета вивчення теми: знати загальну характеристику раннього юнацького віку; розглянути, яким чином здійснюється розумовий розвиток та відбувається формування особистості в ранньому юнацькому віці.

Стислий зміст теми

План

1. Соціальна ситуація розвитку старшокласників.
2. Розумовий розвиток особистості у ранньому юнацькому віці.
3. Особливості розвитку особистості в ранньому юнацькому віці.

1. Соціальна ситуація розвитку старшокласників

За віковою періодизацією, прийнятою у вітчизняній психології, період ранньої юності (від 15 до 17 років) вважають старшим шкільним віком. Цей етап у житті людини пов'язаний із закінченням статевого дозрівання, стабілізацією фізичного розвитку і остаточним переходом від дитинства до самостійної і відповідальної діяльності дорослого. Це вік безпосередньої підготовки до реального дорослого життя, до виконання відповідальних соціальних функцій – вибору професії, створення сім'ї. Це період, коли людина може пройти шлях від невпевненого, непослідовного підлітка, який претендує на дорослість до дійсного по дорослішання.

У період ранньої юності *соціальна ситуація розвитку* складається таким чином, що юнак ще цілком залежить від дорослих як у матеріальному плані, так і з точки зору спрямованості його життєдіяльності. Роль, яку виконує юнак у родині, – це роль дитини, хоча і такої, що підросла. Однак у суспільстві діапазон соціальних ролей стає ширшим (юнак отримує паспорт і набуває прав виборчого голосу, вступу до шлюбу, кримінальної відповідальності). Також розширюються інтереси старшокласника пов'язані з

необхідністю вирішити задачу вибору професії. Відтак міра самостійності і відповідальності юнака збільшується.

Показником переходу від підліткового до раннього юнацького віку є різка зміна внутрішньої позиції старшокласника. По-перше, у старшокласника з'являється **потреба зайняти внутрішню позицію дорослої людини** (потреба мислити і діяти як доросла людина). По-друге, у старшокласника змінюється ставлення до майбутнього. Опинившись на порозі реального дорослого життя старшокласник дивиться на теперішнє з позиції майбутнього, шукає смисл свого життя. На перший план виходить майбутнє, побудова життєвих планів і перспектив, а разом із цим необхідність зробити важливі життєві вибори. Життєві вибори, пов'язані із майбутньою професією, становлять суть **професійного самовизначення** старшокласника. Це пошук відповідей на запитання: 1) Чи продовжувати здобуття освіти, чи вступати у трудову діяльність; 2) Яку професію обрати? Вибори, пов'язані із вибором життєвих цінностей, цілей, ідеалів та світогляду, якими старшокласник буде керуватись в житті, становлять суть **особистісного самовизначення**.

Професійне самовизначення є психологічним центром соціальної ситуації розвитку юнака. Це процес довгий і складний. Щоб успішно його здійснити юнаки повинні:

- мати розвинені розумові здібності;
- мати реалістичну самооцінку і рівень домагань;
- мати розвинені спеціальні інтереси (інтерес до певної діяльності);
- бути добре поінформованими про майбутню професію;
- мати сформований світогляд та життєву позицію.

Проте через брак реалістичного уявлення про професію та відсутність професійного досвіду юнакам властиві сумніви і тривога, страх розчарування. Адже ціна помилки вже не двійка, а втрачений час, а іноді без користі прожиті роки.

Необхідність професійного самовизначення змінює для старшокласника *значущість учіння*. У порівнянні з підлітками інтерес до навчання посилюється. *Провідною діяльністю стає учбово-професійна діяльність* – навчання з метою оволодіти певною професією. Старшокласники розглядають навчання як необхідну базу майбутньої професійної діяльності. Тому в першу чергу їх цікавлять ті предмети, які будуть потрібні у зв'язку з обраною професією. Їх знову починає хвилювати успішність навчання. Вони стають більш відповідальними і свідомими в засвоєнні знань, умінь і навичок. Провідними мотивами навчання стають не оцінка, або уникнення покарання, як у молодшого школяра, і не прагнення самоствердитись в навчанні як у підлітка, а прагнення самовизначитись і підготуватись до самостійного життя, а також розуміння значущості навчання для здобуття майбутньої професії чи вступу до ВНЗ.

Нова соціальна ситуація також змінює *ставлення юнаків до дорослих* – батьків і вчителів. Вони стають більш рівними та менш конфліктними. Спілкування відбувається на рівні довіри. Старшокласники хотіли б бачити в своїх батьках друзів та радників. Такій зміні сприяє той факт, що самотужки юнакам важко розв'язати проблеми самоусвідомлення та самовизначення, а ровесники також не можуть допомогти через брак життєвого досвіду. Юнаки починають з повагою ставитись до позитивних моральних якостей батьків, виявляють толерантність до їх слабких сторін. У стосунках із вчителями юнаки орієнтуються на їхні особистісні і професійні якості. Повагу юнаків викликають учителі, які окрім педагогічного такту демонструють педагогічну майстерність у викладанні свого предмету. Юнаки люблять вступати у дискусії з учителями, відстоювати власну точку зору, вислуховувати аргументовані пояснення і поради. В цілому старшокласники прагнуть до рівноправних, доброзичливих взаємин як з батьками, так і з учителями, де самі старшокласники можуть продемонструвати виважену позицію майже дорослої людини. Поруч із цим залишається потреба у

спілкуванні з ровесниками, з ними юнаки проводять вільний час, діляться думками, планами на майбутнє.

Спілкування з однолітками надзвичайно важливе в цей період, проте воно слугує іншим потребам, ніж спілкування із дорослими. Це спілкування на рівні сповіді. Дружба в цьому віці виконує функцію психотерапії, підтримки.

На межі шкільного і дорослого життя юнаки переживають *кризу 17 років*, яка пов'язана із втратою душевної рівноваги через необхідність брати на себе відповідальність за майбутнє, страхом зробити помилку при виборі професії, страхом невдачі під час вступу до ВНЗ, страхом перед армією. Ця криза поєднується із *кризою ідентичності* (за Е.Еріксоном). Ідентичність – це «серцевина особистості», суб'єктивне відчуття цілісності, неперервності і стійкості власного Я. Криза ідентичності юнака пов'язана із відчуттям відсутності «внутрішнього стрижня», із відчуттям невизначеності, душевного розладу, тривоги і розриву зв'язків із світом. Внутрішня сплутаність приводить до нездатності вибрати кар'єру, а іноді до сумнівів у своїй статевій ідентичності. Подолання криз ранньої юності пов'язане із набуттям молодою людиною справжнього життєвого досвіду дорослого життя, як позитивного так і негативного, із переосмисленням своїх цінностей та ідеалів, із побудовою несуперечливого світогляду.

2. Розумовий розвиток особистості у ранньому юнацькому віці

У період ранньої юності відбувається інтенсивне інтелектуальне дозрівання, провідна роль у якому належить розвитку *мислення*. У юнаків вже сформоване словесно-логічне теоретичне мислення. Вони здатні оперувати науковими поняттями і використовувати їх для розв'язання розумових задач, науково обґрунтовувати явища дійсності, свої висновки, логічно доводити свою правоту. Водночас під впливом засвоєння складного теоретичного матеріалу відбувається перехід до найвищих рівнів абстрактного мислення. Старшокласники здатні розмірковувати про такі

абстрактні предмети як сенс життя, добро і зло. На уроках вони часто намагаються викликати вчителів на обговорення філософських проблем («Чи є у людини свобода волі?») та питань морально-етичного характеру («Чи можна любити двох одночасно? Чи буває дружба між юнаками і дівчатами?»). Теоретичне абстрактне мислення дозволяє глибоко і правильно пізнавати об'єктивну реальність і стає засобом формування **наукового світогляду юнака**. Цьому також сприяє перетворення отриманих розрізнених знань у цілісну систему.

Розвивається самостійність і критичність мислення. Старшокласники не обмежуються засвоєнням готових доказів, вони починають аналізувати їх логічність, перевіряють їх істинність. Відбувається усвідомлене оволодіння логічними операціями узагальнення, аналізу, синтезу. Конкретні мисленнєві операції перетворюються на формальні, завдяки чому мислення стає дедуктивно-гіпотетичним.

Розвиток *мовлення* юнаків тісно співіснує з розвитком мислення: інтелект стає мовленнєвим, а мовлення інтелектуалізованим. Старшокласники переходять до вищих рівнів мовлення, яке ускладнюється за змістом і структурою. Старшокласники оволодівають такими засобами мовлення, що дозволяють точно висловлювати думки абстрактного змісту, вільно спілкуватися з іншими і грамотно висловлювати власні судження. У зовнішньому мовленні спостерігається вмиле використання форм і прийомів літературної мови, її граматики і синтаксису. У внутрішньому мовленні також відбуваються зміни. Вдосконалюється вміння юнака думати “про себе”. Наодинці він може залишатися на тривалий час і вести діалог із самим собою. Внутрішнє мовлення стає формою існування мисленнєвих дій.

Сприймання також стає інтелектуалізованим процесом. Це означає, що старшокласники сприймають інформацію переважно довільно, цілеспрямовано та систематизовано. Вони демонструють здатність до свідомого і планомірного спостереження за об'єктами, помічають в них суттєві істотні ознаки. Також старшокласники розвивають здатність до

самоспостереження – інтроспекції. Вони уважні до власних думок, дій, поведінки, переживань. Самоспостереження стає частиною самопізнання, що спонукає юнаків до самовдосконалення і саморозвитку.

У розвитку *пам'яті* старшокласників спостерігається зростання її довільності. Довільне запам'ятовування стає більш продуктивним ніж мимовільне. Провідним стає смислове (логічне) запам'ятовування. Юнаки стають здатними запам'ятовувати складний абстрактний матеріал, використовуючи при цьому раціональні способи та прийоми запам'ятовування. Учні усвідомлюють значення пам'яті для успішного засвоєння інформації, у них з'являється свідоме прагнення оволодіти своєю пам'яттю, довільно нею керувати.

Розвиток *уяви* старшокласника пов'язаний із необхідністю оволодівати складним навчальним матеріалом. Вдосконалюється репродуктивна уява: учні здатні відтворювати складні технічні, художні образи з навчального матеріалу. Водночас інтенсивно розвивається творча наукова уява, яка пов'язана із розробкою гіпотез, знаходженням нестандартних рішень. Порівняно з підлітковим віком посилюється критичність до витворів своєї уяви, посилюється самоконтроль за роботою уяви. Особливе місце в житті старшокласника займають мрії про майбутнє як різновид активної уяви. У них відображається мотивація старшокласника, його рівень домагань. Мрії його спонукають до активних рішучих реальних дій.

Розвиток *уваги* відбувається під впливом формування логічного мислення і словесно-логічної пам'яті. Вдосконалюються властивості довільної уваги: стійкість, зосередженість, розподіл та переключення. Зростає вибірковість уваги, що обумовлено спеціалізацією інтересів відносно обраної професії. Це ж впливає на формування післядовільної уваги, роль якої з роками лише збільшується.

Ранній юнацький вік – вік формування індивідуального стилю розумової діяльності. У старшокласника з'являється стиль мислення, тісно

пов'язаний із типом нервової діяльності, темпераментом, умовами виховання і навичками самовиховання

3. Особливості розвитку особистості в ранньому юнацькому віці

До основних особистісних новоутворень віку ранньої юності в першу чергу належить *розвиток самосвідомості і відкриття власного “Я”*. Світ власних думок, почуттів і переживань здається юнакові неповторним і оригінальним. Це приводить до заглиблення у самоаналіз власних вчинків і поведінки, що сприяє кращому розумінню себе. Водночас це сприяє помилковій переконаності юнака в тому, що зрозуміти його особливий внутрішній світ ніхто не зможе. Як наслідок зростає його відчуженість і замкненість.

Юнаки прагнуть краще розібратися в своєму характері, почуттях, оцінити свої здібності. Оцінюючи свої якості, старшокласники проявляють обережність. Більш охоче висловлюються про свої недоліки, а не чесноти. На перший план виступають якості, важливі для встановлення контактів з однолітками, та якості, які цьому перешкоджають (запальність, грубість, егоїзм). Водночас юнаки дуже чутливі до оцінок своєї особистості з боку оточуючих. Часто намагаються показати байдужість до цієї оцінки і діють по-своєму. *Самооцінка* в цілому стає більш реалістичною, проте зберігається підліткова тенденція недооцінювати свої недоліки.

Особливістю Я-концепції раннього юнацького віку є підвищена чутливість до особливостей свого тіла і зовнішності. Виробляються певні стандарти «мужності» і «жіночості», які юнаки намагаються наслідувати в одязі, манерах, жаргоні. Часто ці еталони завищені або суперечливі, що приводить до внутрішніх конфліктів, тривоги, зниження рівня домагань, сором'язливості. Бажаючи відповідати ідеалам і стандартам зовнішності юнаки компенсують свої справжні або вигадані недоліки екстравагантністю в одязі, зачісках, зухвалим макіяжем або поведінкою. Це робить юнаків схожими один на одного, хоча це і суперечить їх бажанню підкреслити свою

індивідуальність. Це також приводить до внутрішньої нестабільності, конфліктності, уразливості.

Велике значення у розвитку особистості юнака відграє *потреба в повазі і почуття самоповаги*. Потреба в повазі пов'язана з бажанням досягнути успіху в діяльності – навчанні, спорті, мистецтві, спілкуванні, і цим викликати інтерес, схвалення і захоплення інших людей, особливо представників протилежної статі. Ця потреба штовхає юнака до активності в діяльності, мотивує до самовдосконалення, формує почуття поваги до себе. Висока самоповага сприяє розвитку самостійності, контактності, відкритості, прагнення до успіху. Водночас незадоволеність потреби у повазі приводить до формування низької самоповаги юнака. Низька самоповага сприяє невпевненості, несамостійності, залежності від думки оточуючих, неприязні до оточуючих, вразливості до критики, схильності до ізоляції, втечі від дійсності в світ своїх мрій, труднощів у спілкуванні. Формування поваги до себе тісно пов'язане із процесом самовизначення юнака, із здобуттям реального досвіду успіхів і поразок. Але також воно багато в чому залежить від того, чи знайде він людей та ідеї, яким зможе довіритись, які нададуть підтримку і допоможуть повірити у себе.

Іншими важливими особистісними новоутвореннями раннього юнацького віку є прагнення будувати *життєві плани*, поява *світогляду*.

Життєві плани старшокласників поки що розпливчасті і мають форму мрії. Учні просто уявляють себе в різноманітних ролях і оцінюють міру їх привабливості, але поки що нічого не роблять для досягнення задуманого. Проте поява життєвих планів має велике значення – для старшокласника це новий спосіб керування своїм внутрішнім світом через спрямування себе у майбутнє.

В ранній юності складається *світогляд* – система уявлень про світ в цілому, його закони, про своє місце в цьому світі. Його утворенню сприяє теоретичне засвоєння основ учбових дисциплін, яке приводить до утворення систематизованої наукової картини світу. Проте, не зважаючи на наукові

знання, юнацьке ставлення до світу дуже емоційне, пристрасне, категоричне. Невід'ємною частиною формування ставлення юнака до світу є *пошук сенсу життя*. Задаючись загальним питанням, для чого живе людина, юнак його розглядає в системі власного буття і віднаходить відповіді, які стосуються його майбутнього.

Емоційна сфера старшокласника в цілому стає більш стабільною порівняно із віком підлітка. Відчуття розквіту інтелектуальних і фізичних можливостей, спрямованість в майбутнє створюють оптимістичний підвищений життєвий тонус. Водночас старшокласникам властиві суперечливі переживання, внутрішнє незадоволення, тривожність. Проте вони менш демонстративні, ніж у підлітковому віці, і здатні до контролю власних емоцій.

Емоційна сфера старшокласника стає значно багатшою: він здатен відчувати тонкі відтінки переживань, підвищується його здатність співпереживати. Водночас спостерігається категоричність і прямолінійність у оцінках, максималізм у судженнях, моральний скепсис.

