

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ ТА НАУКИ УКРАЇНИ
КРИВОРІЗЬКИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ДВНЗ «КРИВОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ»
КАФЕДРА ЗАГАЛЬНОЇ ТА ВІКОВОЇ ПСИХОЛОГІЇ**

Ткаченко О. А.

**ОСНОВИ САМОСТІЙНОГО ВИВЧЕННЯ КУРСУ
«ПСИХОЛОГІЯ»**

**Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів
спеціальності «Хореографія»**

Кривий Ріг

2015

Ткаченко О. А. Основи самостійного вивчення курсу «Психологія»: навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів спеціальності «Хореографія». – Кривий Ріг: КПІ ДВНЗ КНУ ТОВ ВВП «Інтерсервіс», 2015. – 244 с.

ISBN

Навчальний посібник призначений для ґрунтовного самостійного оволодіння навчальним курсом «Психологія» студентами вищих навчальних закладів, які навчаються за спеціальністю «Хореографія». У посібнику наведено питання для підготовки, рекомендована література, загальні дані про зміст базових тем, вправи та практичні задачі для самостійної роботи, завдання для підготовки до тестового контролю. Зміст переважної більшості представлених вправ і практичних задач мають пряме професійне спрямування, що дозволить студентам при їх виконанні не тільки систематизувати й поглибити теоретичні знання, сформувані практичні прийоми та навички, а й усвідомити важливість їх засвоєння для успішного виконання професійної діяльності. Запропоновані завдання відповідають різним рівням складності, що надає студентам можливість вибору, у відповідності до їхнього рівня інтелектуальної активності (репродуктивного, продуктивного, творчого), пізнавальних здібностей, інтересів та потреб.

Навчальний посібник буде корисним для викладачів і студентів вищих навчальних закладів, хореографів різного професійного спрямування, практичних психологів.

Рецензенти :

Долинська Л. В., кандидат психологічних наук, професор, зав. кафедри психології інституту філософської освіти і науки Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова

Шаповал І. М., кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри практичної психології Криворізького педагогічного інституту ДВНЗ «Криворізький національний університет»

Токарева Н. М., кандидат психологічних наук, доцент, зав. кафедри загальної та вікової психології Криворізького педагогічного інституту ДВНЗ «Криворізький національний університет»

Ухвалено до друку на засіданні кафедри загальної та вікової психології КПІ ДВНЗ КНУ (протокол № 9 від 16.04. 2015 р.)

ISBN

©

О.А.Ткаченко, 2015

Зміст

Загальні положення	4
Змістовий модуль 1. Психологія як наука, її базові категорії та методи.	10
Тема 1. Предмет, завдання і методи психології.....	10
Тема 2. Психіка людини: її виникнення та розвиток.	21
Тема 3. Діяльність.....	39
Тема 4. Особистість як суб'єкт діяльності.	56
Змістовий модуль 2. Пізнавальні та емоційно-вольові процеси.....	81
Тема 1. Увага як умова здійснення фізичної та пізнавальної діяльності.....	81
Тема 2. Відчуття і сприймання як процеси чуттєвого пізнання.	93
Тема 3. Пам'ять, мислення та уява як процеси логічного пізнання.	104
Тема 4. Емоційно-вольова регуляція діяльності людини.	123
Змістовий модуль 3. Індивідуально-типологічні особливості особистості як суб'єкта діяльності та спілкування.	148
Тема 1. Темперамент і характер.....	148
Тема 2. Здібності.	166
Тема 3. Особистість як об'єкт і суб'єкт спілкування.....	176
Тема 4. Особистість у структурі групових відносин.	194
Тема 5. Психологічні основи керівництва хореографічним колективом....	205

Загальні положення

Основний вектор реформування системи вищої освіти України спрямований на впровадження європейських норм та стандартів. Сучасні тенденції розвитку освіти збільшують значущість самостійної учбової діяльності студентів як основного фактору результативності навчання у ВНЗ.

Гуманізація культурного і освітнього простору вимагає від майбутніх діячів культури, зокрема хореографів, розуміння психологічних механізмів та закономірностей становлення особистості, її розвитку та функціонування в групі, в процесі міжособистісних стосунків. Курс психології розрахований на засвоєння фундаментальних понять цієї науки та розуміння універсальних психологічних закономірностей, сприяє набуванню знань і умінь, які необхідні майбутньому керівнику хореографічного колективу в професійній діяльності.

Предметний зміст посібника передбачає оволодіння науковим психологічним знанням, ознайомлення з психологією як наукою, її структурою, категоріями, принципами, формування професійного образу мислення студентів. Крім вищезазначеного, вивчення курсу надає можливість студентам регулювати власну поведінку, керувати власним психічним станом, цілеспрямовано займатися професійним удосконаленням та поширювати власну ерудицію.

Метою курсу є озброєння майбутніх фахівців з хореографічного мистецтва знаннями фундаментальних понять та законів психічної регуляції діяльності людини, особливостей психологічних впливів на людину з боку природного, соціокультурного і антропогенного оточення і пов'язаних з цим психічних переживань, внутрішніх станів людини, особливостей розвитку її психічних функцій, формування вміння виявляти і аналізувати означені явища в майбутній професійній діяльності.

Структура навчальної дисципліни «Психологія» та кількість годин для самостійної роботи студентів по кожній темі представлено в таблицях 1 і 2.

Таблиця 1

Структура навчальної дисципліни «Психологія»

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин					
	денна форма навчання					
	усього	у тому числі				
		л	п	лаб	інд	с.р.
1	2	3	4	5	6	7
Змістовий модуль I. Психологія як наука, її базові категорії та методи.						
Тема 1. Предмет, завдання і методи психології.	10	2	2			6
Тема 2. Психіка людини: її виникнення та розвиток.	4					4
Тема 3. Діяльність.	12	2	2			8
Тема 4. Особистість як суб'єкт діяльності.	10	2	2			6
Разом за змістовим модулем 1	36	6	6			24
Змістовий модуль 2. Пізнавальні та емоційно-вольові процеси.						
Тема 1. Увага як умова здійснення фізичної та пізнавальної діяльності.	6	2				4
Тема 2. Відчуття і сприймання як процеси чуттєвого пізнання.	6		2			4
Тема 3. Пам'ять, мислення та увага як процеси логічного пізнання.	10	2	2			6
Тема 4. Емоційно-вольова регуляція діяльності людини.	10	2	2			6
Разом за змістовим модулем 2	32	6	6			20
Змістовий модуль 3. Індивідуально-типологічні особливості особистості як суб'єкта діяльності та спілкування.						
Тема 1. Темперамент і характер.	6	2				4
Тема 2. Здібності.	8	2				6
Тема 3. Особистість як об'єкт і суб'єкт спілкування.	8		2			6
Тема 4. Особистість у структурі групових відносин.	10	2	2			6
Тема 5. Психологічні основи керівництва хореографічним колективом.	8		2			6
Разом за змістовим модулем 3	40	6	6			28
Усього годин	108	18	18			72
ІНДЗ			-	-		
Усього годин	108	18	18			72

Самостійна робота

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Предмет, завдання і методи психології	6
2	Психіка людини: її виникнення та розвиток	4
3	Діяльність	8
4	Особистість як суб'єкт діяльності	6
5	Увага як умова здійснення фізичної та пізнавальної діяльності	4
6	Відчуття і сприймання як процеси чуттєвого пізнання	4
7	Пам'ять, мислення та увага як процеси логічного пізнання	6
8	Емоційно-вольова регуляція діяльності людини	6
9	Темперамент і характер	4
10	Здібності	6
11	Особистість як об'єкт і суб'єкт спілкування	6
12	Особистість у структурі групових відносин	6
13	Психологічні основи керівництва танцювальним колективом	6
	Разом	72

Посібник є спробою надати допомогу у поглибленому самостійному опрацюванні та вивченні основ психології, які не можуть бути засвоєні без систематичної та цілеспрямованої самостійної роботи.

Виконання поданих у посібнику завдань активізує, закріплює та конкретизує теоретичні знання, отримані студентами на лекціях та шляхом самостійного вивчення рекомендованої літератури. Щоб спонукати студента до цього, в посібнику на початку кожного розділу подаються питання для підготовки, після чого йдуть загальні методичні рекомендації щодо вивчення змісту теми. Ідея активізації та індивідуалізації пізнавальної діяльності студентів, розвитку самостійності і цілеспрямованості їхньої розумової діяльності реалізується через врахування в структурі самостійного вивчення курсу «Психології» трьох рівнів підготовки: репродуктивного, продуктивного(евристичного) та творчого.

Репродуктивний рівень (Р). Рівень володіння програмним матеріалом в межах виконання репродуктивних завдань є початковим рівнем засвоєння курсу загальної психології, який оцінюється за шкалою ECTS як задовільний (D, E).

