

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
УКРАЇНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ НАУКИ І ТЕХНОЛОГІЙ

ПСИХОЛОГІЯ ОСОБИСТОСТІ

Робоча програма, методичні вказівки
та індивідуальні завдання для студентів усіх спеціальностей
(бакалаврський рівень)

Друкується за планом видань навчальної та методичної літератури,
затвердженим Вченою радою ІПБТ УДУНТ
Протокол №1 від 24.01.2022

Дніпро 2022

УДК 159.923.2 (07)

P-58

Психологія особистості : робоча програма, методичні вказівки та індивідуальні завдання для студентів усіх спеціальностей (бакалаврський рівень) / уклад.: В. І. Палагута, І. А. Фоменко. – Дніпро : Україн. держ. ун-т науки і технол., 2022. – 29 с.

Містить робочу програму, методичні вказівки до вивчення дисципліни «Психологія особистості», перелік навчальної літератури, теми індивідуальних завдань і рекомендації до їх виконання, запитання для самоконтролю й підсумкового контролю.

Призначена для студентів усіх спеціальностей заочної форми навчання.

Друкується за авторською редакцією.

Укладачі В. І. Палагута, д-р філос. наук, проф., І. А. Фоменко, ст. викл.

Відповідальний за випуск В. І. Палагута, д-р філос. наук, проф.

Рецензент В. І. Лазаренко, канд. соціол. наук, доц.

(ДНУ імені Олеся Гончара)

Підписано до друку 20.09.2022. Формат 60x84 ¹/₁₆. Папір друк. Друк плоский.

Облік.- вид. арк. 1,7. Умов. друк. арк. 1,68. Замовлення №91

Український державний університет науки і технологій

49010, Дніпро, вул. Лазаряна, 2

Редакційно-видавничий відділ УДУНТ

Вступ

Дисципліна «Психологія особистості» належить до вибіркових дисциплін циклу загальної підготовки. У курсі «Психологія особистості» розглядаються питання природи особистості, причин її поведінки, типологічних та індивідуальних психологічних особливостей людини; висвітлюються проблеми становлення характеру, розвитку здібностей, формування мотиваційної сфери, збереження психічного й психологічного здоров'я.

Мета вивчення дисципліни – сформувати у майбутніх фахівців здатність здійснювати психологічний аналіз особистості й самоаналіз власного внутрішнього світу, що сприятиме досягненню ними особистісної й професійної зрілості, реалізації свого потенціалу. Засвоєння цього курсу дасть студентам можливість правильно орієнтуватися у сутності міжособистісних стосунків та організувати ефективну взаємодію з партнерами у їх майбутній професійній діяльності та у приватному житті.

У результаті вивчення дисципліни студент повинен **знати:**

- основні категорії психології особистості;
- вітчизняні та зарубіжні концепції, теорії, ідеї психології особистості;
- функції й характеристики свідомості й самосвідомості людини;
- складові структури особистості й основні форми її спрямованості;
- індивідуально-психологічні властивості людей, що відрізняють їх один від одного;
- сутність психологічного захисту особистості;
- критерії психічного, психологічного й соціального здоров'я особистості;
- причини й особливості відхилень у психічному розвитку особистості.

Студент повинен **уміти:**

- усвідомлювати свої життєві цілі, ціннісні орієнтації, глибинні мотиви поведінки;
- на основі розуміння власних індивідуально-психологічних властивостей знаходити способи реалізації свого творчого потенціалу й шляхи вирішення найважливіших життєвих завдань та проблем;
- ефективно переборювати кризові стани особистості;
- знаходити шляхи гармонізації власного особистісного розвитку;
- вибудовувати власну програму попередження відхилень у психічному розвитку та збереження здоров'я на його різних рівнях: психічному,

психологічному й соціальному.

Рекомендації щодо виконання контрольної роботи й теми індивідуальних завдань розміщені на сторінках 15–17. Викладач проводить консультації щодо вибору літератури, побудови відповіді. Роботу необхідно надати студентом для перевірки не пізніше ніж за 10 днів до початку сесії. Правильно виконане індивідуальне завдання зараховується без захисту.

Успішність засвоєння предмета визначатиметься на основі якісно виконаного студентом індивідуального завдання, позитивних оцінок на практичних заняттях та при виконанні тестових завдань під час заліку.

Робоча програма навчальної дисципліни «Психологія особистості» для студентів усіх спеціальностей (бакалаврський рівень)

Нормативні дані Форма навчання	Курс	Усього годин	Лекції	Практичні заняття	Самост. робота	Підсумк. контроль
Заочна	II	120	12	8	100	Екзамен

Тематичний план навчальної дисципліни «Психологія особистості»

№ з/п	Назва теми	Види занять				
		Кількість аудиторних годин	Лекції (годин)	Практичні (годин)	Контр. роботи (годин)	Самостійне вивчення (годин)
	II семестр	20	12	8	10	90
1	Вступ до психології особистості.	2	2			4
2	Самосвідомість особистості.	2		2		4
3	Сучасні теорії особистості.	2	2			8
4	Психологічний захист особистості.	2	2			4
5	Поняття про спрямованість особистості та мотивацію діяльності.	2		2		6
6	Мотиваційні утворення особистості та їх характеристика.					6
7	Типи людей та локус контролю.					4

Тематичний план навчальної дисципліни «Психологія особистості»

(продовження таблиці)

8	Психологічна характеристика темпераменту.	2		2		6
9	Природа й сутність характеру.	2	2			6
10	Загальна характеристика здібностей людини.	2		2		6
11	Уявлення про здорову особистість у психології.	2	2			6
12	Аномальний розвиток особистості.	2	2			6
13	Кризові стани особистості.					6
14	Стрес та стресостійкість особистості.					6
15	Психічне й психологічне здоров'я студентів.					6
16	Психологічні основи профілактики залежностей.					6
	Усього – 120 год.	20	12	8	10	90

РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

Навчальна література

1. Ананьев В. А. Основы психологии здоровья. Книга 1. Концептуальные основы психологии здоровья / В. А. Ананьев. – СПб. : Речь, 2006. – 384 с.
2. Бендас Т. В. Гендерная психология : учебное пособие / Т. В. Бендас. – СПб. : Питер, 2006. – 431 с.
3. Баронин А. С. Этническая психология / А. С. Баронин. – К. : Тандем, 2000. – 264 с.
4. Варій М. Й. Загальна психологія : підручник для студ. психол. і педагог. спеціальностей / М. Й. Варій. – К. : Центр учбової літератури, 2007. – 968 с.
5. Гиппенрейтер Ю. Б. Введение в общую психологию : курс лекций / Ю. Б. Гиппенрейтер. – М. : ЧеРо ; Юрайт, 2001. – 336 с.
6. Грибан В. Г. Валеологія : підручник / В. Г. Грибан. – К. : Центр учбової літератури, 2012. – 342 с.
7. Каменская Е. Н. Психология личности : конспект лекций / Е. Н. Каменская. – Ростов н/Д : Феникс, 2010 – 157 с.
8. Копець Л. В. Психологія особистості : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. / Л. В. Копець. – К. : Києво-Могилянська академія, 2007. – 460 с.