Розвиток волі старшокласників пов'язаний із необхідністю підпорядкування власної поведінки конкретним цілям свого майбутнього життя. Розвиваються такі вольові якості, як цілеспрямованість, організованість, ініціативність. Зменшується навіюваність та імпульсивність. Зростає здатність до самоконтролю. Виникає *прагнення до самовиховання*, яке пов'язане із усвідомленням своїх недоліків і бажанням відповідати певним ідеалам і взірцям. Зростає самостійність старшокласника. Але якщо для підлітків самостійність – це незалежні вчинки, то для юнака самостійність проявляється у своїх власних поглядах, думках і оцінках. Вони часто відстоюють і захищають не стільки свої переконання, скільки своє право на власну думку.

Важливою потребою віку ранньої юності є *потреба в дружбі та коханні*. Спілкування старшокласника з друзями стає більш інтимним. У виборі друга він стає вимогливішим. Чисельна кількість товаришів, з якими

старшокласник спілкувався у підлітковому віці, проходить своєрідне тестування і обирається один або декілька найближчих друзів, кому юнак відкриває таємниці свого внутрішнього світу. Юнацька дружба є першою самотійно обраною прив'язаністю, яка передує кохання. Водночас для юнаків суттєвою проблемою стає співвідношення дружби і кохання (Чи може бути дружба між хлопцем і дівчиною?). В цьому віці потреба в дружбі з людиною протилежної статі – це фактично потреба в коханні, але еротичні мотиви майже не виражені або не усвідомлюються юнаками. Для них найважливішим є отримати емоційний контакт, розуміння, душевну близькість.

Юнацьке кохання виникає як відповідь на статеve дозрівання і відчуття своєї дорослості. Часто саме почуття є для юнака більш важливим, ніж об'єкт закоханості. Закоханість нагадує епідемію: закохався один – слідом, орієнтуючись на поведінку однокласників, закохуються інші. Особливість юнацького кохання полягає у відсутності гармонійно вираженої єдності чуттєво-сексуального і духовного (як у дорослої людини). У юнацькому віці ці два потяги дозрівають не одночасно і в їх співіснуванні мають місце гендерні відмінності. Це виявляється у тому, що дівчата раніше дозрівають у фізичному плані, але потреба у духовній близькості у них виражена сильніше, ніж фізіологічний потяг. Для них більшу цінність має емоційна сторона кохання, психологічна близькість, душевність стосунків. Вони частіше приховують свої захоплення, оберігаючи свою репутацію. А для хлопців недостатньо платонічного кохання, вони більшого значення надають фізичним сторонам кохання. Для них фізична близькість є ознакою їх дорослості, предметом гордості, тому хлопці схильні вихвалитися перед товаришами своїми «перемогами», частіше придуманими. Такі різні позиції стають причиною непорозумінь, що виникають у стосунках між закоханими юнаками і викликають появу перших розчарувань.

Запитання для самоперевірки

1. Назвіть вікові межі раннього юнацького віку. В чому полягає його особливість?
2. У чому полягає соціальна позиція старшокласника? Як вона схожа на позицію підлітка і що в ній нового?
3. Що є основним показником переходу від підліткового до раннього юнацького віку?
4. В чому полягає суть професійного та особистісного самовизначення старшокласника?
5. Як і чому змінюється ставлення старшокласника до навчання?
6. Якою є провідна діяльність в старшому шкільному віці?
7. Як змінюється ставлення старшокласників до дорослих?
8. В чому полягає суть кризи 17 років? Що таке криза ідентичності?
9. Як розвивається мислення і мовлення старшокласника?
10. Які зміни відбуваються у розвитку сприймання, пам'яті та уяви старшокласників?
11. Що впливає на розвиток уваги старшокласника?
12. Як розвивається самосвідомість в ранньому юнацькому віці? Що впливає на схильність юнака до відчуження та ізоляції?
13. Як змінюється самооцінка старшокласника?
14. В чому полягає особливість Я-концепції старшокласників? Як пов'язані прагнення до наслідування певних еталонів «жіночості» та «мужності» і відчуття невпевненості і низький рівень домагань?
15. Яку роль у розвитку особистості старшокласника відіграє потреба у повазі?
16. В чому особливість життєвих планів і світогляду старшокласника?
17. В чому особливості емоційної сфери старшокласника?
18. В чому особливості розвитку волі? За яких умов з'являється потяг до самовиховання?
19. В чому проявляються особливості потреби в дружбі у ранньому юнацькому віці?

20. Як відрізняються прояви потреби у коханні у дівчат і юнаків?

Тематика рефератів і аналітичних оглядів

1. Дружба і кохання в підлітковому та ранньому юнацькому віці. Порівняльний аналіз.
2. Розвиток почуттів у ранній юності.
3. Криза ідентичності ранньої юності.
4. Психологічні чинники професійного самовизначення старшокласників.

Практичні завдання до теми

I. Завдання, націлені на розвиток логічних умінь **

1. Знайдіть відповідність між початком і закінченням речення:

1. Стадія завершення статевого дозрівання і початок стадії фізичної зрілості	А. можна здійснити завдяки вибору професії
2. Головне завдання, яке ставить перед юнаком суспільство – самовизначення, яке	Б. приводить до утворення систематизованої наукової картини світу.
3. Необхідність самовизначення	В. приводить до самокритичності та критичності по відношенню до оточуючих
4. Теоретичне засвоєння учбових дисциплін	Г. сприяє зростанню відчуття дорослості
5. Аналіз вчинків і якостей оточуючих і порівняння їх з еталонною системою моральних та етичних цінностей людства	Д. приводить до появи потреби розібратись в оточуючому світі і знайти сенс життя

2. Знайдіть відповідність між етапом кризи ідентичності ранньої юності (17-18 років) і тим, що відбувається на цьому етапі. *Ідентичність – це*

відчуття своєї цілісності, знання себе і вміння спиратися на себе. Криза ідентичності – це криза пошуку себе.

1 етап: «Невизначена, розмита ідентичність»	А. Індивід ще не сформував певних чітких переконань, не обрав професію і не стикнувся з кризою ідентичності: із сумнівами у власному життєвому виборі та із труднощами на шляху до здійснення справжнього свідомого вибору.
2 етап: «Дострокова, передчасна ідентифікація»	Б. Індивід намагається вибрати серед безлічі варіантів розвитку той самий єдиний, який він може вважати своїм (стати вчителем, одружитися, народити дитину). Переживає сумніви, відчуває себе неготовим до справжнього дорослого життя і на певний час відкладає остаточний вибір професії (наприклад, до того часу, як закінчить університет) або відкладає одруження чи народження дитини.
3 етап «Мораторій» або відкладання самовизначення на невизначений час	В. Індивід отримує життєвий досвід, пересвідчується у правильності свого вибору і переходить від пошуку себе до практичної самореалізації: працює за спеціальністю, одружується, народжує дитину.
4 етап «Зріла ідентичність»	Г. Індивід робить життєвий вибір (наприклад, вступає до ВНЗ, влаштовується на роботу, одружується), але робить це не самостійно, а на основі чужої думки, слідуючи чужому прикладу (за компанію) або авторитету (батьки краще знають).

Дайте відповідь на запитання: На якому етапі знаходитесь ви?

II. Психологічні задачі***

- 1) Відомо, що у молодшому шкільному віці спілкування між дітьми часто визначають зовнішні чинники (місце проживання дітей, сусідство за

партою тощо). Спілкування у підлітковому віці характеризується значною інтенсивністю (підлітки багато спілкуються з багатьма ровесниками) та вибірковістю (спілкуються не випадково, а на ґрунті спільних інтересів). У юнацькому віці коло суб'єктів спілкування звужується, при виборі партнера по спілкуванню важливими стають моральні риси характеру, спілкування стає довірливим, інтимним.

Що спричиняє ці зміни в характері спілкування з віком?

- 2) Проаналізуйте результати опитування 75-ти американців юнацького віку, які припинили навчання, залишили рідних, вели самотійне життя й нерідко вживали наркотики. Ці юнаки характеризували свій стан поняттями «відчуженість», «спустошеність», «самотність». Деякі з них відзначались неприйняттям себе, схильністю пояснювати проблеми свого життя зовнішніми причинами (доля, воля Бога, випадок). Іншу групу становили юнаки, які позитивно ставилися до себе і вважали, що все значною мірою залежить від них самих.

Що сприяє виникненню почуття самотності юнаків? Чи можна говорити про психологічні типи самотніх?

- 3) Уявіть, що до Вас звертається учениця: «Вчителі говорять про необхідність виховувати у себе самотійність. Але ж як я можу це робити, якщо мені скоро 16 років, а мама все ще не дозволяє мені зустрічатися з хлопцем і пізно повертатися додому? Джульєтті було всього 14, а вона так покохала, що й досі про це говорять. Хіба не так?»

Що Ви відповісте цій учениці? Побудуйте свою відповідь, враховуючи наступні допоміжні запитання: Яку логічну помилку робить учениця, розмірковуючи про самотійність. З чим вона плутає самотійність?

- 4) Валерію 16 років. Він виріс у дружній сім'ї, прив'язаний до батьків і старшого брата. З дитинства був жвавим, ласкавим, слухняним, легко

спілкувався з довколишніми. Вчився добре. В останні два-три роки став помічати, що настрій у нього коливається: 2-3 гарні дні, коли відчуває піднесення, чергуються з днями “хандри”, коли віддає перевагу самотності, вступає у конфлікти, неохоче відвідує школу. Закохався в однокласницю, але коли здалося, що вона зацікавилася іншим хлопцем, розірвав стосунки. Важко переживав те, що сталося, не знаходив собі місця, потай плакав, щоночі бачив її уві сні. За пропозицією товаришів узяв участь у спільній пиятиці, але від цього стало ще гірше. Повернувшись додому, відчув “повну безвихідь і самотність”. Коли батьки позасинали, вчинив спробу самогубства. У лікарні спочатку відмовлявся від зустрічі з дівчиною, потім помирився з нею. Два дні перебував у гарному настрої.

Охарактеризуйте психічний розвиток цього юнака. Як тут може зарадити психологічна допомога?

- 5) Під час бесіди з учителем один старшокласник зізнався: «Розумію, що хімія – дуже важлива наука, тому й стараюся, але не лежить до неї душа, нецікаво мені нею займатися. Всі формули вчи напам’ять, реакції завчай, елементів дуже багато. На підготовку до уроків витрачаю багато часу, все повторюю, повторюю без кінця, а результату позитивного все одно немає».

Які особливості віку ранньої юності виявляються в тому, що учень так старанно вчить хімію, хоча вона йому зовсім не подобається? Які дії зі сторони вчителя змогли б змінити відношення учня до дисципліни?

Тестові завдання для самоконтролю

1. Основний показник переходу від підліткового до раннього юнацького віку:

А перехід в старші класи середньої школи

Б виникнення потреби зайняти внутрішню позиція дорослої людини

В завершення статевого дозрівання

2. Виберіть правдиве твердження:

- А у старшокласника змінюється ставлення до минулого
- Б у старшокласника змінюється ставлення до теперішнього
- В у старшокласника змінюється ставлення до майбутнього

3. Виберіть правдиве твердження:

- А у старшокласника посилюється інтерес до навчання
- Б у старшокласника знижується інтерес до навчання
- В у старшокласника зникає інтерес до навчання

4. Вибір життєвих цінностей, цілей, ідеалів та світогляду – це:

- А професійне самовизначення
- Б особистісне самовизначення
- В гендерне самовизначення

5. Провідна діяльність старшокласника:

- А навчальна діяльність
- Б учбово-професійна діяльність
- В інтимно-особистісне спілкування

6. Виберіть правдиве твердження:

- А старшокласники відчують актуальну потребу в спілкуванні з дорослими
- Б старшокласники уникають спілкування з дорослими
- В у старшокласників зростає потреба в спілкуванні з однолітками

7. Криза 17 років пов'язана із:

- А прагненням досягти більшої незалежності від дорослих

- Б відкриттям для себе власного внутрішнього світу
- В страхом відповідальності за майбутнє

8. Криза ідентичності пов'язана із:

- А відчуттям внутрішньої невизначеності, розриву зв'язків із світом
- Б відчуттям власної дорослості, винятковості, невпевненості в собі
- В відчуттям власної автономності і активності

9. Роздуми старшокласників про сенс життя свідчать про розвиток:

- А теоретичного абстрактного мислення
- Б критичного самостійного мислення
- В наочно-образного мислення

10. Виберіть правдиве твердження стосовно розвитку пам'яті

старшокласника:

- А учні здатні запам'ятовувати складний абстрактний матеріал, використовуючи прийоми запам'ятовування
- Б учні здатні мимовільно запам'ятовувати складний абстрактний матеріал
- В учні здатні запам'ятовувати складний абстрактний матеріал шляхом багаторазового повторення

11. Виберіть правдиве твердження стосовно розвитку самосвідомості

старшокласника:

- А індивід починає усвідомлювати світ власних думок, почуттів і переживань
- Б індивід починає усвідомлювати свою активність і автономність
- В індивід занурюється у самоаналіз власних думок, почуттів та переживань

12.Самооцінка старшокласника:

- А більш реалістична, ніж у підлітка, з тенденцією недооцінювати свої чесноти
- Б більш реалістична, ніж у підлітка, з тенденцією недооцінювати свої недоліки
- В менш реалістична, ніж у підлітка, з тенденцією недооцінювати свої недоліки

13.Життєві плани старшокласників:

- А мають чітко визначену ціль і план дій для досягнення цілі
- Б не мають чіткої структури, але мають чітко визначену ціль
- В розпливчасті і мають форму мрії

14.Ставлення старшокласників до світу:

- А емоційне, пристрасне, категоричне
- Б спокійне, раціональне, аргументоване
- В негативне, недовірливе, невизначене

15.Виберіть правдиве твердження:

- А емоційна сфера старшокласника більш стабільна порівняно із віком підлітка
- Б емоційна сфера старшокласника менш стабільна порівняно із віком підлітка
- В емоційна сфера старшокласника така ж нестабільна як і підлітка

16.Виберіть правдиве твердження щодо розвитку емоційної сфери старшокласника:

- А помірна емоційність поєднана із здатністю до контролю емоцій
- Б сильна емоційність поєднана із здатністю до контролю емоцій
- В сильна емоційність поєднана із слабким контролем емоцій

17. У старшокласника найбільше розвиваються такі вольові якості:

- А рішучість, сміливість, ініціативність
- Б цілеспрямованість, організованість, ініціативність
- В імпульсивність, навіюваність, впертість

18. Для старшокласника самостійність – це в першу чергу:

- А прагнення діяти незалежно від дорослих, не підкорятись їх вимогам
- Б прагнення мислити незалежно від дорослих, мати власну думку
- В прагнення знайти своє місце в суспільстві, мати професію

19. Кохання в ранньому юнацькому віці має наступні особливості:

- А відсутність єдності чуттєвості і духовності
- Б гармонійне поєднання чуттєвого і духовного
- В переважання виключно платонічного, духовного
- Г переважання виключно чуттєвого, сексуального

20. Вікові межі раннього юнацького віку:

- А від 13 до 17
- Б від 15 до 17
- В від 15 до 19

Основні поняття і ключові слова: юнацький вік, професійне та особистісне самовизначення, криза ідентичності, інтелектуальний розвиток, самосвідомість, юнацький світогляд, спілкування з дорослими, спілкування з однолітками: дружба, кохання.

Тема 6. ПСИХОЛОГІЯ ДОРОСЛОСТІ

Мета вивчення теми: знати загальну характеристику і періодизацію дорослості; розглянути, яким чином здійснюється розумовий, особистісний, професійний розвиток та відбувається формування особистості в цьому віці.