Продуктивний (евристичний) рівень базується на вмінні розв'язувати проблемні питання, що потребують поглибленого вивчення теми. Цей рівень передбачає добре знання теоретичного матеріалу курсу загальної психології та володіння понятійним апаратом, вміння розв'язувати конструктивні або частково-пошукові практичні і теоретичні завдання.

Рівень оволодіння програмним матеріалом в межах виконання продуктивних (частково-пошукових) завдань є базовим рівнем засвоєння курсу загальної психології, який оцінюється за шкалою ECTS як «добре» (B,C).

Творчий рівень – самостійна продуктивна діяльність з перенесенням знань при розв'язанні задач на новий, нестандартний рівень: завдання для пошуково-дослідницької діяльності студентів.

Дослідницький метод вивчення загальної психології є способом організації пошукової діяльності студентів, спрямованої на творче, самостійне здійснення процесу пізнання. Виконання творчих завдань допомагає засвоєнню студентами досвіду творчої діяльності відповідно до їх вікових і психологічних особливостей. Крім того, воно формує широкі пізнавальні інтереси і духовні потреби у творчій діяльності, сприяє оволодінню методами наукового пізнання в процесі дослідження психологічної чи життєвої проблеми. Самостійна продуктивна діяльність студентів з перенесенням знань при розв'язанні задач на новий, нестандартний рівень (в процесі чого виробляється гіпотетичне аналогове мислення), сприяє формуванню креативного професійного мислення, професійно значимих знань, умінь та навичок студентів. Рівень творчих(дослідницьких) завдань є найвищим рівнем засвоєння курсу загальної психології.

Основні завдання самостійного вивчення курсу загальної психології:

1. Отримати системні загально психологічні, соціально-психологічні і психолого-педагогічні знання, уміння та навички, засвоїти основні поняття психології та універсальні психологічні закономірності, ознайомитися з публікаціями та наробками сучасних досліджень з психології, набути досвід використання теоретичних знань для аналізу характеру і особливостей взаємодії в

системах «людина - людина», «людина – художній образ», «людина – танець» і вплив останнього на свідомість людини.

2. Ознайомитись з такими здобутками сучасної психологічної науки, які б сприяли їх професійному становленню в якості майбутніх спеціалістів в області хореографічної діяльності, зокрема досягненнями в області танцювальної педагогіки й танцювальної терапії.

3. Переконатись у необхідності гармонізації стосунків людини з соціальним середовищем як умови нормального розвитку і діяльності.

4. Сприяти формуванню у студентів культури хореографічного мислення, творчої свідомості.

5. Сприяти більш свідомому ставленню студентів до власної діяльності та прагненню до самовдосконалення.

Успішність студентів при самостійному вивченні загальної психології оцінюється за шкалою, що відповідає вимогам Положення про організацію навчального процесу у Криворізькому педагогічному університеті ДВНЗ КНУ та ECTS. Оцінювання рівня самостійного засвоєння теми здійснюється за тією ж шкалою, але на основі іншої кількості балів (таблиця 3).

Таблиця 3

Оцінювання рівня самостійного засвоєння теми

За національною шкалою (залік)	За національною шкалою (іспит)	За шкалою ECTS	Кількість балів	Оцінювання рівня самостійного засвоєння окремої теми (кількість балів)
Зараховано	Відмінно	A	90- 100	14-15
	Добре	B	80-89	12-13
		C	70-79	10-11
		Задовільно	D	60-69
	E		50-59	6-7
Не зараховано	Незадовільно	FX	25-49	
		F	1-24	

Слід врахувати, що студент може обирати різні види і типи завдань. Але

бажано, щоб серед них були завдання продуктивного та творчого рівнів, що є обов'язковим для отримання оцінок «5А, 4В, 4С». Завдання репродуктивного рівня оцінюються в 1-3 бали, продуктивного – 3-5 балів та творчого – 6-10 балів.

Критерії оцінювання письмових робіт студентів:

Оцінку «Відмінно» - «5» отримує студент, який при самостійному вивченні теми набрав у сумі **14-15 балів**, виконавши при цьому завдання продуктивного та творчого рівнів. Представлені відповіді повно, логічно і послідовно розкривають зміст питання. Студент продемонстрував уміння робити узагальнення і висновки, використовуючи додаткову літературу, правильно застосовувати одержані знання для розв'язання практичних завдань, для аналізу психологічних явищ, здатність до творчого вирішення обраних завдань.

Оцінка «Добре» - «4» виставляється студенту за умови, що він при самостійному вивченні теми набрав у сумі **10-13 балів**, виконавши при цьому завдання репродуктивного, продуктивного або творчого (за бажанням) рівнів. Представлені відповіді повно та логічно розкривають зміст обраних питань. Студент продемонстрував уміння висловити власну думку, робити висновки та узагальнення, використовуючи додаткову літературу. Студент правильно застосовує одержані знання і вміє використовувати їх при розв'язанні практичних завдань.

Оцінку «Задовільно» - «3» - отримує студент, який при самостійному вивченні теми набрав у сумі **6-9 балів**, виконавши при цьому завдання репродуктивного та продуктивного (за бажанням) рівнів. Представлені відповіді в цілому розкривають загальний зміст питання, свідчать про достатнє володіння понятійним апаратом психології, правильне викладення матеріалу на рівні репродуктивного мислення. Студент вміє проілюструвати теоретичні положення прикладами, але відчуваються труднощі у використанні теоретичних положень при розв'язанні практичних завдань, є неточності у розумінні та інтерпретації психологічних явищ. У відповіді неповно обґрунтовує висновки, припускається помилок при узагальненні. Відповідь має переважно репродуктивний характер.

Змістовий модуль 1. Психологія як наука, її базові категорії та методи.

Тема 1. Предмет, завдання і методи психології.

Мета: з'ясувати специфіку психології як науки, її предмету, задач та структури, розглянути поняття про психіку як предмет психології, визначити функції психіки, її властивості, закономірності розвитку та функціонування її механізмів.

Питання для підготовки:

1. Предмет, задачі та структура психології. Зв'язки психології з іншими науками.
2. Поняття про психіку. Відображальна та регулятивна функції психіки.
3. Методологічні принципи психології.
4. Основні форми прояву психіки та їхній взаємозв'язок (психічні процеси, стани, властивості).
5. Основні завдання та напрямки розвитку психології хореографічної діяльності. Психологічні основи танцювальної педагогіки і танцювальної терапії.
6. Методи дослідження. Дослідження свідомості хореографа методом психодіагностичних вимірювань. Психодіагностичний потенціал танцю.

ЛІТЕРАТУРА

I. Основна:

1. Варій М. Й. Загальна психологія : підр. [для студ. вищ. навч. закл.] / М.Й. Варій - [3-тє вид.]. – Київ : Центр учбової літератури, 2009. – 1007 с. – С. 80-97, 134-149, 221-134.
2. Гиппенрейтер Ю. Б. Введение в общую психологию: Курс лекций. – Москва: ЧеРо, МПСИ, ОМЕГА-Л, 2006. – 336 с. – С. 9-21.
3. Грєнлєнд Э., Оганєсян Н.Ю. Танцевальная терапия. Теория, методика, практика. – Санкт Петербург: Речь, 2004. – С. 68-72.
4. Загальна психологія : навч. посібник / О.В. Скрипченко, Л. В. Долинська та ін. – К. : Просвіта, 2005. – 464 с. – С. 5-21, 63-74.
5. Козлов В.В., Гиршон А.Е., Веремеєнко Н.И. Интегративная танцевально-двигательная терапия. – Санкт Петербург: Речь, 2006. – 286 с. – С. 85-102.