9. Ліфарєва Н. В. Психологія особистості : навчальний посібник / Н. В. Ліфарєва. – К. : Центр навчальної літератури, 2003. – 240 с.
10. Маклаков А. Г. Общая психология / А. Г. Маклаков. – СПб. : Питер, 2001. – 592 с.
11. М'ясоїд П. А. Загальна психологія : навчальний посібник / П. А. М'ясоїд. – К. : Вища школа, 2001. – 487 с.
12. Немов Р. С. Психология : учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений : в 3 кн. Кн. 1. / Р. С. Немов. – М. : ВЛАДОС, 1999. – 688 с.
13. Палагута В. І. Психологія особистості та розвитку людини : конспект лекцій. Частина I / В. І. Палагута, І. А. Фоменко. – Дніпро : НМетАУ, 2017. – 62 с.
14. Палагута В. І. Психологія особистості та розвитку людини : конспект лекцій. Частина II / В. І. Палагута, І. А. Фоменко. – Дніпро : НМетАУ, 2020. – 64 с.
15. Палагута В. І. Психологія особистості та розвитку людини : конспект лекцій. Частина III / В. І. Палагута, І. А. Фоменко. – Дніпро : НМетАУ, 2021. – 68 с.
16. Педагогическая психология : учебное пособие / под ред. Л. А. Регуш, А. В. Орловой. – СПб. : Питер, 2011. – 416 с.
17. Практическая психология образования : учебное пособие / под ред. И. В. Дубровиной. – СПб. : Питер, 2006. – 592 с.
18. Психологічне забезпечення психічного і фізичного здоров'я : навчальний посібник / М. С. Корольчук, В. М. Крайнюк, А. Ф. Косенко та ін. / загальна ред. М. С. Корольчука. – К. : ІНКОС, 2002. – 272 с.
19. Психология : учебник / под ред. А. А. Крылова. – М. : ПРОСПЕКТ, 1999. – 584 с.
20. Психология здоровья : учебник для вузов / под ред. Г. Ф. Никифорова. – СПб. : Питер, 2006. – 607 с.
21. Столяренко Л. Д. Основы психологии / Л. Д. Столяренко. – Ростов-на-Дону : Феникс, 2000. – 672 с.
22. Столяренко О. Б. Психологія особистості : навчальний посібник / О. Б. Столяренко. – К. : Центр учбової літератури, 2012. – 280 с.
23. Слотина Т. В. Психология личности : учебное пособие / Т. В. Слотина. – СПб. : Питер, 2008. – 304 с.

24. Термінологічний словник із психології особистості та психології розвитку для студентів усіх напрямів / укл. І. А. Фоменко. – Дніпропетровськ : НМетАУ, 2012. – 65 с.
25. Шкуренко Д. А. Общая и медицинская психология : учебное пособие / Д. А. Шкуренко. – Ростов-на-Дону : Феникс, 2002. – 352 с.
26. Яблонко В. Я. Психолого-педагогічні основи формування особистості : навчальний посібник / В. Я. Яблонко. – К. : Центр учбової літератури, 2008. – 220 с.

Додаткова література

27. Асмолов А. Г. Психология личности: культурно-историческое понимание развития человека / А. Г. Асмолов. – М. : Смысл : Академия, 2007. – 528 с.
28. Большой психологический словарь / сост. и общ. ред. Б. Мещеряков, В. Зинченко. – СПб. : прайм-ЕВРОЗНАК, 2003. – 672 с.
29. Пахальян В. Э. Развитие и психологическое здоровье. Дошкольный и школьный возраст / В. Э. Пахальян. – СПб. : Питер, 2006. – 240 с.
30. Психология зависимости : хрестоматия / сост. К. В. Сельченко. – Минск : Харвест, 2004. – 592 с.
31. Психология индивидуальных различий : тексты / под. ред. Ю. Б. Гиппенрейтер, В. Я. Романова. – М. : Изд-во Моск. ун-та, 1982. – 320 с.
32. Психология самосознания : хрестоматия / редактор-составитель Д. Я. Райгородский. – Самара : БАХРАХ-М, 2007. – 672 с.
33. Райгородский Д. Я. Психология личности : хрестоматия / Д. Я. Райгородский. – Самара : БАХРАХ -М, 2006. – Т. 1. – 512 с.
34. Райгородский Д. Я. Психология личности : хрестоматия / Д. Я. Райгородский. – Самара : БАХРАХ-М, 2006. – Т. 2. – 544 с.
35. Реан А. А. Психология адаптации личности / А. А. Реан, А. Р. Кудашев, А. А. Баранов. – СПб. : Прайм-ЕВРОЗНАК, 2008. – 479 с.
36. Фрейд З. Введение в психоанализ : лекции / З. Фрейд. – М. : Наука, 1991. – 456 с. (Серия «Классики науки»)
37. Фрейд З. Психология бессознательного : сборник произведений / З. Фрейд ; под ред. Ярошевского М. Г. – М. : Просвещение, 1990. – 448 с.
38. Хьелл Л. Теории личности / Л. Хьелл, Д. Зиглер. – СПб. : Питер, 2002. – 608 с.

ЗМІСТ ДИСЦИПЛІНИ

Тема 1. Вступ до психології особистості

(6 годин)

Лекційний матеріал (2 години)

Психологія особистості як галузь психологічного знання. Предмет дослідження психології особистості. Історія дослідження особистості та її основні періоди: філософсько-літературний, клінічний, експериментальний. Визначення й зміст поняття «особистість». Співвідношення понять «людина», «індивід», «особистість», «індивідуальність». Психологічна структура особистості.

Тематика самостійного вивчення матеріалу (4 години)

Розвиток і формування особистості. Зміст понять «розвиток», «формування», «дозрівання», «становлення», «соціалізація». Чинники, умови та рушійні сили розвитку людини як індивіда та особистості.

Закономірності психічного розвитку в онтогенезі. Періодизація розвитку людини. Загальна характеристика концепцій розвитку особистості: біогенетичний, соціогенетичний та персоногенетичний підходи. Проблема співвідношення факторів «спадковості» та «середовища» у розвитку людини. Спосіб життя й сумісна діяльність як передумови розвитку особистості.

Примітка: для полегшення пошуку необхідної інформації по кожній темі у розділі «Зміст дисципліни» у квадратних дужках указані відповідні сторінки з рекомендованої літератури.

Література:

[5, с. 292-322], [7, с. 4-38], [8, с. 14-77], [10, с. 469-510], [12, с. 335-367], [13, с. 4-14], [15, с. 4-27], [21, с. 275-283], [22, с. 8-17, 119-129], [23, с. 8-56], [27, с. 164-204, 270-281], [34, с. 165-196], [38, с. 19-32].

Тема 2. Самосвідомість особистості

(6 годин)

Практичне заняття (2 години)

Самостійне вивчення матеріалу (4 години)

Зміст понять «свідомість», «самосвідомість». Генезис самосвідомості. Розвиток самосвідомості в онтогенезі, його етапи. Рівні, структура, основні утворення самосвідомості, її головні функції. «Я-концепція» як продукт

самосвідомості. Ієрархічна структура «Я-концепції». Зміст понять «самовідношення», «самооцінка», «самоповага», «рівень домагань». Психодіагностика самосвідомості.

Література:

[4, с. 639-647], [10, с. 88-98], [12, с. 132-142], [13, с. 15-21], [21, с. 229-243, 319-324], [32].

Тема 3. Сучасні теорії особистості

(10 годин)

Лекційний матеріал (2 години)

Класифікація теорій особистості та їх загальна характеристика. Психодинамічні теорії особистості. Модель психічної структури особистості за З. Фройдом. Проблеми несвідомої мотивації, впливу дитячих травм на поведінку дорослого, протиріч і конфліктів у психічній організації суб'єкта. Психодинамічна терапія, її методи й техніка. Стадії психосексуального розвитку за З. Фройдом.