Стислий зміст теми

План

1. Дорослість як психологічний період. Проблема періодизації дорослості.
2. Характеристика соціальної ситуації розвитку у період дорослості. Психофізіологічний та пізнавальний розвиток дорослої людини.
3. Нормативні кризи дорослості та розвиток особистості.

1. Дорослість як психологічний період. Проблема періодизації дорослості.

Період дорослості – найбільш тривалий період онтогенезу. Його ділять на три стадії: *молодість, середня дорослість, пізня дорослість (старість)*.

Виділяють багато **ознак дорослості**:

- новий характер розвитку, який тепер менше залежить від фізичного зростання та когнітивного удосконалення;
- здатність реагувати на зміни та успішно пристосовуватись до нових умов, позитивно розв'язувати протиріччя та труднощі;
- подолання залежності та здатність брати відповідальність за себе та за інших;
- деякі риси характеру (твердість, розсудливість, надійність, чесність, тощо);
- соціальні та культурні орієнтири (ролі, ставлення) для визначення успішності розвитку.

Відмітимо, що поняття «дорослість» та «зрілість» не є тотожними. **Зрілість** – це найбільш соціально активний та продуктивний період життєдіяльності, коли може бути здійснена тенденція до найвищого рівня розвитку інтелекту та особистості. Древні греки називали цей період та стан душі «акме», що означає «вершина», найвищий ступінь.

В теорії Е. Еріксона зрілість – це вік «здійснення діянь», найбільш повний розквіт, коли людина стає тотожною сама собі.

Головні лінії розвитку людини середніх років – це *генеративність та незаспокоєність*. Робота та піклування щодо близьких і рідних, членів родини – основні турботи зрілих людей. Якщо особистість виявляється «заспокоєною» в якомусь сенсі, то починається застій та деградація, які проявляються в інфантильності та самопоглинутості.

В гуманістичній психології центральне значення надавалось процесу *самоактуалізації*, самореалізації дорослої людини. Так, А. Маслоу писав, що особистість, яка самоактуалізується, не обмежується задоволенням дефіцитарних (елементарних) потреб, а прагне до вищих, буттєвих цінностей (таких, як істина, краса, добро, тощо). Такі люди прагнуть досягти висот у своїй справі (або можливо й вищого рівня). Але необхідно пам'ятати, що самоактуалізація – це процес, який вимагає напруженої роботи над собою.

Г. Олпорт вважав, що зрілість визначається ступенем функціональної автономії її мотивації. Дорослий індивід є здоровим та продуктивним, якщо він перевершив ранні (дитячі) форми мотивації та діє усвідомлено.

Психологи підкреслюють онтогенетичні зміни, які відбулись за останнє сторіччя: прискорення процесів дозрівання та уповільнення процесів старіння, особливо у сфері інтелекту та особистості сучасної людини, що привело до розширення діапазону дорослості. Вони вважають, що суть першого ступеня дорослості (17-42 роки) полягає в індивідуалізації системи суспільних цінностей та ідеалів відповідно особистісної позиції людини, яка стає суб'єктом суспільних відносин. Кінцева стадія (після 39 років) – універсалізація – розглядається як потенційна можливість досягнення

найвищого духовного розвитку, входження в простір загально- та надлюдських, екзистенціальних цінностей.

Одна з перших періодизацій цього періоду належить Ш. Бюлер, яка побудована на засадах самовизначення:

- 1) 16-20 років – передує самовизначенню;
- 2) 16-20 – 25-30 років – фаза проб та пошуків (професії, супутника життя, тощо). Життєві цілі часто нереалістичні та змінні;
- 3) 25-30 – 45-50 років – пора зрілості: людина знаходить свою справу та будує сім'ю. Суб'єктивно цей вік переживається як апогей життя, бажання стають реалістичними, оцінки тверезими. Встановлюється самооцінка, яка відображує результати життєвого шляху;
- 4) 45-50 – 65-70 – людина, що старіє: завершення професійної діяльності, зникнення активного самовизначення та постановки цілей;
- 5) старше 70 років – стара людина: звернення до минулого та бажання спокою.

Уотерінг виділяє семилітні фази в житті дорослої людини:

- 21-28 – завоювання життєвого базису;
- 28-35 – підтвердження та порівняння знайдених основ життя;
- 35-42 – друга статева зрілість, переорієнтація в професійних цілях;
- 42-49 – маніакально-депресивний період;
- 49-56 – боротьба з власним зниженням активності, «заходом»;
- 56-63 – мудрість;
- 63-70 – кульмінація життя, «друга молодість». Однак ці періодизації життєвого шляху носять швидше описовий характер і не спираються на емпіричні дослідження.

Настання фізичної зрілості має підкріплюватись набуттям психологічної зрілості. **Зрілість психологічна** – системна якість особистості, що відображає досягнення стану її повної функціональності, адаптивності та відповідальності. Культурні цінності суспільства визначають зміст

психологічної зрілості, однак найчастіше фігурують такі її типові ознаки: сформовані цінності та перспективи, особистісна активність та самостійність, адаптивність та гнучкість психіки, емоційна врівноваженість та емпатійність, позитивна Я-концепція та адекватна самооцінка, здатність до вибору та відповідальність за нього

2. Характеристика соціальної ситуації розвитку у період дорослості

Соціальна ситуація розвитку дорослої людини передбачає включення людини у сферу суспільного виробництва, трудової діяльності, а також створення сім'ї та виховання дітей.

Внутрішня ситуація характеризується прагненням до самостійності, незалежності і відповідальності. *Усвідомлення особистісної відповідальності за своє життя та життя близьких та готовність прийняти цю відповідальність* – ключові переживання соціальної ситуації розвитку зрілості.

Провідною діяльністю цього періоду є **праця, трудова діяльність**. З позицій акмеології уточнюється, що провідною діяльністю стає не просто включення в виробничу діяльність суспільства, а максимальна реалізація сутнісних сил людини в ході такої діяльності. Таким чином, йдеться про прагнення до досягнень людини у різних сферах – фізичній, моральній, інтелектуальній, професійній. З ціннісної сторони дорослість пов'язують з відтворенням та творчістю в системі суспільних діяльностей та в системі екзистенціальних цінностей.

У дослідженнях психологів виявлено такі особливості механізмів розвитку психічних функцій:

1) розвиток психофізіологічних функцій носить двофазний характер. Перша фаза (фронтальний прогрес у розвитку функцій) триває від народження до середньої дорослості. Друга (спеціалізація психофізіологічних функцій) починає активно проявлятися після 26 років, а з

30 – домінує, що пов'язано з розширенням життєвого досвіду та професійної майстерності;

2) складна, суперечлива структура розвитку психофізіологічних та психологічних функцій включає сумісність процесів підвищення, стабілізації та зниження рівня окремих функцій та пізнавальних здібностей;

3) гетерохронність (нерівномірність) розвитку – неспівпадаючий темп розвитку психічних функцій та сторін діяльності.

Ці особливості проявляються й у розвитку *пізнавальних процесів*: якщо з 18 до 25 років відбувається посилений розвиток психічних функцій (фронтальний прогрес), то після 30 років спостерігається стабілізація та зменшення можливостей новоутворень, у зв'язку з посиленням жорсткості зв'язків між функціями.

Середній максимум творчої активності в науці приходить на 35-39 років (для математики, фізики, хімії пік творчих досягнень зафіксовано до 30-34 років; для геологів та медиків – в 35-39 років, а для філософії, психології, політики – між 40 та 55 роками).

Велике значення для збереження пізнавальних функцій *мають ціннісні орієнтації* дорослих. Така установка, як прагнення не зупинятись на досягнутому, пошук інформації позитивно впливає на розвиток образного мислення. Установка на підвищення професійного рівня сприяє підвищенню рівня практичного, а також вербально-логічного мислення.

Найважливішими факторами підвищення інтелектуального потенціалу в період дорослості є: рівень освіти, прагнення до підвищення свого освітнього рівня, вид і характер професійної діяльності. Крім того, відмічається поступове удосконалення та гнучке використання інтелекту для вирішення все більш складних завдань на різних вікових етапах, здатність до суджень, розвиток смислових систем, які набувають все більш індивідуального характеру.

3. Нормативні кризи дорослості та розвиток особистості

Широко відомим є підхід американського психолога Д. Левінсона, який намагався виявити стійкі, закономірні характеристики розвитку дорослої людини та виділити періоди, коли людині необхідно вирішити певні завдання і створити нові життєві структури. В результаті в життєвому циклі людини було виділено три головні стадії. Протягом кожної із них індивідуум вибудовує певну структуру життя, реалізує її в способі життя доти, поки не вичерпує всі завдання, та переходить на наступний етап.

Д. Левінсон виділив наступні етапи/переходи:

- до ранньої дорослості (17-22 роки);
- перехід 30-річчя (28-33 роки);
- до середньої дорослості (40-45 років);
- перехід 50-річчя (50-55 років);
- до пізньої дорослості (60-65 років).

Американська дослідниця Г. Шихі підтвердила висновки Д. Левінсона і описала такі **кризи**:

1) 20-22 роки – перехід до ранньої дорослості, «відрив від батьківської сім'ї, свого «коріння». Основні завдання і проблеми молодості (наступного за кризою етапу): уточнення життєвих планів та початок їх здійснення, пошуки себе та вироблення індивідуальності, пошуки партнера та створення сім'ї, спеціалізація та набуття майстерності в професійній діяльності;

2) криза 30-ти років – перехід до середньої дорослості, пов'язаний з розходженням між областю можливого та наявного, яке переживається як сумніви та стурбованість. Намагаючись перебороти неприємні почуття, людина приходить до переоцінки раніше зроблених виборів, що приводить до корінних змін в способі життя, розпаду шлюбів, професійної переорієнтації. Але без особистісної переорієнтації та глибокої рефлексії ці зміни часто є лише ілюзорними виходами з кризи;

3) період після 30 років – пов'язаний з вирішенням житлових проблем, просуванням по службовій сходах, розширенням соціальних зв'язків та поступовим прийняттям власного Я;

4) криза 40 років – криза середини життя – проявляється у зміні ставлення до того, що раніше здавалось важливим, цікавим чи, навпаки, відштовхуючим. Переживається у вигляді нетотожності самому собі (того, що став іншим).

Кожній кризі відповідає певна структура его-ідентичності, що пов'язана з завданнями розвитку особистості. Новоутворенням і критерієм закінчення кризи переходу до дорослості є досягнення емоційної зрілості; перехід до середньої дорослості – прийняття себе справжнього, усвідомлення цінності «бути собою» і гнучкість у виборі напрямів саморозвитку; переходу до зрілості – самодостатність або сила его, яка визначає незалежність особистості в реалізації життєвих цілей, лінії життя, в сфері відносин.

Проте ці вікові орієнтири далеко не завжди відповідають сформованому за життя суб'єктивним уявленням людини про відповідну поведінку. В якостей маркерів розвитку дорослої людини (за Грейс Крайг) можна розглядати наступні :

- соціальні ролі,
- фізичне здоров'я,
- матеріальні та фінансові ресурси,
- кваліфікація,
- соціальна підтримка,
- адекватність розуміння подій,
- передбачення життєвих подій й готовність до них,
- особистісні властивості людини,
- обставини життя.

Щонайменше, один з моментів кризи пов'язаний з проблемою *зменшення фізичних сил та привабливості*. Отже, дорослість, це вік підведення попередніх підсумків, коли вирішується, чи були реалізовані мрії юності. Змінюються соціальні очікування та будуються нові плани.

Г. Шихі виділила кілька моделей проживання життя і чоловіками, і жінками: нестійкі, замкнуті, вундеркінди, вихователі, інтегратори тощо. Крім того, вона відмічає, що вікові кризи жінок більшою мірою пов'язані зі стадіями та подіями життєвого циклу. Відмітимо також, що про нормативні кризи дорослості писали Б. Лівехуд, Р. Пекк, Е. Еріксон та інші автори.

Розвиток пізнавальних процесів триває й у дорослому віці, але відбувається він нерівномірно. Так, розвиток *психофізіологічних функцій*, які визначають функціонування сенсорно-перцептивної системи, продовжується на початковій стадії дорослого періоду і досягає свого оптимуму близько 25 років. Потім розвиток сенсорно-перцептивних характеристик стабілізується і зберігається до 40 років, після чого починає знижуватися.

Найбільші зміни відбуваються в короткочасній вербальній *пам'яті*: найвищі показники характерні для 18-30-річного віку, а потім відбувається поступовий спад. Образна пам'ять зазнає найменших змін, вербальне закарбовування довготривалої пам'яті вирізняється значною сталістю і починає знижуватися після 36 років. Найбільше до вікових змін схильні обсяг, переключення і вибірковість уваги, зниження показників яких відбувається після 34 років. Сталість і концентрація суттєво не змінюються.

Розвиток *інтелектуальних показників* триває упродовж усього періоду. Показники невербального інтелекту сягають свого оптимуму у 30-35 років, але вербальний інтелект розвивається після 40. Інтелектуальний розвиток дорослої людини відбувається в тісному зв'язку з розвитком особистості. Причому із зупинкою розвитку психофізичних функцій близько 25 років інтелектуальний розвиток продовжується довгі роки. Розвиток вербально-логічних функцій відбувається майже весь період зростаючи до 50-річного віку і поступово знижуючись до 60-річного.

Однією з основних характеристик *мислення* є комплексний характер мисленнєвих операцій за високого рівня інтеграції різних видів мислення. Наприклад, результати теоретичного мислення перевіряються практикою, під

впливом якої відбувається збагачення і теоретичного мислення. Водночас, практичне мислення, пов'язане з безпосередньою ситуацією, відштовхується від понять теоретичного мислення тощо.

У дорослому віці відбуваються зміни в якісних параметрах **мовлення**: лексичному і граматичному складі. Наприклад, перехід від простого речення до складно поширеного із двома, трьома, чотирма членами.

Одне з важливих новоутворень дорослого віку, яке вирізняють вчені, це **мудрість** - експертна система знань, що зорієнтована на практичний аспект життя і дає змогу виносити зважені судження і давати корисні поради щодо життєво важливих питань; вміння оцінювати ситуацію та інформацію у ширшому контексті; здатність впоратися з невизначенністю.

Окрім цього, розвиток когнітивної сфери дорослої людини значною мірою індивідуально зумовлений: дорослий здатен самостійно контролювати процес свого інтелектуального розвитку і досягати вершин професійної майстерності й творчості. На цей процес впливає низка чинників, насамперед обдарованість людини, рівень її освіти й сфера діяльності. Активна розумова діяльність сприяє збереження досягнутого рівня розвитку пізнавальної сфери на довгі роки.

Запитання для самоперевірки

1. Назвіть вікові межі дорослості.
2. Охарактеризуйте дорослість як віковий етап соціально-психологічного становлення людини.
3. З якими основними психологічними проблемами зустрічається людина у ранній дорослості? Як вони вирішуються?
4. Як сучасні жінки і чоловіки можуть розв'язати суперечність між різними соціальними ролями?
5. Як співвідносять поняття «дорослість» і «зрілість» у психологічній науці?
6. Визначте особливості провідної діяльності на різних етапах періоду дорослості.

7. Як змінюється ставлення до себе, інших, оточуючого світу у період дорослості?
8. У чому полягають особливості сімейних криз у різні періоди дорослості?
9. Чому з настанням дорослості процес розвитку людини не припиняється і не завершується?
10. В чому полягає суть криз у період дорослості? Які кризи Ви знаєте?
11. Що таке акмеологія? Яке місце займає акмеологія в системі наук про людину?
12. Як розвивається когнітивна сфера у період дорослості?
13. Які зміни відбуваються у розвитку сприймання, пам'яті, мислення, мови та мовлення?
14. Як розвивається самосвідомість, Я-концепція?
15. В чому особливості емоційної сфери, волі?
16. Що таке життєва професійні деформації людини?
17. В чому причина виникнення кризи середини життя? Як її можна подолати?