6. Максименко С.Д. Загальна психологія. / С.Д.Максименко – Навчальний посібник. - Видання друге, перероблене та доповнене. - Київ: «Центр навчальної літератури», 2004. – 222 с. – С. 8-26.
 7. Партико Г.Б. Загальна психологія: Підручник/ Г.Б.Партико. – Київ: Видавничий Дім. «Ін.Юре», 2008. – 416с. – С. 5-23.
 8. Петровський А. В. Психология: Учебник для студентов высш. пед. учеб. заведений / А. В. Петровський, М. Г. Ярошевский – 3-е изд. – Москва: «Академия», 2002. – 512 с. – С. 3-22.
 9. Психология : Учебн.для гуманит. Вузов / под ред. В. Н. Дружинина. – Санкт Петербург: Питер, 2006 . – 656 с. – С. 12-27, 86-102.
 10. Психологія / за ред. Ю.Л.Трофімова. – Київ: Либідь, 1999. – 558 с. – С. 12-15, 50-74.
 11. Шамне А. В. Основи самостійного вивчення курсу загальної психології : навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів / А. В. Шамне; Міністерство освіти і науки України; Криворізький державний педагогічний університет. – Кривий Ріг: Видавничий дім, 2010. – 240 с. – С. 22 – 32.
 12. Хрестоматия по психологии / Под ред. А.В.Петровского. – Москва: Просвещение, 1977. – С. 53-61.
- II. Додаткова:**
1. Большой психологический словарь / Под ред. Б. Г. Мещерякова, В. П. Зинченко. – Санкт Петербург : Еврознак; Москва: Олма-Пресс, 2004. – 672 с.
 2. Гамезо М.В. Атлас по психологии / М.В.Гамезо, И.А.Домашенко. – Москва: Просвещение, 1986. – 247 с. – С. 12-23.
 3. Вильсон Г. Психология артистической деятельности: таланты и поклонники / Г. Вильсон – Москва: «Когито-Центр», 2001. – 384 с.
 4. Годфруа Ж. Что такое психология: В 2-х т. — Т. 1., ч. 2, гл. 4 / пер. с фр. Н. Н. Алипова; под ред. Г. Г. Аракелова. - М.: Мир, 1996. - 370 с.
 5. Зайфферт Д. Педагогика и психология танца. Заметки хореографа: Учебное пособие / пер. с нем. В. Штакенберга. – Санкт-Петербург. : Издательство «Лань»; Издательство «ПЛАНЕТА МУЗЫКИ», 2012. – 128 с.

6. Иващенко Ф. И. Задачи по общей, возрастной и педагогической психологии: Учеб. пособие для студентов пед. ин-тов. – 2-е изд., доп. / Ф. И. Иващенко – Минск: Выш. Шк., 1985. – 96 с.
7. Лурия А.Р. Лекции по общей психологии: уч. пос. для студ. вузов. / А.Р. Лурия – Санкт-Петербург: Питер, 2007. – 320 с.
8. Марищук В. Л. Методики психодиагностики в спорте / В. Л. Марищук – Москва: Просвещение, 1984. – С. 131-189, 342-394.
9. М'ясоїд П. А. Загальна психологія: Навч. посіб. / П. А. М'ясоїд – [3-тє вид., випр.] – Київ: Вища школа, 2004. – 487с.
10. М'ясоїд П. А. Здачі з курсу загальної психології: Навч. посіб. / П. А. М'ясоїд – Київ.: Вища школа, 2000. – 183 с.
11. Немов Р.С. Психология / Р. С. Немов. – В 3-х кн.. – Кн.. 1. – Москва: Владос, 1990.
12. Роговик Л. С. Психологія танцю. Навчальний посібник / Л. С. Роговик. – Київ: Главник, 2007. – 304 с. (Серія “Психол.інструментарій”).
- Савчин М.В. Загальна психологія: навч. пос. / М.В. Савчин. – К.: Акад. видав. 2011. – 464с.
13. Сборник задач по общей психологии: Учеб. пособие для студентов пед. ин-тов / под. ред. проф. В. С. Мерлина. – Москва : Просвещение, 1974. – 207 с.

Методичні рекомендації до вивчення теми.

Умовою ефективного засвоєння студентами матеріалу з цієї теми є формування в себе установки на практичну значущість вивчення психології як науки та необхідність поглиблення психологічних знань для розуміння власних психологічних особливостей, вчинків інших людей, їх психічного стану, аналізу взаємодії між людьми, зокрема при вирішенні професійних задач. Ця установка має базуватися на тому, що психологія систематизує експериментальні дані, здобуті в різних галузях психологічної науки і її засвоєння складає фундамент професійного мислення хореографа, основу ефективної організації ним різних

видів хореографічної діяльності в якості танцівника, репетитора, постановника, педагога, керівника хореографічним колективом.

Психологія – наука, що вивчає об'єктивні закономірності, прояви і механізми психіки. Психологія — наука про психіку людини і тварин. Предметом психології є психічні процеси, стани і властивості, механізми психіки та, закономірності її розвитку.

Важливою умовою засвоєння **поняття про психіку** є розуміння студентами її сигнально-регулятивної функції, сутності психіки з позицій теорії відображення, рефлекторної природа психіки і закономірностей вищої нервової діяльності як природничої основи психічних явищ. Також необхідно звернути увагу на поняття про **свідомість** як вищу інтегруючу форму людської психіки та її структуру.

Психіка — властивість високоорганізованої матерії (НС), що полягає у здатності відображати впливи навколишнього середовища. Відображення є основною функцією та змістом психіки (можна сказати, що «психіка = відображення»). Важливо зрозуміти, що відображення є загальним процесом, за допомогою якого здійснюється зв'язок та взаємодія всіх явищ у природі. Зміна форм відображення пов'язана з еволюцією матерії. Розрізняють три основні форми відображення: **неорганічне** (предмет вивчення фізики, хімії), **біологічне** (допсихічне та психічне), **соціальне** (свідомість людини). Допсихічне або фізіологічне відображення вивчається біологічними науками, зокрема фізіологією. Цей рівень відображення властивий рослинному світу. Психічне відображення виникло в тваринному світі з появою особливої нервово-мозкової матерії.

Функція психіки полягає у відображенні властивостей і зв'язків дійсності та регулюванні на цій основі поведінки і діяльності людиною. Психічна діяльність, таким чином, має дві сторони: *відображення* дійсності (явища, процеси, стани) та *регуляція* поведінки (акти, операції, дії, діяльність).

Психічне відображення характеризується низкою особливостей .

1. Психічне відображення *дає можливість правильно відобразити навколишню дійсність*, причому правильність відображення підтверджується практикою.
2. Психічне відображення має *активний характер*, пов'язаний з пошуком та добором способів дій, що відповідають умовам середовища.
3. Психічне відображення має *випереджальний характер*, забезпечує функцію передбачення в діяльності та поведінці.
4. Кожний психічний акт є результатом дії *об'єктивного через суб'єктивне*, через людську індивідуальність, що накладає відбиток своєрідності на її психічне життя.
5. У процесі активної діяльності *психіка* постійно вдосконалюється й *розвивається*.

Важливим є правильне розуміння проблеми співвідношення нервової системи (матеріального) та психіки (ідеального), що складає сутність так званої психофізіологічної проблеми. Психіка являє собою функцію мозку, тобто НС в вищому її виявленні. Функція – це процес, дія. Вона не може бути матеріальною. Мозок і хіміко-фізичні процеси що в ньому відбуваються, тобто механізми, які породжують психіку є матеріальними. Але сама психіка нематеріальна, вона – результат цих процесів.

При цьому, психічне неможливо відірвати від матеріального. Таким чином, матеріальне – первинне, воно породжує психічне. Психічне – вторинне, як властивість певної форми руху матерії.

Одержання наукових знань про таке складне явище, як психіка, значною мірою залежить від підходу дослідника до об'єкта пізнання. Засобом психологічного аналізу психологічних проблем виступає система методологічних основ, чи принципів, якими і визначається позиція дослідника, його підхід до пояснення психічних явищ. **Методологія** — система принципів і способів організації та побудови теоретичної і практичної діяльності. **Принципи** — максимально широкі за обсягом твердження, в яких фіксується предмет науки, її теорія і методи. Дослідник-ідеаліст визнає первинність ідеї, духу, свідомості в природі психічного, а дослідник-матеріаліст, навпаки, визнає первинність

матерії, природи, буття, і вторинність свідомості. Звісно, їх методологічні принципи будуть відрізнятися. Результатом психологічного аналізу буде психологічне пояснення – рішення проблеми, висловлене за допомогою відповідної системи **психологічних понять і категорій** (гранично узагальнене поняття). Якщо таке пояснення досягає рівня необхідного узагальнення, відповідає критеріям повноти, несуперечності, прогностичності, то воно здобуває вид **психологічної теорії**. Методологічні основи сучасної вітчизняної наукової психології, що базуються на позиціях матеріалізму, були закладені в дослідженнях Л. С. Виготського, Б. Г. Ананьєва, С. Л. Рубінштейна, Г. С. Костюка, А. Н. Леонтьєва, Б. Ф. Ломова, К. К. Платонова, М. Г. Ярошевського. Узагальнюючи методологічні досягнення цих дослідників, український психолог О. М. Ткаченко виділив і об'єднав у цілісну систему **основні принципи психологічної науки — принцип детермінізму, принцип відображення, принцип єдності психіки і діяльності, принцип розвитку психіки, системно-структурний принцип**.

Важливим аспектом вивчення теми є формування уявлення про структурні компоненти психіки (психічні явища) та їх класифікацію.