Тематика самостійного вивчення матеріалу (8 годин)

Психоаналітичні теорії особистості (К.-Г. Юнг, А. Адлер). Структура особистості за Юнгом. Зміст понять «Его», «комплекси», «колективне несвідоме», «архетипи». Приклади архетипів, їх визначення й символи. Рівні колективного несвідомого. Вплив теорії особистості К.-Г. Юнга на розвиток наукової психології.

Основні положення вчення А. Адлера. Прагнення до переваги як детермінанта розвитку особистості. Умови виникнення у особистості «комплексу неповноцінності» та форми компенсації почуття неповноцінності. Стель життя та пов'язані з ним особистісні типи. Положення про природу неврозів, причини їх виникнення та способи лікування.

Теорії особистості «Его-психології» (Е. Еріксон, К. Хорні, Е. Фромм). Психосоціальна концепція розвитку особистості Е. Еріксона. Головні поняття концепції: «его-ідентичність», «групова ідентичність», «криза ідентичності». Система стадій розвитку. Умови успішного розв'язання психологічних криз.

Поняття «базальної тривожності» у психології К. Хорні. Причини невротичного конфлікту та стратегії захисної поведінки на шляху його розв'язання. Типи невротичної й здорової особистості.

Гуманістичний психоаналіз Е. Фромма. Соціальні детермінанти особистості. Екзистенціальні потреби особистості. Протиріччя людського існування у світі. Проблема людської свободи та її види.

Література:

[4, с. 149-161, 915-918], [8, с. 232-241, 345-350], [9, с. 22-50],
[13, с. 22-37, 57-61], [21, с. 59-70, 98-111, 334-341, 372-377], [23, с. 58-91],
[26, с. 5-58], [33, с. 75-246, 297-378], [36], [37], [38, с. 105-267].

Тема 4. Психологічний захист особистості

(6 годин)

Лекційний матеріал (2 години)

Самостійне вивчення матеріалу (4 години)

Становлення вчення про психологічний захист. Концепція психологічного захисту в психоаналізі. Теорія захисних механізмів. Класифікації захисних механізмів та їх феноменологія. Особливості формування психологічного захисту. Стратегії подолання критичних ситуацій (копінг-механізми). Відмінності між психологічним захистом та копінг-механізмами. Значення психологічного захисту в процесах індивідуального розвитку й соціально-психологічної адаптації особистості. Психологічний захист у надзвичайних ситуаціях. Дослідження провідних механізмів психологічного захисту.

Література:

[4, с. 772-802], [8, с. 328-381], [13, с. 29-32], [21, с. 59-65], [24, с. 39-42],
[28, с. 172-173], [33, с. 89-94], [38, с. 129-133].

Тема 5. Поняття про спрямованість особистості та мотивацію діяльності

(8 годин)

Практичне заняття (2 години)

Визначення поняття «спрямованість». Основні форми спрямованості особистості: потреби, мотиви, інтереси, переконання, психологічні настановлення, ідеали, світогляд, життєві цілі. Класифікація інтересів. Психологічні теорії мотивації поведінки (біхевіористська, фрейдистська, гуманістичної психології). Класифікація потреб. Теорія ієрархії потреб А. Маслоу. Емоційна спрямованість особистості. Дослідження спрямованості особистості.

Тематика самостійного вивчення матеріалу (6 годин)

Гуманістичний напрям у теорії особистості (К. Роджерс, Г. Олпорт, А. Маслоу). Історичний контекст розвитку гуманістичної психології та її основоположні принципи.

Феноменологічна теорія особистості К. Роджерса. Тенденція до актуалізації – керівний мотив поведінки. Загальні особистісні характеристики людей, що «повноцінно функціонують».

Диспозиційна теорія особистості Г. Олпорта. Риси, властиві зрілій, здоровій та невротичній особистості.

Аналіз вищих сутнісних проявів людини в концепції А. Маслоу. Психологічні характеристики самоактуалізованих особистостей.

Література:

[4, с. 169-176], [8, с. 240-252, 276-282, 302-303, 382-394], [10, с. 511-534], [13, с. 28-53], [21, с. 86-97], [33, с. 297-378], [38, с. 271-303, 479-571].

Тема 6. Мотиваційні утворення особистості та їх характеристика (6 годин)

Самостійне вивчення матеріалу (6 годин)

Мотивація досягнення успіху та мотивація уникнення невдач. Психологічні портрети особистостей з високою мотивацією досягнень та мотивацією уникнення невдач. Мотиваційні утворення, які визначають стосунки з іншими людьми. Особливості прояву мотиву афіліації. Мотив влади. Мотивація просоціальної поведінки (альтруїзму). Альтуїстична особистість. Агресія й мотив агресивності.

Література:

[8, с. 263-272, 431-441], [12, с. 461-507], [10, с. 528-534], [13, с. 47-48].

Тема 7. Типи людей та локус контролю (4 години)

Самостійне вивчення матеріалу (4 години)

Дослідження Дж. Роттера щодо особистісної перемінної «локусу контролю» – центрального конструкта теорії соціального навічання. Зміст поняття «локус контролю». Два типи людей – «інтерналі» й «екстерналі» та відповідні їм два локуси контролю. Психологічні характеристики інтерналів й екстерналів.

Література:

[21, с. 377-378], [24, с. 27-28], [38, с. 419-421].

Тема 8. Психологічна характеристика темпераменту

(8 годин)

Практичне заняття (2 години)

Загальне поняття про темперамент, його структуру, типи й властивості. Історичний огляд учень про темперамент (учення Гіппократа, Галена, І. Канта, П. Ф. Лесгафта). Основні системи пояснень темпераменту: гуморальна, конституційна (морфологічна), нейрофізіологічна. Фізіологічні основи темпераменту (учення І. П. Павлова). Розвиток теорії темпераменту Б. М. Тепловим, В. Д. Небиліциним. Співвідношення темпераменту та ефективності діяльності людини.

Дослідження темпераменту. Підхід до вивчення темпераменту Г. Айзенка (двохфакторна модель). Діагностика екстраверсії-інтроверсії та нейротизму за методикою ЕРІ (тест Г. Айзенка).

Тематика самостійного вивчення матеріалу (6 годин)

Конституційна типологія особистості (Е. Кречмер, В. Шелдон). Поняття «конституція». Концепція взаємозв'язку темпераменту, визначальних рис особистості з морфологічними ознаками. Основні конституційні типи та відповідні їм типи особистості за теоріями Е. Кречмера та У. Шелдона. Сучасна оцінка наукової значущості теорій Кречмера й Шелдона.

Підходи до дослідження темпераменту В. С. Мерліна, В. Д. Русалова, Я. Стреляу.

Література:

[5, с. 256-266], [7, с. 47-51], [8, с. 100-111, 117-119], [10, с. 553-565], [11, с. 398-412], [14, с. 4-26], [21, с. 287-306], [27, с. 248-258], [31, с. 148-165, 219-261].

Тема 9. Природа й сутність характеру

(8 годин)

Лекційний матеріал (2 години)

Самостійне вивчення матеріалу (6 годин)

Зміст поняття «характер» та підходи для його аналізу. Властивості характеру. Природні та соціальні передумови характеру. Співвідношення характеру й темпераменту. Особливості формування характеру. Акцентуація рис характеру та класифікації типів акцентуацій К. Леонгарда, А. Є. Личко.