Тематика рефератів і аналітичних оглядів

1. Теорія трансформації психології дорослої людини Р. Гулда.
2. Стадії когнітивного розвитку у дорослості (за У. Шейо).
3. Емоційні зміни у період дорослості. Комплекс Іони та шляхи його подолання.
4. Особливості кохання у період дорослості (на прикладі трикомпонентної теорії кохання Р. Стернберга).

Практичні завдання до теми

I. Завдання, націлені на розвиток логічних умінь**

- 1) Опишіть особливості розвитку особистості в зрілому віці. У чому сутність поняття «зріла особистість».
- 2) Заповніть таблицю «Характеристика психічного розвитку у період дорослості».

Віковий період	Провідна потреба	Соціальна ситуація розвитку	Провідна діяльність	Новоутворення
Рання дорослість				
Середня дорослість				
Пізня дорослість				

II. Психологічні задачі***

1. Опитування дорослих про перші спогади дитинства показали, що найчастіше вони пригадують сильні переляки і страхи, смерть близьких, покарання й образи, нещасні випадки, розлуку тощо. Коли ж згадують події недавнього минулого, то серед них значно більше приємних. Цікаво, що коли досліджуваних просять відтворити слова, які викликають у них позитивні і негативні емоції, то перші запам'ятовуються краще.

Як можна це пояснити? Що ж запам'ятовується краще: приємне чи неприємне?

2. Петро, 44 роки, тривалий час у поганому настрої, переживає депресивний стан, вказує, що часто задумується над тим, що має недостатньо особистих здобутків у його житті. Часто порівнює себе зі своїми однолітками, однокласниками і сам собі дорікає, що його ровесники більш успішні, ніж він сам.

Які причини цих переживань? Як можна пояснити це явище?

3. Вчителька старших класів, стаж роботи в школі – 30 років, скаржиться на постійну втомлюваність, брак часу, «загнаність», безсоння, дратівливість або часи відчаю, коли сльози на очах. Зауважує, що до кінця навчального

року відчуває себе «вижати́м лимоном», має зниження інтересу до життя, особистих справ. Робота вже не доставляє задоволення, як це було раніше. У бесіді із оточуючими, близькими, постійно використовує повчання, менторський тон.

Що, на вашу думку, може зумовлювати таку поведінку вчительки? Які причини? Щоб Ви їй порадили?

Тестові завдання для самоконтролю

1. Основні новоутворення ранньої дорослості:
 - А сімейні стосунки й професійна компетентність;
 - Б любов і закоханість;
 - В навчання і професійне вдосконалення;
 - Г пошук власного «Я».

2. Генеративність – це:
 - А розвиток близькості з товаришами;
 - Б зобов'язання дорослої любити людину і зберігати тривалі стосунки з нею;
 - В прагнення дорослої людини психологічно увічнити себе шляхом здійснення довготривалого і значимого внеску в оточуючий світ.

3. Які властивості уваги змінюються в ранній дорослості?
 - А стійкість і концентрація;
 - Б стійкість, об'єм, переключення;
 - В обсяг, переключення, вибірковість.

4. Як називається вищий прояв глибини розуму людини, що ґрунтується на розвиненій у неї здатності до аналізу і узагальнення, життєвому досвіді і здоровому глузді?
 - А ерудованість;
 - Б мудрість;

- В інтелектуальність;
- Г інтегральність.

5. Яким фактором спричинене переживання кризи середини життя:

- А відокремленням дорослих дітей;
- Б переглядом та переоцінкою життєвих досягнень;
- В перспективами виходу на пенсію;
- Г прогресуючим старінням.

6. За рахунок якого психологічного надбання людина середнього дорослого віку розв'язує поточні проблеми:

- А життєвої мудрості;
- Б статусу керівника на роботі;
- В кризи середини життя;
- Г позитивного мислення.

7. Зріла дорослість, це період життя який триває:

- А від 30 до 50 років;
- Б від 40 до 60 років;
- В від 40 до 65 років.

8. Нормативний, нестабільний процес, який виникає під час переходу людини від одного вікового періоду до іншого, пов'язаний з якісними перетвореннями у соціальних відносинах, діяльності, свідомості і виявляється в цілісних психічних і особистісних змінах, це:

- А розвиток;
- Б криза;
- В дорослішання

9. Внутрішній часовий графік життя, спосіб встановлення, наскільки людина у своєму розвитку випереджає ключові соціальні події, що припадають на період дорослості, або відстає від них, це:

- А віковий час;
- Б біологічний вік;
- В психологічний вік.

10. Вік, який вказує на відповідність стану організму та його функціональних систем певному моменту життя людини, це:

- А віковий час;
- Б біологічний вік;
- В психологічний вік.

11. Особистісна рефлексія, це:

А процес свідомого визначення суб'єктом своєї сутності та місця у системі суспільних відносин, світі, що виявляється в активному ставленні людини до себе та навколишньої дійсності;

Б психічне утворення, яке формується під впливом спочатку сімейного, а потім цілісно культурного виховання і яке виконує функцію заборон і покарань;

В заглиблення у світ власних вчинків, почуттів, переживань, співвіднесення їх з навколишньою дійсністю.

12. Зумовлене життєвими труднощами і помилками розчарування людини в значущості культивованих нею цінностей, норм, ідеалів, яке призводить до зміни сенсу її життя, переоцінки життєвих цінностей, це:

- А криза середини життя;
- Б криза тридцяти років;
- В криза ідентичності.

13. Психологічний феномен, що переживається людьми, які досягли 40-50 років, і полягає в критичній оцінці та переоцінці досягнутого в житті, це:

- А мотиваційна криза;
- Б криза середини життя;
- В криза раннього дорослого віку.

14. Психологічними новоутвореннями в ранній дорослості є:

- А формування індивідуального стилю мисленевої діяльності;
- Б формування індивідуального життєвого стилю;
- В формування здатності до самопізнання;
- Г формування організаторських здібностей.

15. Галузь психологічної науки, яка вивчає закономірності та механізми розвитку людини на етапі зрілості:

- А диференційна психологія;
- Б персонологія;
- В акмеологія;
- Г етнопсихологія.

16. Характер мислення дорослої людини визначається:

- А індивідуальним стилем розумової діяльності;
- Б індивідуальним життєвим стилем;
- В професійною діяльністю;
- Г навчальною діяльністю.

17. Криза тридцяти років зумовлена:

- А переоцінкою життєвих цінностей;
- Б переосмисленням досягнутого в житті;
- В переоцінкою вимог реального життя та власних уявлень;
- Г інтеграцією, переоцінкою минулих стадій розвитку.

Основні поняття і ключові слова: «акме», акмеологія, генеративність, гетерохронність, діалектичне мислення, гнучкість мислення, зрілість, життєвий шлях, життєва перспектива особистості, життєва криза, майстерність, професіоналізм особистості, професійна деформація особистості, самосвідомість, соціальна роль, соціальний час, психологічний час.

Тема 7. ПСИХОЛОГІЯ СТАРОСТІ

Мета вивчення теми: розуміти сутність старіння як психофізіологічного явища; знати, яким чином здійснюється робота інтелекту в пізній дорослості, які особистісні, професійні, сімейні, соціальні зміни є характерними для людей у періоді старості та довголіття.

Стислий зміст теми

План

1. Старіння як психофізіологічне явище.
2. Робота інтелекту в пізньому дорослому віці
3. Особистісні зміни в пізньому дорослому віці
4. Професійні та сімейні зміни в пізній дорослості.
5. Помирання та смерть як психологічні явища.

1. Старіння як психофізіологічне явище

Пізній дорослий вік триває з 60 років і більше. Завершальним етапом людського життя є пізній дорослий вік, який в наукових колах ще називають *геронтогенезом*.

Найважливішим завданням для людини похилого віку на початку цього періоду є адаптація до прогресуючого старіння. Хоча старіння - це типовий віковий процес більшості живих організмів, єдиного підходу щодо тлумачення науковцями його причин не існує. Натомість, розповсюдженими є теорії пояснення старіння людини, зміст яких можна умовно звести до двох груп:

- теорії зношування організму, які стверджують, що аналогічно до будь-якого механізму організм людини від життєдіяльності як експлуатації зношується, тобто старіє;
- теорії генетично запрограмованого старіння, сутність яких полягає в тому, що в кожній клітині людського організму розміщений генетичний

таймер, який регулює її діяльність і в певний момент «вмикає» старіння.

Визнаючи природність та неминучість процесу старіння людини, вчені стурбовані питаннями його пом'якшення та уповільнення.

Ключовими процесами старіння є інволюційні тобто регресивні зміни, однак окремі соматичні процеси покращуються. Виокремлюється ряд типових фізичних ознак старіння:

- А) зменшення мускульної маси та фізичної сили;
- Б) зниження еластичності кровоносних судин;
- В) прогресування хронічних хвороб;
- Г) погіршення дії імунної системи, температурний дисбаланс;
- Д) демінералізація кісток, стискання хребта, сутулість постави;
- Е) зміни зовнішності (сивина, сухість шкіри, зморшки...)

Поряд з цими інволюційними процесами старіння мобілізує резерви організму. Так, зростає активність багатьох ферментів, посилюється гліколіз як механізм накопичення енергії тощо.

Розгортання старіння конкретної людини суттєво залежить від її особистості - настанов, діяльності, образу та змісту життя. Існують *природні та патологічні* детермінанти старіння, останні прискорюють старіння та ускладнюють його перебіг. До патологічних детермінант старіння відноситься погана екологія, згубний спосіб життя, шкідливі звички, надмірне переживання стресів тощо.

Суспільство має багато стереотипів сприймання старості, здебільшого негативних, наприклад, що старі люди є бідними і немічними, неспроможними повноцінно працювати тощо. Це несприятливе ставлення до старості і людей похилого віку проявляється як *ейджизм*.

Ейджизм - негативне упереджене ставлення суспільства до людей похилого віку, їх знецінення, приниження та дискримінація

Своїми коренями ейджизм пов'язаний з *ювеналізмом* - культом молодості, що став життєвою філософією XX століття. Психологічними причинами розповсюдженості ейджизму в сучасному європейському суспіль-

стві щодо людей похилого віку є, на думку засновника терміну Р.Батлера, глибоко прихована тривога молодих і зрілих людей, їх особиста відраза та неприязнь до старості, хвороб, інвалідності й страх немічності, непотрібності та смерті.

Для подолання ейджизму можна взяти за приклад повагу та любов до старих людей, яка традиційно притаманна більшості жителів східних країн.

2. Робота інтелекту в пізньому дорослому віці

Старіння впливає і на роботу нервової системи людей похилого віку, яка знижує свою чутливість, а внаслідок цього уповільнюється реакція організму на дію зовнішніх подразників. *Сенсорна чутливість* дещо погіршується, що особливо має місце в роботі слухових відчуттів. Поганий слух людини похилого віку може викликати її удавану неухважність, захисну самозаглибленість. У окремих особистостей пізнього дорослого віку на фоні глухоти можуть посилитись такі риси, як замкнутість та підозрілість.

Період пізньої дорослості характерний також погіршенням зору у багатьох його представників. Так, зменшується здатність фокусувати погляд на предметах, що зумовлено втратою еластичності кришталика, а його помутніння викликає катаракту. Погіршення гостроти зору ускладнює сприймання дрібних деталей і потребує використання корекційних окулярів. Смакові відчуття практично не піддаються віковим змінам, в той час як нюхова чутливість погіршується. Важливо, що ступінь погіршення суттєво залежить від індивідуальних особливостей людини.

Хоча прийнято вважати, що розум людей похилого віку слабне, однак багато експериментальних даних показали тенденцію збереження багатьох когнітивних функцій в пізній дорослості. Виявлено, що під впливом органічних перетворень мозку, пов'язаних з старінням, відбуваються зміни в роботі інтелекту людини похилого віку. Найбільш типові з них - це зниження швидкості розумових операцій, зокрема обробки перцептивної інформації, механічного запам'ятовування та часу реакції.

Дослідження *мнемічної діяльності* людей похилого віку показали несуттєве зниження роботи короткочасної пам'яті, практично без змін залишаються темпи оперативної пам'яті та знижується продуктивність довготривалої пам'яті, особливо такого процесу, як запам'ятовування. Хоча на роботу пам'яті в похилому віці впливає стан судин людини, однак вагому роль відіграє психологічний фактор - задіяність інтелекту. Логічна пам'ять зберігає високу продуктивність і в старості, на відміну від механічної. Логічна пам'ять спирається на роботу мислення, яке в людей похилого віку зазвичай зберігає свої активні функції.

Почавши активно формуватись ще в попередньому віковому періоді, в пізній дорослості досягає свого піку **мудрість**. Мудрість - експертна система знань людини, що є зорієнтованою на практичну сторону життя та забезпечує вироблення зважених суджень і прийняття поміркованих рішень.

В основу життєвої мудрості покладений культурно зумовлений *кристалізований інтелект*, який в пізній дорослості досягає найбільшої насиченості. Хоча досвід відіграє важливу роль у виробленні мудрості людьми похилого віку, проте не є прямим відображенням його накопичення. Слід брати до уваги, які саме уроки людина напрацьовує до старості і впродовж неї.

Прийнято вважати, що *уява* як пізнавальний процес найбільш активно працює в дитинстві, підлітковому та юнацькому періодах, тоді як пізня дорослість передбачає задіяність пам'яті та мислення. Однак людина похилого віку в зв'язку з аналізом власного життєвого шляху спрямовує імажинативні процеси на трансцендентальні аспекти дійсності, а перспективи помирання схиляють до релігійності. Тобто уява у пізній дорослості набуває дещо містичного характеру.

Дискусійним в геронтопсихології залишається питання обов'язковості спаду розумової активності та згасання інтелекту людей похилого віку. Більшість вчених наполягає, що спад розумової активності не є обов'язковим, так як зумовлений переважно настановами людини. Механізм цього явища

означає, що у пригніченні розумової активності людини похилого віку винні не старечі інволюційні процеси, а навіювання, очікування та інтелектуальна бездіяльність самої особистості.

Спад інтелекту в похилому віці зумовлюється прямими та опосередкованими чинниками. До прямих відносяться старечі хвороби мозку: судинні ураження мозку (інсульт, інфаркт мозку, атеросклероз), стареча деменція (набута слабоумність, що виявляється в дефектах пізнання, прогресуючій амнезії та особистісних порушеннях), хвороба Альцгеймера (прогресуюче відмирання клітин головного мозку, що супроводжується поступовим послабленням пам'яті та дезорієнтацією людини). До типових опосередкованих чинників старечого спаду інтелекту відносять: неблагополучне фізичне та психічне здоров'я, харчову недостатність (авітаміноз), зловживання алкоголем та ліками, інтелектуальну бездіяльність.

Дослідженнями доведено, що вербально-логічні функції прогресують навіть тоді, коли інволюція старості вже вразила невербальний інтелект і сенсомоторику людини. При високому рівні задіяності інтелекту, розвинених пізнавальних інтересах та системній самоосвітній діяльності спад вербальних функцій не відбувається до глибокої старості. Доволі часто люди зберігають свою розумову працездатність і по досягненню 70-річного рубежу. Більше того, багато талановитих людей саме в похилому віці створюють справжні шедеври, що отримують світове визнання.

3. Особистісні зміни в пізньому дорослому віці.

Різним є сприймання старості самими людьми похилого віку, які проходять в сучасному суспільстві складні адаптаційні процеси подвійного характеру. Так, зовнішня адаптація визначається стрімкими темпами соціально-економічного розвитку країни, його нестабільністю і вимагає проявів гнучкості в світосприйманні та поведінці. Внутрішня адаптація пов'язана з прогресуючим старінням та змінами власної ідентичності.

Особистісні зміни людини в пізній дорослості суттєво визначають її ставлення до старіння.