Психічні процеси — окремі форми чи види психічних явищ, що мають початок, розвиток і закінчення. При цьому поняття «процес» підкреслює динаміку явища, досліджуваного психологією; завершення одного психічного процесу тісно пов'язане з початком нового. Психічні процеси поділяють на пізнавальні (відчуття, сприймання, пам'ять, мислення, уява, мовлення) та емоційно-вольові (емоції, почуття, воля).

Психічні стани характеризують статику, відносну постійність психічного явища і визначаються виявом почуттів (настрій, афект, стрес), уваги (неуважливність, зосередженість), волі (активність, апатія), мислення (допитливність) та ін.

Психічні властивості — найбільш суттєві та стійкі психічні особливості людини. Поняття «психічні властивості» виражає стійкість психічного факту, його закріпленість і повторюваність у структурі особистості людини. До них

можна віднести особливості розуму, мислення, стійкі особливості емоційної і вольової сфери, що закріплені в темпераменті, характері, здібностях, поведінці людини.

Психологічна компетентність хореографа передбачає його обізнаність про досягнення в різних галузях та напрямках психологічної науки – загальній, соціальній, віковій, педагогічній, диференційній психології, психології спорту, творчості і т. ін.. Специфіка використання знань буде визначатись характером хореографічної діяльності, яка, в свою чергу, від особливостей професійного напрямку (хореограф, балетмейстер, репетитор, викладач, артист балету або танцювального колективу (ансамблю), хореолог, танцювальний терапевт) або окремих професійних задач. Хореограф з'єднує у своїй роботі функції педагога, балетмейстера й репетитора, поєднує творчу художню роботу з виховною, дуже впливає на загальний розвиток учасників колективу. Він створює художній задум, композицію й малюнок танцю, підбирає музику, костюми. Хореограф проводить заняття, навчає учнів основам хореографії, відпрацьовує елементи танцю, комбінації рухів, виразні засоби, виконавська майстерність учасників. Приступаючи до постановки танцю, хореограф іде насамперед від музики, що представляє майбутні образи, диктує емоційний настрій сценічної дії. На основі музики й літературної першооснови складає хореографічний текст і, як правило, є режисером твору. На різних стадіях підготовчої роботи хореограф вступає в активне співробітництво з композитором, диригентом, художником і безпосередньо з танцівниками – виконавцями. Крім твору нової хореографії, хореограф відновляє або реставрує раніше існуючі постановки, опираючись на хореографічну спадщину, зберігаючи художній стиль твору, створеного багато років тому. Забезпечує виступ колективу в концертах, оглядах, фестивалях.

Доволі широке розуміння хореографічної діяльності частково пояснює відсутність чітких меж поля психологічного знання в хореографії. Найчастіше виокремлюють два основних напрямки розвитку психології танцю – танцювальну педагогіку і танцювальну терапію.

Танцювальна терапія – психотерапевтичне використання танцю та руху як процесу, що сприяє інтеграції емоційного та фізичного стану особистості. Танцювальна або танцювально-рухова терапія (ТРТ) є областю психотерапії.

Танцювальна педагогіка спрямована на вивчення рухів і танцю, засвоєння спеціальної танцювальної техніки та хореографії танцю. Танцювальне викладання має різну спрямованість. Так, для професійних танцівників, коли тренується тіло щоб виразити хореографію, система викладання одна, для драматичних акторів, яким треба розвивати свободу руху, - інша. Для учнів, які мають фізичні та психічні порушення, танець може виступати як розвиваюча форма. Він може бути запропонований в рамках танцювального викладання в спеціальній педагогіці. Але в будь якому випадку мета танцювальної педагогіки полягає у тренуванні тілесних можливостей учня, як інструменту його творчого розвитку та власної тілесної мови рухів для підготовки до відтворення різних хореографічних стилів. В рамках танцювальної педагогіки особливу увагу приділяють засвоєнню виконавцем методів психологічної підготовки до виступу, які розроблені спортивними та соціальними психологами сумісно з професійними танцівниками, тренерами та інструкторами танцю.

Терапія та викладання дуже схожі між собою. Терапія може переходити у викладання, а викладання може призводити до терапевтичного ефекту. Тому дуже складно визначити межу між сферами їх використання. Узагальнюючи досвід танцювальних терапевтів та педагогів можна визначити основні критерії порівняння та відмінності танцювальної терапії та танцювальної педагогіки (мета, завдання, відношення між учасниками процесу і т. ін.).

За своїми методами психологія суттєво відрізняється від інших наук. Це зумовлено складністю психічних явищ як об'єкта дослідження. Методи психології розділяють на дві групи: *пізнавальні (дослідницькі) методи; методи активного впливу на особистість*. Відповідно до етапів психологічного дослідження доцільно розрізняти чотири групи методів: *організаційні, емпіричні, методи обробки даних та інтерпретаційні методи*.

Організаційні методи включають: *порівняльний метод*, який реалізується зіставленням груп піддослідних, що відрізняються за віком, видом діяльності тощо; *лонгітюдний метод*, який виявляється у багаторазових обстеженнях тих самих осіб протягом тривалого часу; *комплексний метод*, коли той самий об'єкт вивчається різними засобами й представниками різних наук, що дає змогу з різних боків характеризувати особистість.

До групи **емпіричних методів** входять: *спостереження* і самоспостереження; *експериментальні методи*; *психодіагностичні методи* (тести, анкети, опитувальники, соціометрія, референтометрія, інтерв'ю, бесіда); *аналіз продуктів діяльності*; *біографічний метод*; *трудовий метод*.

Методи обробки даних — це кількісні та якісні методи. До кількісних методів належать, наприклад, визначення середніх величин та міри розсіювання, коефіцієнтів кореляції, факторний аналіз, побудова графіків, гістограм, схем, таблиць, матриць тощо. Якісний метод передбачає аналіз і синтез отриманих даних, їх систематизацію та порівняння з результатами інших досліджень.

До **інтерпретаційних методів** належать *генетичний метод* аналізу психологічних даних у процесі розвитку з виділенням стадій, критичних моментів, суперечностей тощо, а також *структурний, системний метод*, який передбачає встановлення зв'язків між усіма психічними якостями індивіда.

Психіка – функція матерії, тобто її функціонування пов'язане із функціонуванням тіла, зокрема з його рухами. Отже, аналізуючи рухові можливості тіла, його танець можна робити висновки про особливості психіки суб'єкта. **Метод системного аналізу рухів** передбачає розуміння танцю як динамічний баланс трьох аспектів: **потіку – структури – присутності**. **Потік** – динамічна емоційно-енергетична якість руху. Потік характеризується наступними шкалами: переривчастість – не переривчастість, обмеженість – повнота, а також емоційна забарвленість руху. Він співвідноситься з емоційною експресивністю, варіабельністю поведінки, відсутністю гіперконтролю і т. ін. **Структура** – просторово-часова форма руху. Характеризується співвідношенням центру руху та периферії, малюнком переміщення частин тіла та всього тіла в просторі,

завершеністю – незавершеністю рухів, композиції. В смисловому полі особистості структура представляє вольові та когнітивні характеристики особистості. **Присутність** – презентативна суб'єктність руху, представленість суб'єкта в русі. Вона виявляється наявністю довільної уваги, усвідомлення. Це така характеристика танцю, для якої відсутні фізичні відповідності. Завдяки присутності танець перестає бути тільки фізичною активністю, стає трансформуючим процесом. Отже концепція трьох аспектів танцю, з одного боку, є мовою опису рухів, а, з іншого – інтегративною метафорою характеристик особистості.

Знання психіки, природи психічних явищ та їх закономірностей має винятково важливе значення в житті та діяльності людини для керування психічним розвитком і діяльністю особистості.

Завдання репродуктивного рівня (1-3 бали):

1. Скласти розширений термінологічний словник з теми.
2. Користуючись підручниками, дайте короткі письмові відповіді на питання для підготовки (за вибором).
3. Назвіть основні форми відображення. До якої форми відносять психічне відображення. Поясніть відповідь.
4. Підготувати відповідь на питання «Основні положення теорії відображення».
5. Законспектувати статтю: А. Н. Леонтьев «Понятие отражения и его значение для психологии» // Хрестоматия по психологии / Под ред. А.В.Петровского. - М.: Просвещение, 1977. - с. 53-61.
6. Складіть схему «Класифікація психічних явищ».
7. Складіть блок-схему наступних понять: принципи, методи, поняття, методики, категорії, методологія, теорії. Поясніть логічні зв'язки між ними.

Завдання продуктивного рівня (3-6 балів):

1. Скласти бібліографію з питання: «Основні завдання та напрямки розвитку психології хореографічної діяльності».