Типології характеру. Класифікація типів характеру за Е. Фроммом. Статеворольові відмінності характеру. Особливості національного характеру.

Література:

[2, с. 200-240], [3, с. 27, 66-77, 130-212, 231-234, 254], [10, с. 567-581], [14, с. 26-39], [21, с. 311-365], [23, с. 149-155], [31, с. 270-318], [38, с. 252-253].

Тема 10. Загальна характеристика здібностей людини (8 годин)

Практичне заняття (2 години)

Самостійне вивчення матеріалу (6 годин)

Зміст понять «здібності», «обдарованість». Історія дослідження проблеми здібностей. Походження здібностей. Здібності та задатки. Види здібностей. Рівні прояву здібностей: майстерність, талант, геніальність. Творчі здібності, їх критерії та умови розвитку. Тренування творчих здібностей.

Література:

[10, с. 535-551], [14, с. 39-47], [21, с. 222-227, 283-287], [23, с. 155-158].

Тема 11. Уявлення про здорову особистість у психології (8 годин)

Лекційний матеріал (2 години)

Самостійне вивчення матеріалу (6 годин)

Поняття психічної норми та ненормативний психічний розвиток особистості. Поняття «норми» у філософському та науковому знанні. Концепція здорової особистості в психології. Визначення поняття «здоров'я» за ВООЗ. Поняття психічного, психологічного й соціального здоров'я особистості та їх критерії. Соціальні та особистісні чинники психологічного здоров'я. Пошук і реалізація смислу життя й духовна наповненість буття людини. Гармонія внутрішнього світу особистості та її міжособистісних стосунків.

Література:

[1, с. 30-58], [4, с. 819-864], [14, с. 47-53], [16, с. 49-55], [17, с. 52-55], [20, с. 41-102, 126-228], [23, с. 186-194], [25, с. 214-216], [29, с. 17-30].

Тема 12. Аномальний розвиток особистості (8 годин)

Лекційний матеріал (2 години)

Самостійне вивчення матеріалу (6 годин)

Причини аномального розвитку особистості. Поняття психопатії. Критерії психопатії Ганнушкіна-Кербікова. Класифікація психопатій за П. Б. Ганнушкіним. Невротичний розвиток особистості. Природа неврозів та види невротичних розладів.

Література:

[4, с. 118-130], [8, с. 240-241], [11, с. 162-186], [14, с. 54-60], [19, с. 423-441], [21, с. 324-329, 367-371], [25, с. 228-236], [38, с. 32-33, 191-197, 256-259].

Тема 13. Кризові стани особистості

(6 годин)

Самостійне вивчення матеріалу (6 годин)

Розуміння криз особистості в психології. Типи криз особистості. Кризи нормативні та аномальні. Життєвий цикл та вікові кризи. Професійні кризи й чинники, що їх породжують. Духовна криза. Причини криз та їх зв'язок із соціальними умовами буття людини. Ступені кризи за їх силою впливу на психіку. Симптоми кризового стану та особливості переживання криз. Ставлення до кризи та стратегії подолання криз і життєвих труднощів.

Література:

[1, с. 284-325], [4, с. 877-896], [8, с. 328-381], [15, с. 15-17], [24, с. 14, 27].

Тема 14. Стрес та стресостійкість особистості

(6 годин)

Самостійне вивчення матеріалу (6 годин)

Сучасні підходи до вивчення явища стресу. Фактори, що спричиняють реакцію стресу. Види стресових станів та їх характеристика. Стрес і здоров'я людини. Визначення поняття «стресостійкість». Особистісно-індивідні детермінанти стресостійкості. Типи реагування на стресові події та поведінки подолання. Мобілізація психофізіологічних можливостей для протистояння стресу. Оволодіння способами саморегуляції психофізіологічного стану.

Література:

[1, с. 59-65], [5, с. 499-503, 531-539], [6, с. 225-262], [8, с. 377-378], [10, с. 456-468], [18, с. 227-250], [19, с. 442-453], [20, с. 386-408], [21, с. 250-255], [35, с. 158-258, 421-449].

Тема 15. Психічне й психологічне здоров'я студентів

(6 годин)

Самостійне вивчення матеріалу (6 годин)

Чинники, що впливають на здоров'я студентів. Ризики для психічного й психологічного здоров'я тих, хто навчається. Труднощі адаптації студентів у закладі вищої освіти як стрес-фактор. Умови створення закладами освіти

психологічної безпеки освітнього середовища, психологічно й педагогічно комфортних умов навчання.

Стратегії подолання стресових ситуацій у студентському житті. Соціальна підтримка як чинник психічного й психологічного здоров'я студентів.

Профілактика психічних та соматичних розладів, шляхи зміцнення здоров'я студентів. Забезпечення здорового способу життя та раціональна організація життєдіяльності. Розвиток умінь керувати емоціями та оволодіння способами психічної саморегуляції.

Література:

[16, с. 26-46], [18, с. 8-31], [20, с. 241-264, 466-479], [26, с. 210-239].

Тема 16. Психологічні основи профілактики залежностей

(6 годин)

Самостійне вивчення матеріалу (6 годин)

Сутність явища «залежності» та її прояви. Поняття «наркозалежність», «наркоманія» та «наркотик». Чинники ризику наркоманії та алкоголізації серед підлітків і молоді. Негативні наслідки вживання наркотиків, алкоголю та тютюнопаління для здоров'я людини, її особистісного розвитку.

Психологічні причини виникнення інтернет-залежності. Форми прояву інтернет-залежності та її діагностика. Несприятливі наслідки інтернет-залежності для психічного й психологічного здоров'я людини. Ознаки та наслідки ігрової залежності (ігроманії). Підходи та програми щодо профілактики залежностей.

Література:

[1, с. 238-283], [4, с. 849-858], [6, с. 280-304], [8, с. 272-273, 315], [17, с. 506-511], [18, с. 217-221], [20, с. 337-385], [28, с. 323-325], [30].

Рекомендації до виконання контрольних робіт

У роботі має бути план, розбивка тексту відповідно до плану, висновки, перелік використаної літератури (який має оформлятися за держстандартом) та посилання в тексті на використані джерела. Пункти плану мають нумеруватися арабськими цифрами. У разі надання в розділах підрозділів їх необхідно нумерувати додатковими цифрами після крапки (наприклад, 1.1, 1.2, 1.3 або 2.1, 2.2, 2.3 ...). Посилання на джерела інформації надаються у квадратних дужках

(номер із переліку літератури й сторінка), які розміщуються перед крапкою наприкінці речення (наприклад, [2, с. 15]). Обсяг виконаного завдання має бути орієнтовно до 10-ти аркушів формату А4 друкованого тексту; шрифт – 12–14, міжрядковий інтервал – 1,3–1,5, відступи (поля) 20 мм, абзац – 3–5 знаків, міжрядковий інтервал між абзацами – 1,3–1,5 (як і в тексті).

Робота має будуватися на науковій основі. Тема індивідуального завдання вибирається студентом із переліку наведених нижче варіантів завдань у відповідності до його порядкового номера у списку студентів академічної групи або за домовленістю між студентами (теми не мають повторюватися).