Соматичні (організм та його життєдіяльність) та соціально-психологічні (статус, Я-концепція) зміни, що відбуваються в пізній дорослості, неминуче викликають оновлення сприймання особистістю себе в старості. Задоволеність життям та успішність пристосування до нього людини похилого віку залежить від багатьох факторів, а саме: здоров'я, матеріальних статків, житлових умов, змісту діяльності, сімейного становища, характеру спілкування з оточуючими тощо.

Старіючи, втрачаючи фізичні сили, індивід *може зберігати здатність прогресивно розвиватися як особистість*. Важливою умовою продуктивного життя в старості є інтеграція суб'єктом всіх пройдених ним стадій, свого минулого, теперішнього і уявлюваного майбутнього життя. Передумовою інтеграції є успішне розв'язання нормативних криз, життєвих завдань і конфліктів. При цьому значимим чинником інтеграції є акцент на теперішньому житті, аналіз з позицій актуальних стосунків і ставлень. Тоді людина може переоцінити свій минулий досвід, який сприймався малозначимим, а тепер стає «біографічним відкриттям». Така дистанційна позиція береже людину похилого віку від поглинання минулим. Суттєвим моментом є оцінка життя з позицій оптимізму, тоді минулі поразки та помилки сприймаються як тяжкі, але необхідні уроки, що ведуть врешті-решт до перемоги.

Поняття *щасливої старості* прийнятне для групи людей похилого віку, які приймають своє теперішнє існування без заперечень та планів змін на краще. В пізній дорослості у цих людей з'являється схильність до перегляду минулих активних настанов, правил та переконань. Така мислена робота приводить до вироблення нової, споглядальної, спокійної та самодостатньої життєвої позиції. Характерне звернення до природи, моральних цінностей, що може виразитись, наприклад, у догляді за домашніми тваринами.

Американський психолог Е.Еріксон вважає головним завданням

психіки в пізньому дорослому віці *підтримку ідентичності*. Внаслідок тих змін, які відбуваються з людиною похилого віку, вона переймається проблемою збереження власної сутності, значимості та особистісної цінності. Важливим є збалансування цілісності Я-концепції як результату тривалого процесу особистісного розвитку з відкритістю новому досвіду та змінам у житті.

Якщо такої відкритості нема, утворюється психологічне «окостеніння», або, за означенням Е.Еріксона, *особистісна стагнація*. Особистісна стагнація - застій в особистісному розвитку людини, спричинений її зацикленістю на минулому та несприйманням подальших змін ідентичності. Вона може заважати людині здійснити конструктивний аналіз свого життєвого шляху. Люди похилого віку часто розмірковують над питанням, чи виправдало життя їх очікування. Результати цих розміркувань визначають їх емоційні переживання. Особистість, яка, озираючись назад, у власне минуле, приходить до висновку, що її життя мало сенс, відчуває радість та задоволення від повноти життя та власної значимості.

Якщо людина похилого віку розглядає свій життєвий шлях як ланцюг помилок і втрачених можливостей, то переживає відчай. За переконанням Е.Еріксона, для останньої фази зрілості саме це сумування, інтеграція і оцінка всіх минулих стадій розвитку Его є кінцевою стадією життєвого циклу.

Почуття відчаю і шкодування можуть в кінці кінців привести людину похилого віку до серйозних психологічних розладів. Найбільш типовими патологічними розладами є:

- депресія, що супроводжується постійною тривогою та пригніченістю,
- іпохондрична фіксація тобто патологічна зацикленість на стані здоров'я, впевненість у тяжкому невиліковному захворюванні,
- марення про притиснення, що виявляється у нав'язливих ідеях про пригнічення зі сторони інших людей,
- домисли з горделивими ідеями власної значимості як спосіб

компенсації почуття знецінення себе та свого життя.

Представникам пізньої дорослості притаманне загострене почуття власної вразливості через потребу в увазі та допомозі, але й страх стати тягарем для близьких. Для старих людей характерні ознаки *іпохондрії* - надмірної стурбованості власним здоров'ям як захисної реакції на страх смерті та соціальну ізоляцію.

Внаслідок гормональних змін та дисбалансу чоловічих та жіночих гормонів в організмі чоловіки пізнього дорослого віку набувають ознак фемінінності, тобто стають пасивними, емоційними, а жінки - маскулінності, виявляючи риси агресивності, практичності та владності.

Психіка людей похилого віку зайнята спогадами та самоаналізом. Старість неначе повертає людину до актуальних в юнацькому віці питань особистісного самовизначення: «Хто я?», «Яким я був?», «Що чекає попереду?». В пошуках відповіді на ці питання важливою стає не тривалість життя, а його зміст, наповненість. Але людина похилого віку вже не обтяжена максималізмом, позбавлена ілюзій, амбіцій в пошуках резону подальшої життєвої активності.

В пізній дорослості особистість може переживати як нормативні, так і ненормативні кризи. *Нормативну кризу похилого віку* спричинює суперечність між потребою в самореалізації та обмеженнями фізичних і психічних ресурсів. По суті, **криза пізньої дорослості** - це відмова від життєвої експансії, тобто узгодження життєвих потреб, планів та поведінки з актуальними можливостями організму та психіки. Похідною лінією цієї кризи є необхідність прийняття життєвого шляху таким, яким він був, а не бажався. Ненормативні кризи в пізньому дорослому віці спричинюються проблемами зі здоров'ям, втратою шлюбного партнера, зміною місця проживання тощо.

Конструктивним способом реагування особистості є опанувальна поведінка, яка у людей похилого віку набуває більш зрілих форм.

4. Професійні та сімейні зміни в пізній дорослості

Пізня дорослість - це етап завершення професійного циклу. Хоча суспільство має визначені чіткі хронологічні рамки виходу на пенсію, які розпочинають відповідні державні виплати, проте досягнення особистістю пенсійного віку не означає автоматичного завершення нею професійної діяльності. Багато людей похилого віку зберігають професіоналізм і, маючи бажання працювати, продовжують свою трудову діяльність. Це особливо стосується гуманітарних професій, досвід представників діяльності яких не так швидко піддається старінню. Накопичення професійного та особистісного досвіду до і впродовж пізньої дорослості, його трансформація в життєву мудрість сприяють прогресу професіоналізму таких фахівців. Це справедливо стосовно професій педагога, психолога, психотерапевта, медика, юриста та багатьох інших. Рівень професіоналізму та позитивна мотивація дозволяє цим фахівцям брати на себе роль наставників.

Однак існує й інший аспект ситуації. Впродовж віків соціальна роль людей похилого віку полягала в накопиченні і трансляції життєвого досвіду, знань та вмінь молодшим поколінням. Сьогодні ж знання і професійні навички набуваються через соціальні інститути, та цілі пласти інформації застарівають декілька разів впродовж життя одного покоління. За таких умов досвідчені фахівці похилого віку перетворюються в «носії минулого» - віджитих цінностей, застарілих професійних знань. В такій ситуації їх своєчасний вихід на пенсію є найбільш прийнятним варіантом.

Для більшості людей **вихід на пенсію** є однією із найбільш значних змін в пізній дорослості. Тому ця подія вимагає перебудови особистості похилого віку та її образу життя, суттєво впливаючи на Я-концепцію. Хоча вважається, що перспективами виходу на пенсію більше переймаються чоловіки, однак дослідження засвідчили, що сприймання цієї події не має типових статевих особливостей.

Поганий стан здоров'я може змусити людину залишити роботу, причому найбільш травматичною є несподіваність цієї події, спричинена

загостренню хвороби. Якщо людина похилого віку має достатні фінансові ресурси, щоб дозволити собі задовольняти потреби як і до пенсії, то ця подія не так лякатиме її. Багато людей пенсійного віку змушені продовжувати працювати саме через брак коштів на прожиття.

Родичі та друзі представника пізньої дорослості суттєво впливають на його сприймання виходу на пенсію. Позитивне сприймання ними завершення трудової кар'єри передається людині похилого віку, однак має значення узгодженість їх очікувань щодо зайнятості особистості на пенсії. Конфлікт може викликати нав'язування пенсіонеріві його близькими якихось небажаних для нього справ чи обов'язків.

Особливу роль відіграє потреба у професійному задоволенні. Культивована в суспільстві відданість суб'єкта праці своїй справі створює залежність його самоповаги, ідентичності в цілому тільки від професійної діяльності. Вихід на пенсію для таких людей означає втрату всього важливого, цінного та продуктивного в житті, особливо якщо немає ніякого хобі, цікавого заняття для дозвілля. Завершення професійного циклу пов'язане з появою великої кількості вільного часу, який нічим заповнити, крім того дошкуляє почуття непотрібності.

Для того, щоб завершення професійного циклу не стало трагічною подією для людини похилого віку психолог А.Томпсон рекомендує дотримуватись таких етапів підготовки до виходу на пенсію: 1) звуження кола своїх посадових обов'язків; планування життя на пенсії; турботи про закінчення професійної діяльності і оформлення документації. Внаслідок послідовного проходження особистістю пізньої дорослості цих етапів відбувається формування *пенсійної зрілості*.

Пенсійна зрілість - новоутворення психіки людини похилого віку, що виявляється в позитивному сприйманні перспективи виходу на пенсію, готовності до завершення професійного циклу

Деякі представники пізньої дорослості змушені працювати не за професією, підтримуючи власний економічний стан або надаючи фінансову

допомогу родині.

У зв'язку з припиненням професійної діяльності люди похилого віку акцентують більше уваги на сімейному та особистісному аспектах своєї ідентичності. Представники цього віку по можливості часто контактують з дітьми, надаючи їм ненав'язливу підтримку. Велику емоційну насолоду зазвичай приносить спілкування з онуками та правнуками.

Люди похилого віку вже остаточно звільняються від прямих виховних функцій. Тому в цьому віці сімейні ролі звужуються, а подружні - посилюються, активізується підтримка подружжям один одного. Великий шлюбний стаж, традиції та теперішні спільні проблеми сприяють зміцненню подружніх взаємин. Більше того, саме через тривалий збережений шлюб партнер стає головним джерелом втіхи, підтримки і душевної близькості для людини похилого віку. За думкою Г.Крайг, щасливі шлюби, що збереглись в пізній дорослості, часто стають більш *егалітарними*. **Егалітарний шлюб** - тип шлюбу, в основу якого покладено принцип створення рівних умов для самореалізації кожного партнера, незалежно від його статі.

Перетворення шлюбних стосунків в егалітарні щодо подружжя пізнього дорослого віку зумовлене віковим «стиранням» гендерних особистісних рис. Традиційні гендерні ролі в цьому віці втрачають свою важливість. Члени подружжя схильні частіше надавати різнопланову підтримку один одному, взаємно виграючи від цього.

Якщо хвороба обмежує можливості одного із членів подружжя, то інший здійснює догляд за ним. Жінкам похилого віку частіше доводиться доглядати за хворими чоловіками, ніж навпаки. Тривалий догляд за хворим членом подружжя може спричинити стрес догляду, який виражається у втомі, безсиллі. Справжнім випробуванням стає догляд за психічно хворою людиною похилого віку. Проте багато представників пізньої дорослості віддано доглядають за хворим членом подружжя, визнаючи, що допомагати людині, яка так багато для них значить, є обов'язком і глибоким задоволенням.

Зовсім по-іншому почувають себе ті люди похилого віку, які втратили чоловіка або дружину. Смерть члена подружжя переживається по-різному: як відчай при надто сильній прив'язаності чи звільнення при тривалій хворобі людини. Така втрата є великим горем і супроводжується довгим періодом адаптації до нового статусу - вдівця чи вдови. Подальше влаштування життя овдовілої людини похилого віку може мати наступні альтернативи: знаходження нового партнера, приєднання до родини дітей, самотність.

Особливо важким в пізній дорослості виявляється самотнє проживання, ускладнене бездітністю. Втрата чоловіка чи дружини для людини похилого віку окрім потужного психологічного стресу приносить багато побутових незручностей, на кшталт ведення домашнього господарства, вирішення фінансових питань тощо. В умовах самотності та послабленого здоров'я це може стати непосильним тягарем для старої людини. Проблемним є й перебування людини похилого віку в соціальних закладах - пансіонатах, Будинках престарілих, оскільки вона відчуває сильну ізоляцію та пригнічена тим, що не в змозі розпоряджатись власним життям. Не отримуючи належної соціальної підтримки, а часто й страждаючи від ейджизму особистість обирає розповсюджену реакцію *старечого самогубства*. Воно виявляється в пасивній формі - так званої покірної смерті, коли людина не опирається хворобам, або суїцидальної ерозії тобто зловживанні ліками і/чи алкоголем для прискорення смерті.

5. Помирання та смерть як психологічні явища

Динаміка людського життя має певні етапи і закінчується **смертю**. Цей неминучий фінал життєдіяльності людини закладено самою природою, як і народження. Смерть на біологічному рівні виявляється як припинення роботи всіх систем організму, на психологічному рівні - припинення відчуттів та роботи психіки в цілому, залишення людей, справ, шлях в невідоме.

Смерть - складна тема для вивчення психологією, оскільки нема ніяких

фактичних даних про неї, бо коли людина помирає, її мозок перестає функціонувати. Помирання вивчене дещо краще. Більшість людей спирається на релігійне трактування посмертного стану душі, ідеї про потойбічний світ, реінкарнацію тощо.

Людина відрізняється від інших живих істот знанням про неминучість власної смерті. Однак це знання для неї - важка, нестерпна ноша. Людина тікає від цього знання, а цивілізація допомагає їй. В минулі історичні періоди, коли людина помирала в себе вдома, смерть була рядовою подією, а поховання ставало турботою всієї родини.

Двадцяте сторіччя сформувало еру «невидимої смерті» - люди помирають в лікарнях, перебувають потім в моргах, щоб не бентежити живих. Схильність приховувати цю подію призвела до того, що пересічні громадяни споглядають смерть по телевізору кілька разів на день, а в реальності не зустрічаються з помиранням. В деяких кантонах Швейцарії похоронним автобусам заборонено їздити вдень, щоб не бентежити громадян. У суспільстві сприймання смерті поєднує стурбованість та заперечення, тобто люди зазвичай бояться та заперечують власну смерть. Інша тенденція ставлення до смерті - її десакралізація, сприймання через «чорний» гумор.

Таке ставлення суспільства до помирання та смерті порушує природність цих процесів, нагнітає тривогу та страх перед ними. Однак, здебільшого думки про смерть не заважають жити. Навпаки, пам'ятаючи про смерть, людина набуває особливого відчуття життя, пізнає його істинну ціну, вчиться бачити строгу грань буття і небуття.

Про смерть думають представники всіх вікових періодів, починаючи з раннього дитинства, однак з різним змістом та ставленням.

Здавалось би, наближення кінця життя повинно посилювати страх смерті людей похилого віку. Дослідження свідчать, що старі люди бояться смерті не більше, а часто й менше, ніж представники молодшого віку, визнаючи неминучість цієї події. Люди похилого віку прагнуть легко і

безболісно, необтяжливо померти. Більшість старих людей думає про кінець свого життя часто, але зі спокоєм. Страх смерті є активнішим у дезінтегрованих старих людей, які зациклились на безкорисності свого існування. Відтак, тривога представників пізньої дорослості, пов'язана з думками про смерть, є одним із симптомів складного процесу прийняття кінця життя в його загальному контексті.

Зустрічаються наукові дані, що свідчать, що окремі люди похилого віку передчувають, передбачають наближення своєї смерті і ставляться до цього відносно спокійно, визнаючи факт невідворотності, однак такі випадки є рідкісними. Багато накопичених клінічних даних підтверджують тяжкість психічного стану приречених людей. Відчуваючи наближення смерті, особистість починає аналізувати свій життєвий шлях, виокремлює найбільш вагомі суб'єктивні цінності, пригадує образи, нанесені нею іншим людям, пробує їх залагодити по можливості, тобто відбувається так званий *огляд життєвого шляху*. За думкою Г.Крайг, тільки відчуваючи наближення кінця, людина може максимально кристалізувати життєві цінності та образ власного «Я». Впродовж передсмертного стану у людини формується специфічний погляд - ніби відсторонений і самозаглиблений. Більшість людей у термінальному стані переживає сильні психологічні страждання, не обов'язково пов'язані з фізичними муками, а часто спричинені невідомістю подальшого існування після смерті. Помічено, що чоловіки здебільшого переживають і виражають більш сильне психологічне страждання у термінальному періоді, ніж жінки.