2. Ознайомитись зі статтею: «Танцевальная педагогика и танцевальная терапия – границы различий» // Грэнлюнд Э., Оганесян Н.Ю. Танцевальная терапия. Теория, методика, практика. – СПб.: Речь, 2004. – С.68-72. Визначити критерії та побудувати порівняльну таблицю. Скласти словник термінів, що є новими для студента.
3. Скласти схему методів сучасної психології (на основі аналізу 3 – 4 підручників).
4. Законспектувати параграф: «Системный анализ движения» // Козлов В.В. Интегративная танцевально-двигательная терапия / В. В. Козлов, А. Е. Гиршон., Н. И. Веремеенко. – СПб.: Речь, 2006. – 286 с. – С. 85-102.
5. Підготувати тези доповіді на тему «Розуміння рефлексивної природи психічного відображення та його значення для хореографа».
6. Підготувати тези доповіді на тему «Предметна область різних галузей і напрямів сучасної психології та її значення для професійної діяльності хореографа».

Завдання творчого рівня (6-15 балів):

1. Дати визначення танцю та розкрити його психологічну сутність. Підготувати письмову доповідь або реферат на основі 4-6 літературних джерел.
2. Скласти звіт за результатами дослідницької роботи по програмі О.А. Ткаченко «Психодіагностичний потенціал танцю» (Матеріали на кафедрі загальної та вікової психології КПІ ДВНЗ КНУ [Електронний ресурс] на правах рукопису).
3. Створити презентацію на тему «Життя і наукові здобутки Л. С. Виготського» (чи будь-кого із засновників вітчизняної психології Б. Г. Ананьєва, С. Л. Рубінштейна, Г. С. Костюка, А. Н. Леонтьєва, Б. Ф. Ломова, К. К. Платонова, М. Г. Ярошевського).
4. Ознайомтесь зі змістом параграфу: «Системный анализ движения» // Козлов В. В. Интегративная танцевально-двигательная терапия / В. В. Козлов, А. Е. Гиршон., Н. И. Веремеенко. – Санкт-Петербург: Речь, 2006. – 286 с. – С. 85-102. Складіть карту спостережень для проведення системного аналізу рухів.

Тема 2. Психіка людини: її виникнення та розвиток.

Мета: з'ясувати основні етапи та закономірності розвитку психіки у філогенезі та онтогенезі, визначити суспільно-історичний характер свідомості людини.

Питання для підготовки:

1. Філогенез й антропогенез психіки. Основні форми відображення і поведінки.
2. Свідомість, основні умови її виникнення і розвитку.
3. Несвідомі психічні процеси.
4. Зміни станів свідомості в танці.
5. Розвиток психіки в онтогенезі (умови, фактори, рушійні сили).
6. Основні закономірності психічного розвитку дитини.
7. Розвиток та навчання.
8. Врахування вікових особливостей розвитку психіки в процесі засвоєння хореографічної діяльності.

ЛІТЕРАТУРА

I. Основна:

1. Варій М. Й. Загальна психологія.: підр. [для студ. вищ. навч. закл.] / М.Й. Варій - [3-тє вид.]. - Київ: Центр учбової літератури, 2009. - 1007 с. – С. 106-118.
2. Вікова та педагогічна психологія: Навч. посіб. / [О.В. Скрипченко, Л.В. Долинська, та ін.]. – [2-ге вид.] - К.: Каравела, 2008. - 400 с.
3. Гиппенрейтер Ю. Б. Введение в общую психологию: Курс лекцій / Ю. Б. Гиппенрейтер. – Москва: ЧеРо, МПСИ, ОМЕГА-Л, 2006. – 336 с. – С. 169-197.
4. Загальна психологія : навч. посібник / [О.В. Скрипченко, Л.В. Долинська, та ін.]. – Київ : Просвіта, 2005. – 464 с. – С. 86-109.
5. Козлов В. В. Интегративная танцевально-двигательная терапия / В. В. Козлов, А. Е. Гиршон, Н. И. Веремеенко. – Санкт Петербург : Речь, 2006. – 286 с. – С. 14-15.
6. Максименко С.Д. Загальна психологія. / С. Д. Максименко – Навчальний

- посібник. - Видання друге, перероблене та доповнене. - Київ: «Центр навчальної літератури», 2004. – 222 с. – С. 38-51.
7. М'ясоїд П. А. Загальна психологія: Навч. посіб / П. А. М'ясоїд – [3-тє вид., випр.]. – Київ.: Вища школа, 2004. – 487с. – С. 114-186.
 8. Психологія : Учебн.для гуманит. Вузів / под ред. В.Н.Дружинина. – Санкт-Петербург: Питер, 2006 . – 656 с. – С. 70-85, 103-115.
 9. Психологія / за ред. Ю.Л.Трофімова. – Київ: Либідь, 1999. – 558 с. – С. 134-180.
 - 10.Столяренко Л. Д. Основи психології / Л. Д. Столяренко. – [5-е изд., перераб. и доп.] – Ростов-на-Дону: Феникс, 2002.- 672 с. – С. 16-37, 220-232, 251-263.
 - 11.Теорія та методика роботи з дитячим хореографічним колективом: методичні рекомендації для студентів вищих навчальних закладів за спеціальністю «Хореографія» / К. Ю. Маркіна, В. О. Чумак. – Кривий Ріг: КДПУ, 2008. – 28 с. – С. 12 – 18.
 - 12.Токарева Н. М. Методичні рекомендації до вивчення курсу вікової психології / Н. М. Токарева, А. В. Шамне – [Видання друге, доповнене]. – Кривий Ріг, 2007. – 96 с. – С. 8-31.
 - 13.Шамне А. В. Основи самостійного вивчення курсу загальної психології : навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів / А. В. Шамне; Міністерство освіти і науки України; Криворізький державний педагогічний університет. – Кривий Ріг: Видавничий дім, 2010. – 240 с. – С. С. 62-72.
 - 14.Хрестоматія по возрастной и педагогической психологии / под ред.. И. И. Ильсова, В. Я. Ляудис. – Москва : Изд. МГУ, 1981. – С. 5-13, 26-31.
 - 15.Хрестоматія по психологии / под ред. А.В.Петровского. – Москва: Просвещение, 1977. - С. 84-90.

II. Додаткова:

1. Анциферова Л. И. Методологические проблемы психологии развития // Принцип развития в психологии. – Москва: Наука, 1978.– С. 3-20.
2. Божович Л. И. Личность и ее формирование в детском возрасте / Л.И. Божович .– Москва: Просвещение, 1968. – 452 с.

3. Большой психологический словарь / Под ред. Б.Г.Мещерякова, В.П.Зинченко. - СПб: Еврознак; Москва: Олма-Пресс, 2004. – 672 с.
4. Власова О. І. Педагогічна психологія : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. / О. І. Власова; голов. ред. В. М. Куценко. .–Київ : Либідь, 2005. – 400 с.
5. Выготский Л.С. Психология развития человека / Л.С. Выготский – Москва: Эксмо, 2005. – 1136 с.
6. Годфруа Ж. Что такое психология: В 2-х т. .– Т. 1., ч. 2, гл. 4 / Пер. с фр. Н. Н. Алипова; Под ред. Г. Г. Аракелова. .– Москва Мир, 1996. - 370 с.
7. Иващенко Ф. И. Задачи по общей, возрастной и педагогической психологии: Учеб. пособие для студентов пед. ин-тов. / Ф. И. Иващенко – [– 2-е изд., доп.] / – Минск: Выш. Шк., 1985. – 96 с.
8. М'ясоїд П. А. Здачі з курсу загальної психології: Навч. посіб. – Київ.: Вища школа, 2000. – 183 с.
9. Немов Р.С. Психология. В 3-х кн.. – Кн.. 1 и 2. – Москва: Владос, 2000.
10. Савчин М.В. Загальна психологія: навч. пос. / М.В.Савчин. – Київ: Акад. видав. 2011. – 464с.
11. Сборник задач по общей психологии: Учеб. пособие для студентов пед. ин-тов / под. ред. проф. В. С. Мерлина. – Москва : Просвещение, 1974. – 207 с.
12. Шапар В. Сучасний тлумачний психологічний словник / В. Шапар / – Харків: Прапор, 2007. - 640 с.

Методичні рекомендації до вивчення теми.

Психіку наукова психологія розглядає в її розвитку. Виділяють **філогенез психіки** – процес виникнення й історичного розвитку (еволюції) психіки і поведінки тварин; **антропогенез** – виникнення й еволюція форм свідомості в ході історії людства; **онтогенез** – індивідуальний розвиток психіки людини від народження до смерті.

Усім видам матерії, починаючи від неживої, неорганічної і закінчуючи найвищою складною матерією – людським мозком, властива якість відображення. **Форми відображення** залежать від форм існування матерії: відображення

проявляється в здатності реагувати на зовнішні впливи відповідно до характеру впливу та форми існування матерії. В неорганічній матерії згаданий процес має пасивний характер, в органічній — активний, відмінною рисою якого є здатність предмета, що відображує, реагувати на відображуване. Ця властивість живої матерії називається **подразливістю**. Подразливість властива органічній природі взагалі. Завдяки їй у рослинному світі відбуваються природжені реакції, які називають тропізмами.