Теми індивідуальних завдань

1. Особистість як об'єкт психологічних досліджень. Історія становлення психології особистості. Основні проблеми психології особистості як сучасної галузі знань.
2. Базові категорії психології особистості (людина, індивід, особистість, індивідуальність). Загальна характеристика властивостей людини як індивіда та як особистості.
3. Основні підходи в психології до розробки проблеми структури особистості.
4. Погляди психологів на розвиток особистості.
5. Чинники й закономірності розвитку індивіда, особистості й індивідуальності.
6. Зовнішні та внутрішні умови розвитку особистості. Роль умов природного й соціального середовища у розвитку особистості.
7. Самосвідомість особистості: її генезис, функції, структура.
8. Психодинамічний напрям у теорії особистості. Психоаналіз Зігмунда Фрейда.
9. Аналітична теорія особистості Карла Густава Юнга.
10. Індивідуальна теорія особистості Альфреда Адлера.
11. Соціокультурна психологія Карен Хорні.
12. Гуманістичний психоаналіз Еріха Фромма.
13. Епігенетична теорія розвитку особистості Еріка Еріксона.
14. Гуманістичний напрям у психології особистості (Абрахам Маслоу, Карл Роджерс).
15. Теорія типів особистості Ганса Айзенка (двохфакторна модель особистості).
16. Спрямованість особистості та її форми.

17. Поняття про мотивацію та її місце в структурі психіки. Психологічні теорії мотивації.
18. Мотиваційні утворення особистості та їх особливості (мотивація досягнень та мотивація уникнення невдач). Психологічний портрет особистостей з мотивацією досягнень та мотивацією уникнення невдач.
19. Мотиваційні утворення особистості, які визначають стосунки з іншими людьми: афіліація, мотив влади, альтруїзм, агресивність.
20. Типи людей та локус контролю (дослідження Джуліана Роттера).
21. Основні підходи стосовно дослідження темпераменту.
22. Поняття про характер. Типологія характерів. Акцентуації характеру.
23. Природа людських здібностей. Види здібностей. Творчі здібності та їх розвиток.
24. Поняття психічного, психологічного й соціального здоров'я особистості та їх критерії.
25. Причини аномального розвитку особистості. Поняття психопатії, її критерії.
26. Невротичний розвиток особистості. Природа неврозів та види невротичних розладів.
27. Особистісно-індивідуальні детермінанти стресостійкості. Стили реагування на стрес та поведінки подолання (протистояння стресу).
28. Розуміння криз особистості в психології. Типи криз особистості, стратегії їх подолання.
29. Чинники, що впливають на психічне й психологічне здоров'я студентів. Шляхи зміцнення здоров'я студентів.
30. Чинники ризику наркоманії та алкоголізації серед підлітків і молоді. Підходи та програми щодо профілактики наркотичної та алкогольної залежностей серед молоді.
31. Психологічні причини виникнення інтернет-залежності та її профілактика.
32. Творча особистість, її психологічний портрет.
33. Просоціальна особистість, її психологічний портрет.
34. Гармонія внутрішнього світу особистості та її міжособистісних стосунків.

Запитання для самоконтролю та підсумкового контролю за проблематикою з «Психології особистості»

1. Які основні етапи можна виділити в історії дослідження особистості? Що є предметом дослідження психології особистості як галузі психологічного знання?

2. Який зміст вкладається в поняття «особистість»? Проведіть порівняльний аналіз різних визначень поняття «особистість»? Яке з них, на Ваш погляд, є найбільш удалим (повним) і чому?
3. Чи кожную людину можна вважати особистістю? Обґрунтуйте відповідь.
4. Як Ви розумієте висловлювання О. М. Леонтєва: «Особистість не є цілісністю, обумовлена генотипово: особистістю, не народжуються, особистістю стають»? Кого ми можемо вважати особистістю?
5. За якими критеріями можна визначити факт того, що людина сформувалася як особистість? Чим обумовлюється і як здійснюється формування й розвиток особистості?
6. Що об'єднує і що відрізняє поняття «людина», «індивід», «особистість», «індивідуальність»?
7. У сучасній психології свідомість розглядається як вищий рівень психічного відображення об'єктивної реальності й саморегуляції, властивий тільки людині як суспільно-історичній істоті. На чому базуються такі твердження?
8. Дайте визначення поняття «самосвідомість» особистості, назвіть основні функції та утворення самосвідомості.
9. Що в психології розуміється під «Я-образом» та «Я-концепцією» особистості? Чи є ці поняття цілком синонімічними? Надайте пояснення.
10. Яка роль рефлексії у процесах самопізнання людиною своєї внутрішньої сутності?
11. Який зміст понять «самооцінка», «рівень домагань»? Яким чином самооцінка й рівень домагань впливають на поведінку людини?
12. Охарактеризуйте основні положення теорії особистості З. Фрейда. Які з них, на думку психологів (зокрема, представників неофрейдизму), вважаються продуктивними, а які розцінюються як недоліки?
13. Які особливості структури особистості за З. Фрейдом?
14. У чому сутність явища психологічного захисту особистості? Яку роль відіграє психологічний захист у процесах індивідуального розвитку й соціально-психологічної адаптації особистості?
15. Які відмінності між психологічним захистом та стратегіями подолання критичних ситуацій (копінг-механізмами)?
16. Охарактеризуйте структуру особистості за К. Г. Юнгом. Чим відрізняється модель психічної структури особистості за З. Фрейдом та К. Г. Юнгом?

17. Розкрийте зміст поняття «спрямованість особистості». Яка її роль у життєдіяльності людини?
18. На яких підставах психологи класифікують потреби людини? Наведіть приклад однієї із сучасних класифікацій потреб.
19. Проведіть порівняльний аналіз поведінки й характеру діяльності людей з мотивацією досягнень та мотивацією уникнення невдач.
20. Охарактеризуйте таку складову спрямованості людини як «інтереси» та наведіть їх класифікацію.
21. Гуманістична психологія протиставляла себе в якості «третьої сили» по відношенню до біхевіоризму й психоаналізу. Які відмінності в підходах до вивчення особистості в біхевіоризмі й класичному психоаналізі З. Фрейда та гуманістичному напрямку в психології (А. Маслоу, К. Роджерс)?
22. Які основні положення теорії ієрархії потреб (або ієрархічної моделі мотивації) Абрахама Маслоу? Чому ідеї Маслоу із самого початку викликали низку запитань і заперечень у фахівців?
23. Як люди розрізняються між собою за тим, як і де вони локалізують контроль над значними для себе подіями (шкала «локус контролю» Дж. Роттера)?
24. Надайте визначення поняття «темперамент». Які фактори – біологічні чи соціальні – визначають особливості темпераменту? Чи може змінитися з часом тип темпераменту або властивості темпераменту? Обґрунтуйте відповідь.
25. Як можна оцінити наукову цінність теорії темпераменту Гіппократа у світлі сучасних наукових досліджень у галузі психології?
26. Які сторони конституційної теорії Ернста Кречмера стали предметом критики науковців і чому саме?
27. Розкажіть про дослідження Б. М. Теплова, В. Д. Небиліцина, які дозволили уточнити уявлення про властивості нервової системи, що визначають тип темпераменту.
28. Чи залежить від наявності у людини того чи іншого типу темпераменту ефективність її діяльності? Якої думки щодо цього дотримувалися учені Б. М. Теплов і В. Д. Небиліцин?
29. Проведіть порівняльний аналіз поведінки людей, які належать до екстравертованого та інтровертованого психологічних типів.
30. Який зміст вкладається в поняття «характер»? Які фактори – біологічні чи соціальні – визначають особливості характеру?