Американський психолог Е.Кюблер-Рос вивчала особливості термінального періоду життя дорослих людей і виокремила типові стадії їх пристосування до помирання: заперечення, гнів, торг, депресія, прийняття.

Стадія *заперечення* є первинною і розгортається тому, коли людина дізнається, що смертельно хвора. Але ця звістка її настільки приголомшує, що спрацьовує механізм психологічного захисту, і особистість відмовляється визнати наближення власної смерті.

Другою стадією є *гнів*. Цей крок є логічним наслідком попереднього, коли людина, все ще не визнаючи близького помирання, емоційно бурхливо переживає цю інформацію, у відчаї шукаючи винних у своєму становищі (лікарів, рідних, Бога тощо). Спілкування близьких з людиною у такому стані є дуже ускладненим.

На стадії *торгу*, інтуїтивно вже відчуваючи правдивість факту наближення власної смерті, людина продовжує її свідомо заперечувати і шукає шляхи відвертання або ж відстрочення помирання засобами обдумування якихось перспективних зобов'язань, домовленостей з лікарями, пошуків ліків тощо. Етап складний, бо відчай набуває гіперактивних форм, спустошуючи психіку особистості.

Далі розгортається стадія *депресії*. На цьому етапі людина нарешті визнає наближення своєї смерті, але є настільки приголомшеною цією інформацією і виснаженою попередньою безрезультатною боротьбою, що переживає глибоку депресію, почуття тотальної безнадії.

Останньою стадією є *прийняття*. Безнадія дещо пом'якшується остаточним визнанням смерті людини, здійсненим нею аналізом життєвого шляху, спілкуванням з духовним наставником та вірою у позаземне життя. Найбільш сприятливим варіантом є остаточне прийняття смерті та душевна рівновага в її очікуванні.

Хоча психолог визначила таку послідовність термінальних переживань людини, проте наголошувала, що далеко не кожен помираючий обов'язково проходить ці етапи, можлива зупинка на будь-якому з них. Щодо людей похилого віку, то ймовірність переживання всіх термінальних етапів зростає, так як багато представників пізньої дорослості вже обмірковували питання власного помирання і психологічно налаштували себе на наближення цієї події.

Серйозною моральною дилемою для світової громадськості стало питання **евтаназії** тобто так званого вбивства через милосердя. Досліджено, що розповсюдженість схильності до цього типу помирання у людей похилого

віку вища.

Евтаназією вважають дії лікаря, спрямовані викликати смерть безнадійно хворої людини. Евтаназія буває активною - через використання прискорювальних засобів, наприклад смертельних ін'єкцій, та пасивною - шляхом відмови від підтримуючих життєдіяльність хворого засобів, приміром, відключення від апарату штучного дихання.

Вважається, що шляхом активної евтаназії була викликана смерть З.Фрейда. Шістнадцять років страждаючи від жорстокого болю, викликаного раком глотки та щелепи, перенісши 33 операції, у 83-річному віці засновник психоаналізу вирішив, що з нього досить і звернувся до лікаря, який зробив йому смертельну ін'єкцію.

В сучасних умовах використання активної евтаназії є неприпустимим і карається законом. Щодо пасивної евтаназії, то проблемним є визначення достатніх підстав для її здійснення, тобто приреченості стану хворого на кшталт смерті мозку. Останніми роками ведеться інтенсивне обговорення питання автоевтаназії як раціонального самогубства. Прихильники цього способу помирання стверджують, що автоевтаназія виправдана у двох випадках:

- при застарілому невиліковному захворюванні, що завдає нестерпних страждань,
- за умови тяжкої фізичної інвалідності, скутість від якої людина не може винести.

З психологічної точки зору автоевтаназія не може бути раціональним, осмисленим актом людини, так як самогубство завжди здійснюється під дією емоційних чинників. Крім того, фігурує ряд етичних аспектів проблеми.

Не можна до кінця бути певним, як розгорнеться надалі життя хворої людини. Чи не наступить вже завтра очікуване полегшення? Чи не є в самих стражданнях сенс теперішнього життя людини?

Для полегшення останніх етапів життя людини похилого віку створюються спеціальні соціальні програми, які втілюються через **хосписи** -

систему послуг, включаючи госпіталізацію, спрямованих на сприяння незалежному і безболісному проведенню термінального періоду людиною.

Хоча людина похилого віку прожила розгорнутий життєвий цикл, однак її втрата переживається рідними та близькими так само болісно, як і смерть молодій людині. Однак, саме ці переживання та спогади інших людей є підґрунтям для психологічного безсмертя особистості.

Запитання для самоперевірки

1. Дайте визначення понять «старіння», «старість», «геронтогенез».
2. Охарактеризуйте соціальну ситуацію розвитку, провідну діяльність у старості.
3. Охарактеризуйте пізнавальну сферу людини похилого віку.
4. Як середня тривалість життя людини залежить від соціальних, економічних та історичних умов?
5. Які особливості емоційних станів у старості? Які стресори є типовими для старості?
6. На прикладі досвіду своїх рідних і знайомих опишіть, як вихід на пенсію впливає на психологічний стан людини і стосунки з дітьми.
7. Які зовнішні та внутрішні чинники впливають на задоволеність старістю?
8. Що таке життєва мудрість людини? Від чого вона залежить?
9. Охарактеризуйте пізнавальну сферу людини похилого віку.
10. Як людина похилого віку погоджується з думкою про смерть? Яку допомогу у цьому може надати психолог?
11. Визначте основні підходи до проблеми профілактики старіння, що існують на сьогодні.
12. Які існують наукові пояснення феномена довголіття та які фактори сприяють активному довголіттю?

Тематика рефератів і аналітичних оглядів

1. Криза «зустрічі зі старістю» та особливості психосоціальної підтримки людей похилого віку.

2. Психосоціальна допомога при переживанні втрати (смерті) близької людини.
3. Основні чинники, що впливають на ставлення людини до смерті та процесу вмирання. Психологічна підготовка людини до закінчення життя.
4. Альтернативні шляхи вмирання. Хоспіси.
5. Танатологія – наука про смерть.

Практичні завдання до теми

I Завдання, націлені на розвиток логічних умінь**

1. Здійсніть порівняльний аналіз способу життя людей похилого віку в країнах Західної Європи, Америки та в Україні.

2. Опишіть приклади творчої старості. У чому полягає причина інтелектуального та особистісного збереження у випадках творчого довголіття?

III. Психологічні задачі***

1. Бабуся весь час повчає свою онуку, зауважуючи: «От коли я була молодою....», що викликає комунікативні бар'єри і непорозуміння не лише із онукою, а й її батьками.

Які причини такої поведінки бабусі? Чим це зумовлено?

2. Після виходу на пенсію викладач університету час від часу приходив на засідання кафедри і робив короткі повідомлення про новинки літератури та анонси наукових подій у країні з фаху.

Навіщо викладач-пенсіонер обтяжував себе такою роботою? Який сенс у цьому він бачив?

Тестові завдання для самоконтролю

1. Міжнародна класифікація виокремлює такі періоди геронтогенезу:

А похилий вік (60-70 для чоловіків, 55-74 для жінок), старечий вік (75-90 років), вік довгожителів (90 років і старше);

Б похилий вік (60-65 для чоловіків, 55-60 для жінок), старечий вік (70-80 років), вік довгожителів (80 років і старше);

В похилий вік (65-79 для чоловіків, 60-79 для жінок), старечий вік (80-100 років), вік довгожителства (100 років і старше);

2. Період геронтогенезу для жінок відповідно Міжнародній класифікації приходить на вік:

А від 50 до 65 років;

Б від 55 і старше;

В від 55 до 90 років.

3. Негативне упереджене ставлення соціуму до старості, її знецінення – це опис якого явища:

А інфантилізм;

Б ейджизм;

В фемінізм;

Г ювеналізм.

4. Емоційна реакція особистості на настання старості, яка виражається у активному пошуку допомоги, визнання, позитивних емоцій, це:

А конструктивна позиція пристосування;

Б захисна позиція пристосування;

В залежна позиція пристосування.

5. Психологічними чинниками інтелектуальної активності людини у старості є:

А рівень освіченості і специфіка діяльності, якою займалась людина протягом життя;

Б стан соматичного і психічного здоров'я;

В широта інтересів, прагнення до самореалізації, передавання наступним поколінням життєвого досвіду.

6. Соціальними чинниками інтелектуальної активності людини у старості є:

А рівень освіченості і специфіка діяльності, якою займалась людина протягом життя;

Б стан соматичного і психічного здоров'я;

В широта інтересів, прагнення до самореалізації, передавання наступним поколінням життєвого досвіду.

7. Науковий напрямок, що вивчає проблеми старіння людини:

А акмеологія;

Б геронтологія;

В геронтогенез;

Г антропологія.

8. В період власне старості соціальна ситуація визначається:

А підтриманням стосунків з колегами по роботі;

Б спілкуванням з членами сім'ї та пенсіонерами;

В суспільною діяльністю;

Г спілкуванням з представниками молодшого покоління.

9. Основним психологічним новоутворенням періоду старості є:

А почуття інтеграції, та оцінка минулих стадій розвитку;

Б відчуття відсутності життєвих перспектив, втрата сенсу життя;

В розвиток впевненості та цілеспрямованості;

Г турбота про здоров'я, відпочинок, розваги.

10. В період пізньої дорослості в більшій мірі порушується запам'ятання:

А емоційна пам'ять;

Б логічна пам'ять;

В механічне;

Г образна пам'ять.

11. В самооцінці старіючої людини переважає:

- А особистісний компонент;
- Б соціальний компонент;
- В когнітивний компонент;
- Г емоційний компонент.

12. Криза «зустрічі зі старістю» зумовлена:

- А суперечністю між життєвими обставинами та потребами продовжити соціально значущу діяльність;
- Б переоцінкою життєвих цінностей, підведенням підсумків щодо реалізації власної життєвої програми;
- В переосмисленні досягнутого в житті, корекцією планів та особистості;
- Г суперечністю між новими умовами провідної діяльності, та адаптаційними можливостями.

13. Основним психологічним новоутворенням періоду старості є:

- А почуття інтеграції, та оцінка минулих стадій розвитку;
- Б відчуття відсутності життєвих перспектив, втрата сенсу життя;
- В розвиток впевненості та цілеспрямованості;
- Г турбота про здоров'я, відпочинок, розваги.

Основні поняття і ключові слова:

геронтопсихологія, геронтогенез, старість, старіння, криза «Я інтеграції», ейджизм, вихід на пенсію, пенсійний вік, похилий вік, довголіття, смерть близької людини, горе, самотність, соціальна робота з людьми похилого віку, благополучна старість, смерть, еутаназія.

Список рекомендованої та використаної літератури

Література основна

1. Вікова та педагогічна психологія : навчальний посібник / О.В. Скрипченко, Л.В. Долинська, З.В. Огороднійчук [та ін.]. 3-є вид., випр. й доп. Київ : Каравела, 2012. 400 с.
4. Вікова психологія: підручник / Р.В. Павелків. К.: Кондор, 2011. 469с.
5. Видра О.Г. Вікова та педагогічна психологія : навч. посібник Київ : Центр учб.літ., 2018. 111 с. (<http://194.44.152.155/elib/local/r1.pdf>) (<https://lib.univd.edu.ua/elcat/alog?tab=efdf612e9f0af4fed8874aad426ba27b>)
6. Кацавець Р.С. Вікова психологія: навч.посібник К.: Алерта, 2019. 112с. (<https://lib.univd.edu.ua/elcat/alog?tab=be5203f4b34bd335a58fdc62ad20d02d>) (https://dakor.kiev.ua/wp-content/uploads/kacavec_vikova_psihologiya_zmist.pdf)
7. Кутішенко В.П. Вікова та педагогічна психологія (курс лекцій) : навч. посібник. Київ : Центр учб. літ., 2016. 125 с. (<https://lib.univd.edu.ua/elcat/alog?tab=be5203f4b34bd335a58fdc62ad20d02d>)
8. Методичні рекомендації з навчальної дисципліни «Вікова психологія» для здобувачів вищої освіти першого (бакалаврського) рівня зі спеціальності 053 Психологія // Укл : Лисенко Л. М. Харків : ХНПУ імені Г. С. Сковороди, 2020. 113 с.
9. Михальченко Н.В. Вікова психологія. Навчально-методичний посібник. / Автор-упорядник Михальченко Н.В. - Миколаїв: МНУ імені В.О. Сухомлинського, 2017.- 244 с.
- 10.Панчук Н.П. Загальна і вікова психологія : Практикум : Навчально-методичний посібник. Кам'янець-Подільський : Друк-Сервіс, 2018. 168 с.
- 11.Сергеєнкова О.П., Столярчук О.А., Коханова О.П., Пасєка О.В. Вікова психологія : навч. посібник. – Київ: Центр учб. літ., 2018. 375с.

12.Столярченко О.Б., Чайковська О.М. Вікова психологія : навчальний посібник. Кам'янець-Подільський : Медобори, 2016. 252 с.

Література додаткова

Булах І.С. Психологія особистісного зростання підлітків: реалії та перспективи. / І.С. Булах: монографія. – Вінниця, ТОВ «Нілан-ЛТД», 2016. 340 с.

Когутяк Н.М., Мицько В.М., Сидорик Ю.Р. Дитяча психологія з практикумом. Комплекс навчально-методичного забезпечення дисципліни. – Івано-Франківськ, 2020. 124 с.

Крижановська З. Психологічні відмінності в самореалізації підлітків міста та села. Психологія: реальність і перспективи. Рівне. Вип. 10, 2018. С. 90 – 94. (у співавторстві). <https://evnuir.vnu.edu.ua/handle/123456789/14905>

Ляшко Л., Крижановська З. Вплив мережі Інтернет, як засобу масової комунікації, на соціалізацію підлітка. Молода наука Волині: пріоритети та перспективи досліджень. Матеріали XIV Міжнародної науково-практичної конференції аспірантів і студентів. Луцьк, 2020. С.306 - 309.

Максименко С. Д. Загальна психологія: навч. посіб. Київ : ЦУЛ, 2018. 272 с.

Пихтіна Н. П. Психологія дитяча в опорних схемах: навчальний посібник. Ніжин: НДУ ім. М. Гоголя, 2019. 45 с.

Пихтіна Н.П., Пісоцький О.П. Дитяча психологія: курс лекцій. Ніжин: НДУ, 2017. 163 с.

Психологічні реалії становлення особистості підлітка: сучасність та перспективи: матеріали круглого столу / за ред. Максимової Н.Ю., Грись А.М., Максим О.В.-Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2019. 95 с. <https://lib.iitta.gov.ua/718008/1/Sb.tez%20%D0%9D.pdf>

Психологія розвитку особистості у підлітковому та ранньому юнацькому віці. Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів / за ред. К.В. Седих. Полтава : Астроя, 2018. 342 с. <http://dspace.pnpu.edu.ua/bitstream/123456789/12132/1/%D0%9F%D1%81%D0>

[%B8%D1%85 %D1%80%D0%BE%D0%B7%D0%B2 %D0%BE%D1%81%D0%BE%D0%B1 %D1%83 %D0%BF%D1%96%D0%B4%D0%BB %D1%82%D0%B0 %D1%80%D0%B0%D0%BD %D1%8E%D0%BD %D0%B2%D1%96%D1%86%D1%96.pdf](#)

Radchuk, N., Kryzhanovska, Z. Support of student youth's mental health. Actual problems of practical psychology in the Volyn region: materials of the XVI scientific and practical seminar. Lutsk, 2022. P. 129 – 133.
<https://evnuir.vnu.edu.ua/handle/123456789/20994>

Рекомендації щодо написання і захисту рефератів

Виконання реферату входить до системи самостійної роботи студента при вивченні навчальної дисципліни і підсумовує опанування окремої теми. Тематика рефератів з психології визначається робочою програмою.