Але живі істоти на певному етапі філогенезу починають реагувати не лише на біотичні впливи, що входять у процес обміну речовин, а й на нейтральні, небіотичні впливи, якщо вони сигналізують про появу життєво важливих (біотичних) впливів. Здатність реагувати на нейтральні подразнення, які сигналізують про появу життєво важливих впливів, називають **чутливістю**. **Поява чутливості є ознакою виникнення психіки**. Чутливість виникає на основі подразливості. Чутливість, вважає О.Леонт'єв, генетично є не що інше, як подразливість на впливи, що орієнтують організм у середовищі, виконуючи сигнальну функцію.

Розрізняють наступні стадії розвитку психічних форм відображення (О.М. Леонт'єв):

Стадія елементарної сенсорної психіки. На цій стадії тварина реагує тільки на окремі властивості предметів зовнішнього світу і її поведінка визначається вродженими інстинктами (харчування, самозбереження, розмноження і т.п.).

Стадія перцептивної психіки. На цій стадії відображення дійсності здійснюється у виді цілісних образів предметів і тварина здатна навчатися, з'являються форми поведінки як результат індивідуального життєвого досвіду (індивідуально набуті навички поведінки). Психіка більшості ссавців залишається на перцептивній стадії.

Стадія інтелектуальної психіки характеризується здатністю тварини відобразити міжпредметні зв'язки, відобразити ситуацію в цілому, у результаті тварина здатна обходити перешкоди, «винаходити» нові способи

рішення двохфазних задач, що вимагають попередніх підготовчих дій для свого рішення. Інтелектуальний характер носять дії багатьох хижаків, але особливо людиноподібних мавп і дельфінів. Інтелектуальна поведінка тварин не виходить за рамки біологічної потреби. Тварина діє тільки в межах наочної ситуації. Психіка більшості ссавців залишається на стадії перцептивної.

Найпростіші форми поведінки з'явилися разом з першими одноклітинними істотами — це таксиси, що виявляються в загальній механічній реакції організму на те чи інше джерело роздратування (хемо-, термо-, фото-, гальванотаксиси та ін.). З розвитком нервової системи з'явилися **рефлекси**, обумовлені як більш специфічні більш точні реакції на роздратування тих чи інших рецепторів або органів чуття. Рефлекторні дії, поступово ускладнюючись, набувають форми інстинктів. **Інстинкти** (від лат. *instinctus* — спонука) — це акти взаємодії організму із середовищем, механізмом яких є система безумовних рефлексів, що передаються спадково. Інстинктивна поведінка набагато складніша і, водночас, специфічна для кожного даного виду; структура і мета кожної її форми закріплені генетично. Інстинкт — це вроджені, незмінні форми поведінки, це уроджена послідовність, алгоритм реакцій у відповідь на визначені подразники. Якщо ж характер дії подразника змінюється, тоді неминуча смерть, оскільки пристосування до нових умов немає. Цей недолік компенсується величезною швидкістю розмноження і численним потомством, що вимагає швидкої зміни поколінь. Та чи інша інстинктивна поведінка може проявитися тільки в тому випадку, якщо зв'язаний з ним вроджений пусковий механізм визначає, що для цього створилися адекватні внутрішні і зовнішні умови. Сьогодні вчені визнають, що багато інстинктивних дій повинні пройти період становлення і тренування в ході індивідуального розвитку тварини. Така форма поведінки отримала назву **облігантного** (обов'язкового) **научіння**. Процес засвоєння нових, суцього індивідуальних форм поведінки називають **факультативним научінням**. Якщо при облігантному научінні усі особини виду вдосконалюються в одних і тих самих (типових для даного виду) діях, то при факультативному — вони оволодівають індивідуально-особливими формами поведінки, що дозволяють їм

приспосуватись до конкретних умов існування індивіду. **Імпринтинг** (К. Лоренц) — особливе явище, властиве деяким видам тварин, незмінний образ першої зустрінутої інформації після народження. Імпринтинг є перехідною формою поведінки від інстинктів до навчіння. **Научіння** – придбання знань, умінь навичок у результаті життєвого досвіду. З розвитком здатності до навчіння, тварини одержують можливість змінювати свою поведінку в залежності від обставин і адаптуватися в такий спосіб до середовища, що змінюється.

Отже, основні тенденції психічного розвитку у філогенезі наступні:

- ускладнення форм поведінки (форм рухової активності);
- вдосконалення здатності до індивідуального навчання;
- ускладнення форм психічного відображення (одночасно як наслідок і передумова попередніх тенденцій).
- кожний поведінковий акт складається з двох основних фаз: пошукової і завершуючої. Чим вища психічна організація тварини, тим більш розгорнута та довготривала пошукова фаза, значить тим більш багатий та різноманітний індивідуальний досвід тварина може набути.

Рівень психічного розвитку тварини визначається співвідношенням таких факторів, як їх морфологія, умови життя та поведінкова активність.

Вищою формою відображення є психічне відображення, а вищою формою психічного відображення – свідомість.

Передісторією людської свідомості був тривалий період біологічного розвитку психіки, в якому завдяки своєрідним умовам життя тварин утворилися передумови для появи в процесі праці вищих, спеціально людських форм психіки. **Свідомість** людини є результатом суспільно-історичного розвитку. Вона формується в трудовій діяльності людей, в процесі постійного спілкування за допомогою мови.

Соціальне відображення (свідомість) має ряд властивостей, що відрізняють його від психічного відображення тварин.

- Наявність усвідомлених цілей діяльності.
- Усвідомлення ставлення людини до природи та інших людей .

- Здатність реагувати не лише на конкретні зовнішні подразники, але й на «сигнали цих сигналів», якими є абстрактні поняття – слова.
- Чітке розрізнення суб'єкта і об'єкта («я» - не «я»), людина виділяє саму себе з оточуючого світу (поміж інших людей, речей, тварин). Отже, свідомість людини включає й самосвідомість.

З переходом до суспільних форм життя поряд з двома джерелами людської поведінки (спадково закріпленою програмою та власним досвідом самого індивіда) виникло третє джерело, що формує людську діяльність – трансляція та засвоєння суспільного досвіду. **Структурними компонентами свідомості є знання** про дійсність та **ставлення** до цієї дійсності (в тому числі до інших людей, до себе), характерними рисами – виокремлення людиною себе у предметному світі як суб'єкта пізнання (**самосвідомість**), **цілеспрямованість**, планування діяльності, передбачення її результатів. Свідомість характеризується активністю, здатністю до рефлексії, самоспостереження, мотиваційно-ціннісним характером, різним ступенем ясності, має такі властивості як соціальний характер, внутрішній діалогізм, предметність.

Свідома діяльність людини не виключає наявності в ній несвідомого. **Несвідоме** – сукупність психічних процесів, актів, станів, обумовлених взаємодіями, у впливі яких людина не віддає собі звіту. Серед **несвідомих психічних процесів** виділяють наступні:

Несвідомі механізми свідомих дій (несвідомі автоматизми – дії чи акти, які здійснюються «самі по собі», механічно, коли «голова остається вільною»; **несвідомі установки** (Д. М. Узнадзе) – готовність організму або суб'єкту до здійснення певної дії, або до реагування у певному напрямку; **мимовільні дії** – тонічні (м'язове напруження), міміка, пантоміміка, вегетативні реакції).

Несвідомі збудники свідомих дій. Дієвість несвідомого виявляється в тому, що зміст несвідомого впливає на наші дії і стани

Надсвідомі процеси – створення інтегрального продукту великої свідомої роботи, який здійснює вторгнення в свідоме життя людини, і, як правило, істотно змінює його хід.