31. Які індивідуально-своєрідні психологічні властивості людини можна вважати рисами характеру?
32. Які закономірності формування характеру Вам відомі?
33. Чи існує зв'язок між характером і темпераментом?
34. Який зміст вкладається в поняття «акцентуація характеру»? Чи є акцентуація проявом патології характеру або відноситься до варіанта норми?
35. Який характер можна вважати патологічним, тобто розцінювати як психопатію, за критеріями Ганнушкіна-Кербікова? Обґрунтуйте відповідь.
36. Надайте визначення поняття «здібності». Чи є здібності уродженими чи вони формуються прижиттєво?
37. У чому відмінність здібностей і задатків?
38. Охарактеризуйте основні види здібностей людини й установіть зв'язок між ними.
39. Дайте характеристику загальних здібностей людини.
40. Охарактеризуйте спеціальні здібності людини. Яку роль відіграють задатки у розвитку спеціальних здібностей?
41. Розкрийте зміст поняття «здоров'я» у відповідності з визначенням Всесвітньої організації охорон здоров'я (ВООЗ).
42. Чи можна вважати поняття «норма» та «здоров'я» повними синонімами? Який зміст вкладається в поняття «норма» у різних галузях наукового знання?
43. Дайте визначення поняття «психічне здоров'я». Які його критерії?
44. Розкрийте зміст поняття «психологічне здоров'я». Які характеристики психологічно здорової особистості?
45. Які зовнішні й внутрішні чинники впливають на психологічне здоров'я особистості?
46. Який зміст вкладається в поняття «соціальне здоров'я особистості»? Які його критерії?
47. Що становлять собою невротичні розлади людини? Які причини розвитку неврозів? Які основні типи невротичних розладів Вам відомі?
48. Яка природа соціальних страхів та фобій? В яких ситуаціях соціальні страхи та фобії можуть виникати у студентському середовищі і як проявлятися? За якими напрямками сьогодні відбувається терапія соціофобій?

Словник ключових термінів і понять за проблематикою курсу

Агресивність (від лат. *aggresio* – напад) – властивість особистості, що виражається в готовності до *агресії*. *Агресія* – будь-які індивідуальні чи колективні дії, що спрямовані на заподіяння фізичної або психологічної шкоди, збитку іншій людині або групі людей.

Альтруїзм (від лат. *alter* – інший) – прагнення людини безкорисливо надавати допомогу іншим людям (на відміну від *егоїзму* – прагнення задовольняти корисливі особисті потреби, не зважаючи на потреби та інтереси інших людей, соціальних груп) [8, с. 268].

Акцентуація характеру – значне посилення й крайнє виявлення окремих рис характеру або їх сполучень. Проявляється у вибіркового ставленні особистості до психологічних впливів певного роду, низькій стійкості до них, при достатній або навіть підвищеній стійкості до інших видів впливів. Різні комбінації надмірно посиленних рис характеру призводять до різних типів акцентуацій. Акцентуації є крайнім варіантом норми, що граничать із дисфункціями – *психопатіями*. Поняття «*акцентуація особистості*» було введено в науковий обіг німецьким психіатром і психологом Карлом Леонгардом (1904–1988).

Афіліація (від англ. *affiliation* – з'єднання, зв'язок) – потреба (мотивація) у спілкуванні, в емоційних контактах, дружбі, любові. Афіліація проявляється у прагненні мати друзів, взаємодіяти з оточуючими, надавати кому-небудь допомогу, підтримку та приймати їх від нього [8, с. 274].

Геніальність (від лат. *genius* – дух) – вищий рівень розвитку здібностей, що виявляється у творчій діяльності, результати якої мають історичне значення в житті суспільства, у розвитку науки, літератури, мистецтва.

Екстраверсія – інтроверсія (від лат. *extra* – зовні, *intro* – усередину, *versio* – повертати) – характеристика індивідуально-своєрідних відмінностей людини, крайні полюси якої відповідають переважній спрямованості особистості або на світ зовнішніх об'єктів, або на на явища його власного суб'єктивного світу. Поняття *екстраверсія – інтроверсія* були введені К. Г. Юнгом для позначення двох протилежних психологічних типів. *Екстравертовані* особи орієнтуються на довколишні об'єкти, їм притаманні імпульсивність, ініціативність, гнучкість поведінки, комунікативність, добра пристосовність до середовища. *Інтровертовані* особи орієнтовані на власний внутрішній світ, часто занурені у себе, зазнають труднощів, установлюючи

контакти з людьми й адаптуючись до реальності, спокійні, урівноважені, їхні дії продумані й раціональні. Згідно з теорією Юнга, обидві орієнтації існують у людині одночасно, але одна з них зазвичай стає домінантною [10, с. 544].

Життєві цілі – довгострокові й середньострокові результати, намічені особистістю для реалізації у планах життя й діяльності.

Задатки – генетично обумовлені (уроджені) анатомо-фізіологічні особливості людини (особливості мозку, нервової системи, органів чуття й руху, функціональні особливості організму), що становлять природну основу розвитку її здібностей. Задатки – органічна основа здібностей та інших психічних властивостей [10, с. 535-548].

Здібності – індивідуально-психологічні властивості людини, які зумовлюють успішне виконання певних видів діяльності (швидке засвоєння й закріплення знань, умінь і навичок та їх ефективне використання на практиці). *Загальні здібності* визначають успіхи людини у різних видах діяльності (розумові здібності, пам'ять, увага, мовлення, тонкість і точність ручних рухів та низка інших), а *спеціальні здібності* – у специфічних видах діяльності (музичні, художньо-творчі, літературні, математичні, лінгвістичні, технічні, спортивні та інші). В основі розвитку здібностей полягають задатки. Здібності не є уродженими, це – соціальний набуток [10, с. 535-548].

Здоров'я – у відповідності з визначенням, яке наведено в преамбулі Статуту Всесвітньої організації охорони здоров'я (1948 р.), «Здоров'я – це стан повного фізичного, душевного й соціального благополуччя, а не тільки відсутність хвороб або фізичних дефектів».

Ідеали – образи бажаного майбутнього, які мають для даної особистості ознаки досконалості й привабливості [10, с. 512-513].

Індивід – людина як одинична біологічна істота, представник виду *Homo sapiens*, продукт філогенетичного й онтогенетичного розвитку, носій індивідуально своєрідних, генетично обумовлених природних властивостей.

Властивості індивіда більшість психологів вважає безособистісними умовами розвитку. До індивідних властивостей належать: властивості вікові й статеві, загальносоматичні (від грец. *soma* – тіло), нейродинамічні (особливості нервової системи), а також система психофізіологічних функцій: сенсорних, перцептивних, мнемічних, мовних, вербально-логічних, моторних. Психофізіологічні властивості індивіда становлять основу відчуттів і сприймання, уявлень і уяви, пам'яті, мислення та емоційних переживань. Вища

інтеграція всіх індивідуальних властивостей представлена в *темпераменті* та *задатках* [8, с. 22, 76-77].

Індивідуальність – це неповторне, унікальне поєднання особливостей і рис людини, що зумовлює її несхожість з іншими людьми.

Інтерес (*інтереси*) – це форма вияву пізнавальної потреби, яка забезпечує спрямованість особистості на усвідомлення цілей діяльності й сприяє ознайомленню з новими фактами дійсності. *Інтереси* визначають також як вибіркочу, емоційно забарвлену увагу до певних предметів, діяльності, результатів, умов, пов'язаних із можливостями задоволення потреб й досягнення життєвих цілей [10, с. 512].