До структури реферату входять такі складові: титульний аркуш, зміст (план), вступ, основна частина, яка містить розділи, висновки, список використаної літератури, додатки (які можуть включати таблиці, схеми, діаграми тощо).

На титульному аркуші вказується назва навчального закладу, де навчається студент; кафедра, по якій виконується робота; повна назва теми; прізвище та ім'я студента; факультет і група, до якої входить; прізвище та ініціали наукового керівника, його науковий ступінь і вчене звання; місто, де знаходиться навчальний заклад; рік написання реферату. Зразок титульної сторінки подано нижче.

У змісті вказується точна назва кожного структурного компоненту реферату (ВСТУП, РОЗДІЛ 1, РОЗДІЛ 2, ... , ВИСНОВКИ, СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ, ДОДАТКИ) і номер сторінки, з якої той починається.

Вступ реферату містить обґрунтування актуальності теми, її особливості, значущість з огляду на розвиток науки, подається дуже стислий аналіз використаних джерел, переходяться прізвища вчених, які досліджували дану проблему, вказується на стан її сучасного дослідження, окреслення напрямку подальшого її розгляду у рефераті.

Основна частина включає декілька розділів, які можуть бути поділені на підрозділи. Розділи мають бути логічно поєднані між собою, послідовно, без повторень висвітлювати обрану тему реферату. Стиль викладу матеріалу – науковий. Варто уникати риторичних запитань, фраз, дуже складних синтаксичних конструкцій, граматичних зворотів, незвичних і рідкісних термінів, віднаходити синонімічну їм заміну, більш зрозумілу для сучасного студента. У тексті необхідно робити посилання на використані джерела.

Якщо використовуються цитати, то у посиланні на джерело, необхідно вказати номер сторінки, де вона знаходиться. Але цитатами не слід злоупживати. Якщо є необхідність навести дуже велику цитату у повному її обсязі, варто винести її в додатки, вказавши про це у тексті.

В цілому в основній частині реферату необхідно визначити і викласти основні напрямки дослідження певної проблеми у психологічній науці, відобразити сучасні ідеї та гіпотези, методичні підходи та методики дослідження проблеми, представити найтипівіші ілюстрації проблеми та її вивчення. Варто зупинитися на дискусійному моменті, навести протилежні точки зору вчених, які досліджували проблему, висловитися з приводу власних наукових уподобань, окреслити своє бачення перспектив подальшого дослідження проблеми.

Після основної частини потрібно сформулювати чіткі, лаконічні *висновки*, визначити перспективи подальшого вивчення обраної теми.

При формуванні *списку літератури* потрібно привести оформлення даних про використані у роботі джерела у відповідності до вимог бібліографічного стандарту. До переліку джерел повинні бути включені лише ті, які використані у роботі. Вони мають розташовуватися у алфавітному порядку початкових літер прізвищ авторів.

Приклади бібліографічного опису джерел

Нижче наводимо приклади готових посилань у списках літератури, оформлених відповідно до ДСТУ 8302:2015, для різних типів джерел.

Книга одного автора

Титаренко Т. М. Психологічне здоров'я особистості: засоби самодопомоги в умовах тривалої травматизації : монографія Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2022. 160 с.

Parker J. Principles of scientific research. 7th ed. London : Editorial, 2021. 301 p.

Книга двох або трьох авторів

Грицюк І. М., Магдисюк Л. І. Дослідницькі методи в різних галузях практичної психології: навч. посібник. Луцьк: Вежа-Друк, 2022. 248 с.

Шкарлатюк К. І., Федоренко Р. П., Магдисюк Л. І. Дизайн психологічного дослідження: організація та проведення практики практичних психологів: навч.-метод. посіб. Луцьк: Вежа-Друк, 2022. 332 с.

Wilson D., Lister P., Andrews A. Modern psychological technologies of counseling. Manchester : MAN, 2022. 240 p.

Книга чотирьох і більше авторів

Магдисюк Л., Замелюк М., Безпарточна О., Борбич Н. Психологічна допомога дитині та сім'ї: практикум. навч. посіб. Луцьк: Вежа-Друк, 2022. 280 с.

Сила дихання: психологічні засоби відновлення: навч.-метод. посіб. / Л. І. Магдисюк та ін. Луцьк: Вежа-Друк, 2022. 120 с.

Referencing styles / G. R. Edwards et al. Los Angeles : International Publishing, 2020. 280 p.

Книга без зазначення автора (з редактором тощо)

Психологічна допомога учасникам АТО та їх сім'ям: кол. моногр. / за заг. ред. М. Мушкевич 2-ге вид. змін. та доповн. Луцьк: Вежа-Друк, 2016. 356 с.

Handbook of psychological diagnostics / ed. by D. Chandler, T. D. Sisk. London : Routledge, 2021. 448 p.

Книга – окремий том (частина) багатотомного видання

Екстремальна та кризова психологія: Термінологічний словник у 2-х т. / за заг. ред. проф. О. В. Тімченка. Харків : НУЦЗУ, 2020. Т. 1 : А – Л. 691 с.

Частина книги (розділ тощо)

Магдисюк Л., Хлівна О., Дучимінська Т. Арттерапевтичний підхід в роботі практичного психолога зі страхом майбутнього в осіб похилого віку. Психолого-педагогічна допомога особистості засобами арттерапії: міжнародна колективна моногр. Переяслав: Домбровська Я.М., 2020. С.160-173.

Стаття (публікація) в періодичному виданні

Стаття в журналі

Батраченко І., Сурякова М., Учитель І. Соціальна тривожність у міжособистісній взаємодії студентів. *Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки*. 2021. Вип. 10. С. 3–11.

Левковська Л. Б. Психологічні чинники виникнення тривожності у осіб юнацького віку. *Молодий вчений*. 2022. № 1 (101). С. 57–60.

Iryna Ostopolets Et Al. Social Content of Psychological Specialists' Professional Activity. *Postmodern Openings*. 2021. Vol. 12 (1), P. 01-20
<https://doi.org/10.18662/po/12.1/242>

Стаття в газеті

Андрущенко В. Академічна недоброчесність як виклик інтелектуальній спроможності нації. *Голос України*. 2018. 20 лип. С. 10.

Дучимінська Т. І., Магдисюк Л. І. Особливості психодіагностики рівня схильності до стресу у медичних працівників. *Перспективи та інновації науки. Електронний журнал. Серія «Психологія»*, 2022. № 7 (12). С. 575-582.

Стаття в наукових збірниках

Ткаченко В. І. Значення та чинники успішного спілкування у професійній діяльності. Мова: психічні, соціальні та соціокультурні аспекти: збірник наукових праць учасників круглого столу (9 листопада 2020 року, м. Київ) [Електронне видання] / Ред. колегія: Вольнова Л.М., Чевельча Т.Р. Київ : НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2020. С. 36–37. URL: <http://enpuir.npu.edu.ua/handle/123456789/32249>

Електронний ресурс

Сайт

Державна служба статистики України. (2022). Формування приросту (зменшення) населення в регіонах. Отримано з https://ukrstat.gov.ua/operativ/operativ2022/ds/fp/arh_fp2022_u.html .

Закон України «Про освіту», редакція від 05.07.2022 [Електронний ресурс]. Верховна рада України. Офіційний веб-портал. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2145-19#Text>

Магдисюк Л. І., Демчук В. Б., Павлова Б. В. Сучасні підходи профілактики девіантної поведінки у діяльності психологічної служби. URL: <https://pp-msu.com.ua/uk/article/suchasni-pidkhodiprofilaktiki-deviantnoyi-povedinki-u-diynalnosti-psikhologichnoyi-sluzhbi>

Mushkevych, V., Mushkevych, M., Fedorenko, R., & Khlivna, O. Psychodiagnostic of Individual Perceptions of Marriage and Family Relationships in Modern Youth. URL: <https://www.rj4allpublications.com/product/psychodiagnostic-ofindividual-perceptions-of-marriage-and-family-relationships-in-modernyouth/>

Дисертація

Магдисюк Л. І. Психологічна готовність особистості до виходу на пенсію: дис. ... канд. псих. наук: 19.00.01. Луцьк. 2022. 355 с.

Автореферат дисертації

Мушкевич М. І. Психологічний супровід сімей, що мають проблемних дітей: автореф. дис. ... д-ра. псих. наук: 19.00.07. Київ, 2020. 40 с.

Матеріали конференції

Тези доповіді

Киридон А., Троян С. М. Грушевський і основні етапи українського державотворення. *Міжнародна наукова конференція до 150-річчя М. С. Грушевського* : тези доп., 17 верес. 2016 р., Острог / редкол.: Винар Л.-Р. та ін. Острог, 2016. С. 44—47.

Закон, нормативний акт

Про забезпечення функціонування української мови як державної : Закон України від 25.04.2019 р. № 2704-VIII : станом на 19 квіт. 2020 р. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2704-19> (дата звернення: 11.06.2020).

Конституція України : від 28.06.1996 р. : станом на 01 січ. 2006 р. Київ : Ін Юре, 2006. 144 с.

Джерела, які видані англійською мовою мають подаватися в кінці списку за алфавітом.

Робота друкується за допомогою комп'ютера 14 шрифтом Times New Roman, інтервал 1,5 на сторінках формату А-4 з полями: ліве – 30 мм, праве – 10 мм, верхнє – 20 мм, нижнє – 20 мм. Відступ для абзацу – 1,25.

Кожна структурна частина (вступ, розділ 1, розділ 2, розділ 3, висновки, список літератури, додатки) починається з нової сторінки. Підрозділи у межах одного розділу друкуються послідовно, не починаючись з нової сторінки. Заголовки структурних частин друкуються великими жирними літерами («ЗМІСТ», «ВСТУП», «РОЗДІЛ 1. ...», «РОЗДІЛ 2. ...», «РОЗДІЛ 3. ...», «ВИСНОВКИ», «СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ», «ДОДАТКИ») посередині. Заголовки підрозділів маленькими жирними літерами, окрім першої (1.1. ..., 1.2. ..., 2.1. ..., 2.2. ..., 3.1. ..., 3.2. ...). У кінці назви структурної частини роботи крапка не ставиться. У тексті основної частини реферативної роботи повинні бути посилання на джерела, які заключаються у квадратні дужки. В дужках може бути вказаний лише номер джерела, що у списку літератури знаходиться під певним номером (наприклад, 5 – [5], або ж номер джерела і сторінка, на якій знаходиться та чи інша думка автора (наприклад, [5, с. 243])). Посилання на джерело міститься у кінці речення, крапка у якому ставиться лише після посилання за квадратними дужками (наприклад, [5]. чи [5, с. 243].)

Реферат може містити таблиці й ілюстрації. Після того, як у тексті згадано про розміщений матеріал у таблиці чи на ілюстрації, відразу або на наступній сторінці розміщується таблиця чи ілюстрація. Номер таблиці відображає приналежність до розділу (1, 2 чи 3), а також послідовність представлення її у тексті (наприклад, Таблиця 2.1. – дана таблиця розташована у розділі 2, а за послідовністю вона є першою у цьому розділі). Номер таблиці друкується жирними літерами з правого боку сторінки (Таблиця 2.1.) Назва таблиці друкується нежирними літерами посередині перед таблицею. Принцип представлення ілюстрацій наступний. У тексті

роботи вони називаються «Рисунок» (наприклад, Рисунок 3.2. – дана ілюстрація знаходиться у розділі 3, а послідовність її пред’явлення друга).

Додатки розміщуються послідовно, в залежності від згадування у роботі і називаються літерами алфавіту: А, Б, В, Г, Д і т.д. (Наприклад, «Додаток А»).

Сторінки роботи нумеруються. Номер проставляють у правому верхньому куті сторінки без літери с. і без крапки у кінці. На титульній сторінці номер не ставиться, хоча вона входить до загальної кількості сторінок.

Після ретельного оформлення реферат здається на перевірку науковому керівнику. Критерії оцінювання реферату:

- актуальність;
- наукова та практична цінність;
- глибина розкриття теми;
- повнота використання літератури;
- обґрунтування висновків;
- грамотність;
- стиль викладу;
- правильність оформлення.

КОРОТКИЙ ПСИХОЛОГІЧНИЙ СЛОВНИК

Акмеологія – галузь психологічної науки, яка вивчає закономірності та механізми розвитку людини на етапі зрілості, досягнення нею високого рівня розвитку.

Акцентуація характеру (лат. *accentus* – наголос) – надмірне вираження окремих рис характеру та їх поєднань, яке є крайнім варіантом норми.

Біологічний вік – вік, який вказує на відповідність стану організму та його функціональних систем певному моменту життя людини.

Близнюковий метод – метод вікової психології, який використовується для порівняльного вивчення впливу зовнішніх умов на розвиток близнюків.

Геронтологія - наука, що вивчає проблеми старіння людини.

Готовність до шкільного навчання психологічна – система психологічних характеристик дитини, необхідних для успішного навчання в школі. У зв'язку зі складністю і багатогранністю проблеми психологічної готовності до шкільного навчання дослідники виокремлюють у ній чотири основні структурні компоненти: інтелектуальний, мотиваційний, емоційновольовий і соціальний.

Гра за правилами – вищий рівень парної чи колективної гри в старшому дошкільному віці, в якій дії учасників та їх взаємини чітко визначені встановленими правилами і обов'язкові для всіх.

Гра рольова – діяльність, у якій діти беруть на себе ролі дорослих людей і узагальнено у спеціально створених ігрових умовах відтворюють їхні дії і стосунки між ними.

Група референтна – реальна чи уявна група, погляди, норми якої є зразком для особистості.

Дитина з прискореним розумовим розвитком – дитина, яка рано починає проявляти розумову активність, має більшу ерудицію порівняно з ровесниками і підвищений темп засвоєння навчального матеріалу.

Дитинство – етап онтогенетичного розвитку індивіду, починаючи від народження і закінчуючи підлітковим віком.

Діяльність учбова – форма активності людини, спрямована на оволодіння досвідом людства, який охоплює встановлені способи виконання зовнішніх предметних і внутрішніх розумових дій.

Дозрівання – психофізіологічний процес послідовних вікових змін у центральній нервовій системі та інших системах організму, який забезпечує умови для виникнення і реалізації психічних функцій і викликає певні обмеження.

Евтаназія – дії лікаря щодо припинення життя безнадійно хворих людей.

Експеримент формувальний (лат *formo* – утворюю) – метод психологічного дослідження, який використовують з метою виявлення і вивчення певних змін у розвитку психіки в умовах цілеспрямованого впливу експериментатора на досліджуваних.

Екстеріоризація (лат. *exterior* – зовнішній) – перехід внутрішньої дії у зовнішній (матеріальний) план, в конкретні зовнішні дії людини.

Екстраверсія – властивість особистості, що свідчить про її спрямованість на довколишні об'єкти, ситуації, події.

Емпатія (англ. *empathy* – співчуття, співпереживання) – здатність емоційно відгукуватися на переживання іншої людини, що виявляється у співчутті, співпереживанні, співстражданні.

Еталони сенсорні – психічні образи, що містять уявлення про чуттєво сприймані властивості об'єктів; формуються у дитини з трьох років.

Задатки – природна основа здібностей, ще нерозвинених, яка виявляється при перших спробах людини зайнятися діяльністю.

Задача учбова – завдання, яке вимагає від учня значної розумової активності, спрямованої на пошук, відкриття і засвоєння загального способу розв'язання проблем і конкретно-практичних задач.