Танець як явище, що має процесуальний характер може призводити до змін у свідомості. Основи розуміння психологічного механізму таких явищ було закладено в теорії «психічного як процесу» С. Л. Рубінштейна, та в роботах його послідовників, зокрема А. В. Брушлинського. А. В. Брушлинський безперервний взаємозв'язок процесу і продукту, коли продукт, який передує діяльності, одночасно виступає і як внутрішня умова наступної діяльності, вважає головною характеристикою психічного як процесу, бачить основою дійсного психічного розвитку. Танцювальні психотерапевти, спираючись на досвід вітчизняних та закордонних психологів (В. П. Зинченко, А. Маслоу, М. Чиксентміхалі, Р. Шелдона), творчий усвідомлюваний танець – діяльність орієнтовану на процес, розглядають як спосіб входження у, так званий, потоковий стан, в якому розширюється сфера свідомості. В ньому можна виокремити наступні стани:

- злиття процесів дії і свідомості, коли в дії зникає усвідомлення себе як чогось окремого від цієї дії;
- повна керованість ситуацією – рухи стають «розумними» самі собі, ними ззовні не керує інтелект, координація здійснюється засобами самої дії;
- трансценденція «Его», – втрачається «відчуття себе», рухи стають засобом реалізації «Я» (свідомості), яке розширює свої межі, і стає частиною системи, більшої за індивідуальну свідомість;
- натхненність – по-перше, відбувається антропоморфізація, анімація об'єктів, з якими контактує свідомість, надання їм людських властивостей (власні почуття, події, смисли можуть стати партнером по танцю), по-друге, переживається як функція трансцендентного суб'єкта, якому відкритий і зрозумілий світ, але не за своєю волею, а за Його волею, а свідомість суб'єкта – це тільки інструмент розкриття істини життя. В такому стані «не ти танцюєш танець, а танець танцює тебе»;
- трансцендентні переживання (відчуття гармонії з оточуючим середовищем, «відкритість» зовнішньому світові, забування про свої «земні» проблеми, вихід за межі свого «Я») – дія механізмів індивідуальної свободної свідомості, дистанціювання від інших, занурення у власне інтелектуальне переживання,

- активізація свідомості як безмежного індивідуального простору, що дає можливість для самотворчості як «праці свідомості»;
- метафоризація свідомості – мислення стає поетичним, стан переживання синергичної цілісності креативних станів як наслідок нової інтеграції базових сфер функціонування свідомості (відчуттів, емоцій, образів, символів, знакових систем);
 - трансперсональність досвіду – в самосвідомості не стільки людина створює ідеї, знаки, символи, скільки продуктивні ідеї «створюють» людину, суб'єкт розкривається як «причина себе»;
 - насолода від процесу діяльності – на відміну від простого задоволення виникає лише за умови повної віддачі сил, і як наслідок, призводить до росту і розвитку особистості.

Історичний розвиток психіки (філогенез) охоплює мільйони років еволюції, а розвиток психіки тієї чи іншої живої істоти, у тому числі кожної конкретної людини (**онтогенез**) включає у себе більш короткий проміжок часу – період життя цієї живої істоти. Між цими двома процесами існує певний зв'язок. У своєму онтогенетичному розвитку людина, в певній мірі повторює шлях, який пройшли усі живі істоти протягом історичної еволюції.

В наш час науковці серед основних чинників (факторів) психічного розвитку виділяють **спадковість, середовище, активність**. Між тим, історично склалась традиція говорити про **біологічні і соціальні** фактори психічного розвитку. Розглянемо це питання більш детально. Біологічний фактор містить у собі, насамперед, спадковість. Немає єдиної думки з приводу того, що саме в психіці людини генетично обумовлено. Вітчизняні психологи вважають, що успадковуються, принаймні, два моменти — темперамент і задатки здібностей. Біологічний фактор, крім спадковості, включає особливості протікання внутрішньоутробного періоду життя дитини і сам процес народження. Другий фактор — середовище. Природне середовище впливає на психічний розвиток опосередковано — через традиційні в даній природній зоні види трудової діяльності і культуру, що визначають систему виховання дітей. Безпосередньо

впливає на розвиток соціальне середовище, у зв'язку з чим фактор середовища часто називають соціальним. Соціальне середовище — поняття широке. Це суспільство, у якому росте дитина, його культурні традиції, ідеологія, рівень розвитку науки і мистецтва, основні релігійні погляди, система виховання і навчання дітей. Соціальне середовище — це і найближче соціальне оточення, що безпосередньо впливає на розвиток психіки дитини: батьки й інші члени родини, пізніше вихователі дитячого саду і шкільних учителів (іноді друзі чи родини священник), що з віком розширюються. Третій фактор психічного розвитку — **активність** людини. Відомі вітчизняні психологи (Л. С. Виготський, О. М. Леонтьєв, О. В. Запорожець, П. І. Зінченко, П. Я. Гальперін, Л. І. Божович та ін.) підкреслювали значення діяльності в розвитку людини. Процес розвитку починає розглядатися як саморух суб'єкта завдяки його діяльності з предметами, а спадковість і середовище лише як умова, що визначають різні варіації розвитку в межах норми.

Безліч психологічних теорій, представники яких по різному пояснюють психічний розвиток можна об'єднати в два великих напрямки — біологізаторський і соціологізаторський. У **біологізаторському напрямку** людина розглядається як істота біологічна, наділена від природи визначеними здібностями, рисами характеру, формами поведінки. Спадковість визначає весь хід її розвитку — і його темп і його межі. Середовище, у якій виховується дитина, стає лише **умовою** такого визначеного розвитку, що як би виявляє те, що дано дитині до її народження. У рамках біологізаторського напрямку виникла **теорія рекапітуляції**. Її засновник Стенлі Холл стверджував, що дитина в своєму розвитку коротко повторює розвиток людського роду. Протилежний підхід до розвитку психіки дитини спостерігається в **соціологізаторському напрямку**. Його витоки в ідеях філософа XVII в. Джона Локка. Він вважав, що дитина з'являється на світло з душею чистої, як біла воскова дошка (*tabula rasa*). На цій дошці вихователь може написати усе, що завгодно, і дитина, не обтяжений спадковістю, виросте такою, якою її хочуть бачити близькі дорослі.

В межах діалектико-матеріалістичного підходу стверджується ідея, згідно з якою перехід від одного рівня розвитку до іншого відбувається у зв'язку з виникненням і подоланням основних **суперечностей**, які виникають між потребами дитини і її можливостями в процесі виховання і навчання (О. В. Запорожець, Г. С. Костюк). Ці суперечності - **рушійні сили психічного розвитку**. Найбільш значимими серед суперечностей є наступні: суперечність між новими потребами, цілями, прагненнями суб'єкта і можливостями їх задоволення; суперечність між рівнем психічного розвитку суб'єкта (його фізичними і психічними можливостями) і застарілими формами стосунків з оточуючими, формами діяльності, місцем в системі суспільних взаємин; суперечність між збільшеннями вимог з боку суспільства, новими видами діяльності і наявним рівнем психічного розвитку дитини. В результаті розв'язання суперечностей психіка дитини переходить на більш високий рівень розвитку, що виявляється у появі нового більш складного типу **провідної діяльності** (діяльності, виконання якої визначає виникнення і формування основних якісно нових психічних явищ (функцій), поява яких характерна для певного вікового періоду людини, які Л. С. Виготський назвав **новоутвореннями**).

Сприятти розвитку психіки дитини можна якщо враховувати основні його основні закономірності.

Детермінованість розвитку. Детермінізм – це форма причинної (каузальної) залежності певних змін у психіці від сукупності обставин, що випереджають у часі дані утворення і викликають їх. Віковий психічний розвиток детермінується (обумовлюється) системою факторів, які було розглянуто. Співвідношення умов, джерел і рушійних сил створює діалектичну картину детермінацій, що сама змінюється і розвивається в процесі онтогенетичного розвитку, набуваючи на кожному етапі нового змісту і нових форм свого виявлення.

Диференціація та інтеграція у розвитку. Сутність цієї закономірності полягає у прогресуючій диференціації і подальшій інтеграції психічних форм відображення, що визначає зміни і призводить до утворення багаторівневих

структур психіки. Психіка дитини формується з віком та ускладнюється як структурно організована динамічна система. Виникають нові психічні якості, нові складні психічні структури внаслідок диференціації наявних структур, виділення окремих функцій і нової їх інтеграції, тобто об'єднання у нове ціле. Психічний розвиток відбувається не від елементів до цілого, а від структурно нижчого до вищого цілого.

Поєднання процесів еволюції та інволюції у розвитку. Процеси “зворотного розвитку” немов би вплітаються у хід еволюції. Те, що розвивалось на попередньому етапі, відмирає або перетворюється у більш складну форму. Якщо ж інволюційні процеси затримуються, спостерігається інфантилізм: дитина, переходячи у новий віковий період, зберігає застарілі дитячі риси.

Наступність психічного розвитку. Онтогенетичний розвиток – складний процес, який в силу ряду своїх особливостей призводить до зміни всієї структури особистості суб'єкта на кожному віковому етапі. Для Л.С. Виготського розвиток - це перш за все виникнення нового, що призводить до якісних змін у психіці. Онтогенез психіки виступає як незворотна послідовність ускладнення структур, у якій генетично пізніші структури виникають із більш ранніх і включають їх у себе в зміненому вигляді. Всі фази пов'язані із попередніми, причому не тільки з найближчою, суміжною, але і з віддаленими, навіть вихідними, починаючи з раннього дитинства. При виникненні більш високого рівня нижчі рівні видозмінюються, проходять шлях подальшого розвитку, але не втрачають свою підпорядковану роль у загальній системі орієнтації і регуляції діяльності.