Коллективне несвідоме – в аналітичній психології К. Г. Юнга це одна із трьох взаємопов'язаних систем особистості. За Юнгом, психіка людини має три рівні: свідомість, особисте несвідоме й *колективне несвідоме*, яке утворюється зі слідів пам'яті, що залишається від усього минулого людства і впливає на особистість людини, визначає її поведінку з моменту народження. Коллективне несвідоме є «осадою» у психіці людини досвіду, який вона отримала в ході біологічної еволюції та культурно-історичного розвитку [28, с. 32].

Конституція людини (від лат. *constitutio* – устрій; *constitutio corporis* – статура) – комплекс індивідуальних морфологічних, біохімічних, фізіологічних і психічних властивостей людини, що закріплені спадково та зумовлюють специфіку всіх реакцій організму на впливи середовища [28, с. 235-236].

Креативність (англ. *creativity*) – *творчі можливості (здібності)* людини, які можуть проявлятися у мисленні, почуттях, спілкуванні, окремих видах діяльності, характеризувати особистість в цілому і/або окремі сторони, продукти діяльності, процес їх, створення [28, с. 247-248].

Криза особистості – стан, який виникає внаслідок накопичення нерозв'язаних життєво значимих проблем, суперечностей або подій, що призвели до втрати сенсу попереднього стилю життя, поведінки й діяльності; стан, що виникає, коли розв'язання життєво значимих проблем за допомогою звичних методів виявляється неможливим.

Кризи особистості можна поділити на кризи: нереалізованості, спустошеності, безперспективності, кризи самореалізації, біографічні кризи, кризи становлення особистості (вікові кризи), кризи здоров'я, термінальні кризи, кризи значущих стосунків, кризи особистісної автономії, кризи життєвих помилок, професійні кризи [4, с. 877].

Локус контролю (рівень суб'єктивного контролю) – а) поняття, прийняте для позначення схильності людини бачити джерело управління власним життям або переважно у самому собі, або у зовнішньому середовищі; б) стійка характеристика особистості, що сформована в процесі її соціалізації й відбиває схильність людини приписувати відповідальність за результати своєї діяльності або власним здібностям й зусиллям, або зовнішнім силам.

Уявлення щодо *локусу контролю* у його сучасному розумінні було введене американським психологом Дж. Роттером, який запропонував розрізняти між собою людей відповідно до того, де вони локалізують контроль над значимими для себе подіями. За Роттером, існують два крайні типи такої локалізації, чи локусу контролю: *інтернальний* і *екстернальний*. У першому випадку людина вважає, що події, які відбуваються з нею, насамперед залежать від її особистісних якостей, таких як компетентність, цілеспрямованість, рівень здібностей, і є закономірним результатом її власної діяльності. У другому випадку людина переконана, що її успіхи чи невдачі є результатом таких зовнішніх сил, як доля, везіння, випадковість, тиск оточення, інші люди тощо. Будь-який індивід займає певну позицію у континуумі, що задається цими полярними типами локусу контролю [28, с. 560; 32, с. 419-421].

Людина – істота, що утілює собою вищий ступінь в еволюції живих організмів на Землі, представник біологічного виду *Homo sapiens*, суб'єкт суспільно-історичної діяльності й культури. Людина володіє свідомістю, вищими психічними функціями (абстрактно-логічним мисленням, членороздільним мовленням, логічною пам'яттю, уявою, волею і т. ін.), здатна створювати знаряддя й користуватися ними в процесі суспільної праці [12, с. 337].

Мета – усвідомлюваний результат, на досягнення якого в даний момент часу спрямована дія, пов'язана з діяльністю, яка задовольняє актуалізовану потребу. Мета є чинником, що спонукає до діяльності [10, с. 516].

Мотив (від лат. *movere* – рухаю, штовхаю) – це спонукання до діяльності, пов'язане із задоволенням потреб людини. *Мотив* можна визначити також як внутрішню стійку психологічну причину поведінки або вчинку людини [10, с. 513].

Мотивація – це сукупність причин психологічного характеру (система мотивів), які обумовлюють поведінку й учинки людей, їх спрямованість і активність. У другому значенні під мотивацією розуміється характеристика

процесу, який стимулює й підтримує поведінкову активність людини на певному рівні [10, с. 513].

Мотивація досягнень – характеризується прагненням людини досягати високих результатів і майстерності в діяльності. Проявляється у бажанні напружено працювати, у прагненні до досконалості, у виборі складних завдань і одержанні унікальних, оригінальних результатів як у продукті діяльності, так і у способах вирішення завдань [8, с. 264]

Мотив уникнення невдач – відносно стійка тенденція уникати невдачі в життєвих ситуаціях, які пов'язані з оцінкою іншими людьми результатів діяльності. Проявляється, як правило, у низькій потребі у покращенні досягнутих результатів, наданні переваги стандартним способам вирішення завдань порівняно з унікальними, у рутинному виконанні діяльності [8, с. 264]

Настановлення (установка) – неусвідомлений стан готовності особистості певним образом сприймати, оцінювати й діяти по відношенню до оточуючих її людей або об'єктів. *Соціальне настановлення* – це стійка схильність особистості, що склалася на основі досвіду, готовність до певної форми реагування при контакті з певними соціальними об'єктами, фактами, умовами, подіями, інформацією [10, с. 152-154].

Неврози (від грец. *neuron* – нерв) – це група найбільш розповсюджених нервово-психічних розладів, психогенних за своєю природою, в основі яких полягає суперечність між особистістю й значимими для неї сторонами дійсності, яка непродуктивно й нераціонально вирішуються, і супроводжується виникненням хворобливо-тяжких переживань невдачі, незадоволення потреб, недосяжності життєвих цілей, непоправності втрат і т. ін. Виокремлюють три основні форми неврозу: *неврастенія, істерія, невроз нав'язливих станів* [28, с. 57-58].

Несвідоме. У сучасній психології під несвідомим розуміється сукупність психічних процесів, дій і станів, обумовлених явищами дійсності, у впливі яких суб'єкт не віддає собі звіту.

Уявлення про несвідоме вперше було сформульовано в XVIII ст. німецьким філософом Готфрідом Вільгельмом Лейбніцем (1646-1716) як сукупність психічних процесів, не репрезентованих у свідомості суб'єкта. У психології концепція несвідомого набула найбільшого розвитку на початку XX ст. у працях австрійського психіатра, невропатолога й психолога Зігмунда Фрейда (1856–1939) [28, с. 57-58].

Обдарованість – це якісно своєрідне поєднання здібностей людини, що забезпечує успішність виконання певної діяльності (Б. М. Теплов) [10, с. 542; 28, с. 347-348].

Особистість – поняття, що означає соціально-психологічну сутність людини, яка формується в результаті засвоєння людиною суспільних форм свідомості й поведінки, суспільно-історичного досвіду людства.

Передсвідоме – термін психоаналізу Зігмунда Фройда, що позначає ті думки й спогади, які, не будучи частиною нашого нинішнього усвідомленого досвіду, усе ж залишаються доступними для усвідомлення. З точки зору Фройда, передсвідоме наводить мости між усвідомлюваними й неусвідомлюваними сферами психічного.

Переконання – система мотивів особистості, які спонукають її здійснювати вчинки у відповідності зі своїми поглядами, принципами, світоглядом [10, с. 513].