Зараження – процес прямого, безпосереднього, неусвідомлюваного передавання на рівні психофізіологічного контакту однією людиною іншій своїх емоційних переживань, образів, спонукань тощо.

Затримка психічного розвитку – результат сповільненого темпу розвитку психіки дитини, зумовленого діями фізіологічних, соматичних або соціальних факторів.

Захист психологічний – система регуляторних механізмів, яку особистість використовує для усунення психологічного дискомфорту, зведення до мінімуму негативних переживань, пов'язаних із зовнішніми або внутрішніми конфліктами, і збереження образу Я на бажаному чи можливому рівні за даних умов.

Звичка – закріплений до автоматизму спосіб дії чи поведінки, здійснення якого за певних умов для людини стає потребою.

Здібності – система властивостей особистості, що відповідає вимогам діяльності та забезпечує високі досягнення в ній.

Зона найближчого розвитку – відстань між рівнем актуального (що дитина може зробити сама) і потенційного (що дитина може зробити за допомогою дорослого) розвитку дитини.

Ідеал – ідеальний образ, що має нормативний характер і визначає спосіб і характер поведінки або діяльності людини чи соціальної групи.

Ідентичність (лат. *identicus* – однаковий) – усвідомлена індивідом самототожність; потреба юнаків і дівчат зайняти внутрішню позицію дорослої людини, усвідомити своє місце в суспільстві, зрозуміти себе і свої можливості.

Індивід – це окремий представник виду живих істот, якому властиві і загальні, і часткові, і неповторні якості. Загальні якості характеризують всіх людей без винятку, часткові – притаманні окремим групам людей (професійним, віковим, релігійним, національним тощо), неповторні якості унікальні і одиничні, наявні тільки у певної людини.

Індивідуальність – неповторне, унікальне поєднання особливостей і рис людини, що зумовлює її несхожість на інших людей.

Інсайт (англ. insight – проникливість, збагнення) – раптовий здогад, усвідомлення структури ситуації загалом, який зумовлює розв’язування задачі.

Інтерес – усвідомлюваний людиною мотив, що є емоційним проявом пізнавальних потреб та виявляється у бажанні більше дізнатися про об’єкт інтересу, глибше зрозуміти його. Задоволення інтересу не веде до зникнення потреби, а навпаки – до її посилення, тому його називають ненасичуваним мотивом.

Інтеріоризація (лат interior – внутрішній) – перехід зовнішньої (реальної) дії у внутрішню (ідеальну) дію людини.

Інтроверсія – властивість особистості, що свідчить про її зосередження на власному внутрішньому світі.

Інфантилізм – збереження в психіці й поведінці людини особливостей притаманних дитячому віку.

Комплекс поживавлення – позитивна емоційно-дійова реакція новонародженого на появу дорослого, особливо на голос матері, її обличчя, дотики.

Конформність (лат. conformis – подібний, відповідний) – здатність людини за внутрішньої незгоди піддаватися тиску групи, що проявляється у зміні її поведінки відповідно до вимог групи.

Криза вікова (грец. krisis – рішення, перелом) – нормативний, нестабільний процес, який виникає під час переходу людини від одного вікового періоду до іншого, пов’язаний з якісними перетвореннями у соціальних відносинах, діяльності, свідомості і виявляється в цілісних психічних змінах.

Криза ідентичності – особливий момент розвитку, коли однаково динамічно наростає вразливість і розвивається потенціал особистості.

Криза новонародженості – проміжний період між утробним (пренатальним) та позаутробним (постнатальним) способом життя.

Криза першого року життя – криза, обумовлена руйнуванням необхідності емоційної взаємодії дитини з дорослим, яка проявляється в плаксивості, похмурості, інколи в порушенні сну, втраті апетиту.

Криза середини життя - психологічний феномен, що переживається людьми, які досягли 40-45 років, і полягає в критичній оцінці та переоцінці досягнутого в житті.

Криза трьох років – криза соціальних відносин, яка зумовлена становленням самосвідомості дитини і проявляється в негативізмі, впертості, непокірності, свавіллі, протесті, деспотизмі.

Метод близнюків – метод психологічного дослідження, який використовується для порівняльного вивчення впливу зовнішніх умов на розвиток близнюків.

Метод лонгітюдний (англ. *longitude* – довгота) – метод психологічного дослідження, суть якого полягає у вивченні одних і тих самих осіб чи їх груп у різні моменти їхнього життя.

Метод поперечних зрізів – метод вікової психології, який полягає в одночасному порівнянні різних вікових груп досліджуваних.

Мотив – це рушійна сила, яка спонукає людину до дії, до боротьби за досягнення поставленої мети. Мотивами дій є людські потреби, почуття, інтереси, усвідомлення необхідності діяти.

Мотивація – спонукання, що викликають активність організму і визначають її спрямованість.

Мудрість – властивість цілісної особистості, розум якої поєднаний з духовністю і доброчинністю

Навичка – дія, яка внаслідок багаторазових повторень доведена до високого рівня досконалості і виконується на частково автоматизованому рівні.

Навіювання, або Сугестія (лат. *suggero* – навіюю, раджу) – спрямований вплив на свідомість і поведінку людини або групи людей з метою створення у неї певного психічного стану або спонукання до певних дій.

Навчання розвивальне – навчання, яке забезпечує формування учбової діяльності, повноцінне засвоєння знань і максимально стимулює розумовий розвиток учнів.

Наслідування – особлива форма поведінки, яка полягає у відтворенні людиною рухів та вчинків інших людей. Може проявлятися на різних вікових стадіях індивідуального розвитку людини. У розвитку дитини наслідування набуває особливого значення на ранніх етапах онтогенезу. Через механізм наслідування дитина раннього і дошкільного віку опановує суспільно встановлені способи використання предметів, оволодіває мовленням, нормами поведінки тощо.

Наслідування в молодшому шкільному і підлітковому віці спрямоване на зовнішнє уподібнення дитини існуючому конкретному ідеалу. Воно є важливим механізмом адаптації дитини до навколишнього середовища. Залежно від рівня усвідомлення наслідування буває мимовільним, неусвідомлюваним, і довільним, усвідомленим і цілеспрямованим.

Научіння – спосіб накопичення індивідуального досвіду в процесі онтогенезу.

Нахил – стійка вибіркова спрямованість людини на оволодіння певною діяльністю. Основою нахилу є потреба особистості в певній діяльності, коли привабливим виявляється не тільки досягнутий результат, а і сам процес її виконання.

Негативізм – немотивований опір суб'єкта здійснюваним на нього чужим впливам.

Несвідоме – сукупність психічних процесів, актів і станів, які не усвідомлюються людиною.

Новоутворення – це новий тип побудови особистості та її діяльності, психічні і соціальні зміни, що вперше виникають на певному віковому ступені, і які в самому основному визначають свідомість дитини, її становлення до середовища, його внутрішнього і зовнішнього життя, весь хід її розвитку в даний період.

Обдарованість - якісно своєрідне поєднання здібностей, що забезпечує успішність виконання діяльності.

Образ фізичного Я – уявлення про свій тілесний образ, порівняння та оцінювання себе з боку еталона «мужності» або «жіночості».

Онтогенез психіки – формування психічних структур протягом життя окремого індивіду.

Операції конкретні – у концепції стадіального розвитку інтелекту Ж. Піаже – система інтелектуальних операцій, які дитина виконує, спираючись на зовнішні, наочні ознаки предметів. Конкретні операції є основним видом інтелектуальних операцій, який характерний для дітей в період з 7 – 8 до 11 – 12 років.

Операції формальні – у концепції стадіального розвитку інтелекту Ж. Піаже – тип інтелектуальних операцій, якими дитина оволодіває в період з 11 – 12 до 14 – 15 років. Формальні операції є операціями над операціями, які уможливають формулювання гіпотез, висновків і їх перевірку.

Особистість – системна соціальна якість, якої набуває індивід у предметній діяльності та спілкуванні, що характеризує рівень і якість вияву в нього суспільних відносин.

Переконання – система уявлень і знань, які є мотивами поведінки особистості і спонукають її діяти відповідно до своїх поглядів, принципів і світогляду.

Період пубертатний – період статевого дозрівання організму.

Період сензитивний – окремі періоди в онтогенетичному розвитку, коли організм особливо чутливий до впливу навколишнього середовища.

Кожна психічна функція має свій сензитивний період, у якому виникають найсприятливіші умови для її прискореного розвитку.

Провідна діяльність – вид діяльності, під час якої формуються якісні зміни особистості на даному етапі.

Психіка (грец. *psychikos* – душевний) – специфічна функція високоорганізованої матерії (мозку), сутність якої полягає в активному відображенні суб'єктом об'єктивної реальності та регулюванні поведінки й діяльності.

Психічний розвиток - це абсолютно особливий, відмінний від інших процес, що детермінується не знизу, а згори, тобто зумовлюється тими формами практичної і теоретичної діяльності, які існують на даному рівні розвитку суспільства.

Психологічний вік – вік, який вказує на рівень адаптованості людини до вимог навколишнього світу, характеризує розвиток її інтелекту, здатність до навчання, рухові навички, а також такі суб'єктивні фактори, як ідентичність, життєвий план, переживання, установки, мотиви, сенси тощо.

Реакції афективні (лат *affectus* – настрій, хвилювання) – сильні короткочасні нервово-психічні збудження, пов'язані переважно з невдачами.

Рефлексія - це осмислення людиною передумов і механізмів своєї діяльності, індивідуального способу існування, принципів співвідношення, цінностей, установок, прагнень.

Рівень домагань особистості – сукупність прагнень особистості досягнути цілей такого рівня складності, на який вона вважає себе здатною.

Рівень розумового розвитку – сукупність засвоєних знань, навичок, умінь і сформованих при цьому розумових дій, які індивід успішно застосовує при розв'язуванні практичних задач і засвоєнні нових знань.

Розвиток пренатальний – дородовий, утробний розвиток індивіда, під час якого відбувається розгортання успадкованого ним потенціалу.

Розвиток психіки – закономірна зміна психічних процесів у часі, яка виражена в їх кількісних, якісних і структурних перетвореннях.

Самоактуалізація – прагнення людини до найповнішого виявлення і розвитку своїх можливостей. У зарубіжній психології (гуманістична психологія та ін.) самоактуалізацію розглядають як основний мотиваційний фактор у розвитку особистості.

Самовизначення особистості – процес свідомого визначення суб'єктом своєї сутності та місця у системі суспільних відносин, світі, що виявляється в активному ставленні людини до себе та навколишньої дійсності.

Самовизначення професійне – вибір особистістю виду майбутньої професійної діяльності, що відбувається на основі наявних у неї професійних нахилів, інтересів і сформованих здібностей. Сутність професійного самовизначення полягає в усвідомленні особистістю відповідності своїх можливостей психологічним вимогам професії, своєї ролі в системі соціальних відносин і своєї відповідальності за виконання зобов'язань, які виникають у зв'язку зі зробленим вибором.

Самовиховання – свідома діяльність людини, спрямована на формування своєї особистості відповідно до поставленої мети.

Самоідентифікація – соціально-психологічний процес, це усвідомлення соціальною групою своєї тотожності (єдності всіх членів на основі деяких ознак), а окремим індивідом - своєї приналежності до певної групи.

Самоконтроль - усвідомлене, вольове управління своїм психічним життям та поведінкою відповідно з «Я-характеристиками», ментальністю, ціннісно-смісловою, потребнісно-мотиваційною та когнітивною сферами.

Самооцінка – центральний компонент Я-концепції особистості, який охоплює оцінку людиною себе, своїх можливостей і якостей та місця серед інших людей. У людини самооцінка виконує регулюючу і захисну функції, впливаючи на її взаємовідносини з іншими людьми, поведінку і розвиток.

Самосвідомість – усвідомлення людиною себе як особистості, тобто власних рис характеру, потенційних можливостей, дій і вчинків, їх мотивів і

наслідків, своїх фізичних, інтелектуальних і моральних якостей, ставлення до навколишньої дійсності та інших людей, своєї діяльності і її значення для себе і всього суспільства.

Свідомість – найвищий рівень психічного відображення навколишньої дійсності, що розвинувся у людини як суспільної істоти внаслідок оволодіння мовою і спільною діяльністю з іншими людьми. Світогляд – система узагальнених поглядів на природу і суспільство, на місце людини в ньому, на ставлення людей до навколишньої дійсності і себе, а також зумовлені цими поглядами їх переконання, ідеали і принципи пізнання.

Сенситивність – підвищена чутливість людини в певні періоди розвитку до тих чи інших чинників.

Соціальна ситуація розвитку – своєрідні, специфічні, для даного віку, виключні, єдині та неповторні взаємини між дитиною і навколишньою дійсністю., насамперед соціальною.

Соціалізація – засвоєння і відтворення індивідом соціального досвіду, які відбуваються у спілкуванні і діяльності.

Спрямованість особистості – сукупність стійких мотивів, зорієнтовуючих діяльність особистості і відносно незалежних від наявних ситуацій.

Стиль діяльності індивідуальний – властива індивіду стійка індивідуально-специфічна система засобів, прийомів, навичок, що забезпечує певну міру успішності виконання діяльності.

Теорія культурно-історична – психологічна теорія розвитку вищих психічних функцій. Розроблена в 20 – 30-ті роки XX ст. Л. Виготським. У ній виділилися два основні напрями досліджень: вивчення умов історичного виникнення вищих психічних функцій і дослідження виникнення і формування вищих психічних функцій в онтогенезі. У теорії показано, що найважливіша особливість онтогенезу полягає в інтеріоризації дитиною структури її зовнішньої соціально-символічної діяльності (спільної діяльності

з дорослим із використанням знаків). На думку Л. С. Виготського, кожна вища психічна функція виникає двічі: в спілкуванні між людьми як діяльність інтерпсихічна і лише потім перетворюється на індивідуальну, інтрапсихічну, діяльність. Універсальним знаряддям, за допомогою якого змінюються психічні функції, є слово.

Уміння – за Є. Мілеряном – заснована на знаннях і навичках готовність людини виконувати певну діяльність в мінливих умовах її перебігу.

Установка – стан готовності суб'єкта до прояву певної активності, що забезпечує стійкий цілеспрямований характер діяльності, спрямованої на задоволення тієї чи іншої потреби.

Учіння – специфічна форма індивідуальної активності, спрямована на засвоєння знань, формування навичок і вмінь та розвиток особистості.

Філогенез психіки – становлення структур психіки в процесі біологічної еволюції виду або соціокультурної історії людства.

Фрустрація – це своєрідний емоційний стан, характерною ознакою якою є дезорганізація свідомості та діяльності у стані безнадійності, втрати перспективи.

Ціннісні орієнтації – спрямованість інтересів і потреб особистості на певну ієрархію життєвих цінностей, схильність надавати перевагу одним цінностям і заперечувати інші, спосіб диференціації особистісних об'єктів і явищ за їх особистісною значущістю.

Ціннісно-смилова сфера – складне цілісне утворення, представлене передусім ціннісними орієнтаціями, які формуються при засвоєнні соціального досвіду, виявляються у цілях, ідеалах, переконаннях, інтересах та слугують важливим чинником соціальної регуляції взаємин людей і поведінки індивіда.

Я-концепція – відносно стійка, більш-менш усвідомлена система уявлень особистості про себе, яка переживається нею як неповторна і є

основою її самовизначення у світі, взаємодії з іншими людьми, ставлення до себе.

Я-образ – результат усвідомлення глибинної суті людини, що дає змогу відрізнити себе від інших людей.

ДОДАТКИ**Додаток А****Титульний аркуш реферату**

МЕЛІТОПОЛЬСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

ІМЕНІ БОГДАНА ХМЕЛЬНИЦЬКОГО

Кафедра психології

РЕФЕРАТ

з (назва навчальної дисципліни)

на тему: «»

здобувача вищої освіти

групи

код, найменування спеціальності

ПІБ

Керівник: звання, ПІБ

Запоріжжя – 20.. рік