Подолання (англ. coping) – психічні процеси й поведінка, спрямовані на подолання й переживання стресових (кризових) ситуацій, особливо просоціального характеру. Подолання ґрунтується на сукупності когнітивних та поведінкових зусиль, відповідних зовнішній ситуації та внутрішній реальності особистості. В репертуарі способів психологічного подолання проблемної ситуації можливі різноманітні стратегії: реальне поведінкове або когнітивне подолання проблеми; пошук соціальної підтримки; перетлумачення ситуації на свою користь; звернення до релігії; ухилення та втеча від проблеми; емоційна експресія; релаксація; гумор [28, с. 516-517].

Потреби – це стан людини, пов'язаний з усвідомленням і переживанням нужди в тому, що необхідно їй для підтримки життя її організму та розвитку як особистості [10, с. 515].

Просоціальна поведінка особистості. Під *просоціальною поведінкою* розуміють будь-які дії особистості, спрямовані на досягнення результатів, які є важливими й корисними не так для неї, як для інших людей. Категорія просоціальності може бути віднесена не тільки до окремих поведінкових актів, а й до сутнісних характеристик особистості в цілому. Особливо яскраву просоціальну поведінку називають *альтруїзмом*, який полягає у прагненні надати допомогу та психологічну підтримку іншим людям із метою зростання їх благополуччя і без жодної спрямованості на свідоме досягнення корисних для себе результатів [10, с. 431-441].

Психічне здоров'я – стан душевного благополуччя, що характеризується відсутністю хворобливих психічних проявів та який забезпечує адекватну умовам навколишньої дійсності регуляцію поведінки й діяльності [25, с. 215].

Психологічне здоров'я – «...динамічний стан внутрішнього благополуччя (узгодженості) особистості, який складає її сутність і дозволяє актуалізувати свої індивідуальні й віково-психологічні можливості на кожному етапі розвитку» (В. Е. Пахальян) [29, с. 28].

Психологічний захист – це система регуляторних механізмів у психіці, які спрямовані на усунення або зведення до мінімуму негативних переживань, що травмують особистість, сполучених із внутрішніми або зовнішніми конфліктами, станами тривоги й дискомфорту. Ситуації, що потребують психологічного захисту, характеризуються реальною або удаваною загрозою цілісності особистості, її ідентичності й самооцінці [28, с. 172].

Психологія особистості – галузь психологічної науки, яка вивчає рушійні сили й умови розвитку особистості, періодизацію розвитку індивіда, особистості й індивідуальності, індивідуальні властивості особистості та їх роль у розвитку особистості, розвиток особистості у соціо- та персоногенезі, структуру особистості, теорії особистості та різні методичні підходи до її вивчення [22, с. 9].

Психопатія – (від. грец. *psyche* – душа і *pathos* – страждання, хвороба) – хвороблива потворність характеру (при збереженні інтелекту людини), в результаті якої різко порушуються взаємини з оточуючими людьми, аж до соціальної небезпеки для оточуючих [25, с. 230].

Рівень домагань особистості – характеризує ступінь складності тих цілей, до яких прагне людина й досягнення яких здається людині привабливим і можливим [28, с. 560].

Самооцінка – оцінка особистістю самої себе, своїх можливостей, якостей та місця серед людей. *Самооцінку* також можна визначити як цінність, значущість, якої надає собі індивід загалом та окремим бокам своєї особистості, діяльності й поведінки [28, с. 485].

Самосвідомість – це рівень свідомості, на якому здійснюється усвідомлення людиною себе як індивідуальності, оцінка людиною своєї фізичної сутності, свого знання, почуттів, потреб, мотивів поведінки й діяльності тощо. *Самосвідомість* можна визначити як протилежне усвідомленню зовнішнього світу переживання єдності й специфічності «Я» як

автономної (окремої) сутності, наділеної думками, почуттями, бажаннями, здатністю до дії. Самосвідомість включає в себе процеси самопізнання, самоідентифікації, самовизначення. Самосвідомість характеризується своїм продуктом – сукупністю уявлень про себе, що виражаються в «Я-образі», «Я-концепції» [28, с. 486].

Свідомість – вищий рівень психічного відображення об'єктивної реальності й саморегуляції, властивий тільки людині як суспільно-історичній істоті [10, с. 88].

Світогляд – це система найбільш загальних уявлень про світ, про закономірності його розвитку, місце людини у цьому світі, а також обумовлені цими уявленнями основні життєві цілі й настановлення людей, їх переконання, ідеали й ціннісні орієнтації [10, с. 513].

Соціальне здоров'я особистості знаходить відображення в таких характеристиках: адекватне сприйняття соціальної дійсності, інтерес до оточуючого світу, адаптація (рівновага) до фізичного та соціального середовища; спрямованість на суспільну справу, культура споживання, альтруїзм, емпатія, відповідальність перед іншими, безкорисливість, демократизм у поведінці [16, с. 53-54].

Спрямованість особистості визначають як сукупність стійких, відносно незалежних від конкретних умов мотивів, що орієнтують поведінку й діяльність людини. Спрямованість характеризується домінуючими потребами, інтересами, ідеалами, схильностями, переконаннями, психологічною установкою, світоглядом, життєвими цілями. Проявляється спрямованість також у формі потягу, бажання, прагнення. *Спрямованість особистості* визначається також як стійка скерованість, орієнтованість думок, почуттів, бажань, фантазій, вчинків людини, яка є наслідком домінування певних (головних, провідних) мотивацій (Л. І. Божович) [10, с. 511].

Схильність – позитивне ставлення, потяг, тяжіння до якого-небудь заняття. Схильність характеризує спрямованість індивіда на певну діяльність. Основою схильності є глибока потреба індивіда в тій чи іншій діяльності, тобто інтерес до певного виду діяльності. Схильність, що виникла, може розглядатися як передумова до розвитку певних здібностей [10, с. 512].

Талант – високий рівень розвитку *спеціальних здібностей* (музичних, літературних, математичних та інших) [10, с. 596-597]

Темперамент (лат. temperamentum – належне співвідношення (частин)) – характеристика індивіда з боку динамічних особливостей його психічної діяльності: темпу, швидкості, ритму, інтенсивності психічних процесів [11, с. 398].

Характер (від грец. charakter – печатка, карбування, риса, особливість) – індивідуальне сполучення найбільш стійких, істотних, придбаних особливостей особистості, що виявляються у поведінці, діяльності людини, у певному ставленні до дійсності, що оточує [28, с. 363].

Ціннісні орієнтації – важливий компонент світогляду особистості або групової ідеології, що виражає переваги й прагнення особистості або групи по відношенню до тих чи інших узагальнених людських цінностей (добробут, здоров'я, комфорт, пізнання, громадянські свободи, творчість, праця і т. ін.) [28, с. 596-597].

Я-образ. Під Я-образом особистості розуміється відносно стійка, не завжди усвідомлювана, що переживається як неповторна, система уявлень індивіда про самого себе, на основі якої він будує свою взаємодію з іншими. **Я-концепція** – сукупність усіх уявлень індивіда про себе, сполучена з їх оцінкою (Р. Бернс) [28, с. 636-637; 32, с. 333].

Зміст

Вступ.....	3
Робоча програма навчальної дисципліни «Психологія особистості».....	4
Рекомендована література.....	5
Зміст дисципліни	7
Рекомендації до виконання контрольних робіт	15
Теми індивідуальних завдань.....	16
Запитання для самоконтролю та підсумкового контролю за проблематикою з «Психології особистості».....	17
Словник ключових термінів і понять за проблематикою курсу.....	20