Циклічність розвитку. Розвиток має складну організацію у часі. Цінність кожного року або місяця життя дитини визначається тим, яке місце він займає у циклах розвитку. Це пов'язано з тим, що темп і зміст розвитку змінюється протягом дитинства. Періоди підйому, інтенсивного розвитку змінюються періодами уповільнення, затухання. Процеси, що були центральними лініями розвитку в одному періоді, стають побічними лініями розвитку у наступному, і навпаки – побічні лінії розвитку одного віку стають центральними в іншому віці. Такі цикли розвитку характерні для окремих психічних функцій (пам'яті,

мовлення, інтелекту тощо) і для розвитку психіки дитини в цілому. Власне віковий період як стадія розвитку і являє собою такий цикл, зі своїм особливим темпом і змістом.

Закон нерівномірності психічного розвитку. Важливою закономірністю психічного розвитку є його нерівномірність або гетерохронність.

Зрілість людини як індивіда (фізична зрілість), особистості (соціальна, громадянська зрілість), суб'єкта пізнання (розумова зрілість) і суб'єкта праці (працездатність) в часі не співпадають, і подібна гетерохронність зберігається на всіх етапах онтогенезу. Крім того, в розвитку людини чергуються фази прискорення і уповільнення, він має хвильовий характер, тобто коли розвиток одних функцій прискорюється, розвиток інших в цей час уповільнюється (Б. Г. Ананьєв).

Сензитивність окремих періодів розвитку. Сензитивні періоди – це періоди підвищеної чутливості до певних впливів, що створює сприятливі умови для формування у людини певних психічних властивостей і видів поведінки. Так, наприклад, сензитивним періодом для розвитку рухових навичок є молодший шкільний вік. В інші періоди ті ж самі умови можуть виявитись нейтральними або навіть здійснити негативний вплив на хід психічного розвитку. Якщо не будуть використані сензитивні можливості певного віку, то пізніше новоутворення сформувати буде складніше.

Чергування стабільних і кризових періодів. Л. С. Виготський стверджував, що динаміка переходів від одного віку до іншого полягає в передуманні стабільних і кризових стадії розвитку. Вікова періодизація Л.С. Виготського має наступний вигляд: криза новорожденості — немовля (2 місяці — 1 рік) — криза 1 року — раннє дитинство (1—3 роки) — криза 3 років — дошкільний вік (3—7 років) — криза 7 років — шкільний вік (7—13 років) — криза 13 років — пубертатний вік (13—17 років) — криза 17 років. Для стабільного періоду характерний розмірений перебіг процесу розвитку, без різких зрушень і змін в особистості дитини. Незначні, майже непомітні для оточення зміни

накопичуються і в кінці періоду роблять якісний стрибок у розвитку: з'являються вікові новоутворення.

Кризи – переламні моменти у розвитку дитини, що відділяють один вік від іншого. Кризи, на відміну від стабільних періодів, тривають недовго, декілька місяців, при несприятливому збігові обставин розтягуючись на рік або навіть два роки. Це короткі, але бурхливі стадії, протягом яких відбуваються значні зрушення у розвитку психічних процесів та особистісних характеристик дитини.

Характеристики вікової кризи: це є перехідний період від одного етапу розвитку до іншого; криза починається і завершується непомітно, її межі розмиті; головні зміни, що відбуваються під час кризи є внутрішніми, особистісними; розвиток набуває негативного характеру; на перший план виходять інволюційні процеси (розпадається, зникає те, що було утворено на попередній стадії); загострюються основні суперечності, що призводить до появи “важковихованості”, негативізму і дратівливості.

Л. С. Виготський, який вважав, що середовище є джерелом розвитку вищих психічних функцій, висунув положення про **провідну роль навчання в психічному розвитку**. В створеній ним «**культурно-історичній теорії розвитку**» підкреслював, що **істотно людські, вищі психічні функції** є продуктом культурно-історичного розвитку. Розвиток людини (на відміну від тварин) відбувається завдяки оволодінню нею різними засобами — знаряддями праці, що перетворюють природу, і знаками, що перебудовують її психіку. Опанувати знаки (головним чином слово, а також цифри і т.ін.) і, отже, досвід попередніх поколінь, дитина може тільки в процесі навчання. Тому розвиток психіки не може розглядатися поза соціальним середовищем, у якому відбувається засвоєння знакових засобів, і не може бути зрозуміле поза навчанням. Коли вища психічна функція формується в процесі навчання, спільної діяльності дитини з дорослою людиною, вона знаходиться в «**зоні найближчого розвитку**». Це поняття вводиться Л.С. Виготським для позначення області ще не дозрілих психічних процесів, а таких, що тільки дозрівають. Коли ці процеси будуть сформовані і виявляться «**учорашнім днем розвитку**», їх можна буде

діагностувати за допомогою тестових завдань. Фіксуючи, наскільки успішно дитина самостійно справляється з задачами (певного рівня складності [О.Т.]), ми визначаємо **актуальний рівень розвитку**. Потенційні можливості дитини, тобто зону її найближчого розвитку, можна визначити в спільній діяльності — допомагаючи їй виконати завдання, з яким вона ще не може справитися сама (задаючи навідні запитання; пояснюючи принцип рішення; починаючи вирішувати задачу і пропонуючи продовжити і т.п.). У дітей з однаковим актуальним рівнем розвитку можуть бути різні потенційні можливості. Одна дитина легко приймає допомогу і потім вирішує самостійно всі схожі задачі. Іншій важко виконати завдання навіть за допомогою дорослого. Тому, оцінюючи розвиток конкретної дитини, важливо враховувати не тільки актуальний рівень (результати тестування), але й зону найближчого розвитку. Навчання повинне орієнтуватися на «зону найближчого розвитку», але не повинно, в той же час, відриватися від розвитку дитини. Значний відрив, штучне забігання вперед без врахування можливостей дитини приведе в кращому випадку до натаскування, але не буде мати розвивального ефекту.

У процесі навчання дитині передається суспільно-історичний досвід. Питання про те, чи впливає навчання на розвиток дитини, і якщо впливає, то як, — одне з основних у віковій психології. Біологізатори не надають великого значення навчанню. Для них процес психічного розвитку — спонтанний процес, що протікає за своїми особливими внутрішніми законами, і зовнішні впливи не можуть докорінно змінити цей плин. Для психологів, що визнають соціальний фактор розвитку, навчання стає принципово важливим моментом. Соціологізатори ототожнюють розвиток і навчання. **Л.С. Виготський**, який вважав, що середовище є джерелом розвитку вищих психічних функцій, висунув положення про **провідну роль навчання в психічному розвитку**. Коли вища психічна функція формується в процесі навчання, спільної діяльності дитини з дорослою людиною, вона знаходиться в «зоні найближчого розвитку». Це поняття вводиться Л.С. Виготським для позначення **області ще не дозрілих психічних процесів, а таких, що тільки дозрівають**. Коли ці процеси будуть

сформовані і виявляться «учорашнім днем розвитку», їх можна буде діагностувати за допомогою тестових завдань. Фіксуючи, наскільки успішно дитина самостійно справляється з задачами (певного рівня складності [О.Т.]), ми визначаємо **актуальний рівень розвитку**. Потенційні можливості дитини, тобто зону її найближчого розвитку, можна визначити в спільній діяльності — допомагаючи їй виконати завдання, з яким вона ще не може справитися сама. **Навчання повинне орієнтуватися на «зону найближчого розвитку»**. Навчання, по Л.С. Виготському, веде за собою розвиток. Але воно не повинно в той же час відриватися від розвитку дитини. Значний відрив, штучне забігання вперед без обліку можливостей дитини приведе в кращому випадку до натаскування, але не буде мати розвивального ефекту.

При визначенні **оптимальних термінів навчання** слід також враховувати, що з ними **збігається сензитивний період** формування у людини певних психічних властивостей і видів поведінки.

Врахування вікових особливостей розвитку психіки в процесі засвоєння хореографічної діяльності.

Завдання репродуктивного рівня (1-3 бали):

1. Поясніть, як співвідносяться поняття: розвиток, психічний розвиток, філогенез, онтогенез, антропогенез психіки. Дайте їх визначення.
2. Складіть два списки понять, що розкривають особливості філогенезу психіки та онтогенезу психіки. Дайте їх визначення.
3. Користуючись підручниками, дайте короткі письмові відповіді на питання для підготовки (за вибором).

4. Проаналізуйте визначення. Яким з наведених понять вони відповідають?

А. Чутливість, Б. Подразливість, Д. Навички, В. Філогенез, Г. Свідомість;

1). здатність реагувати на біотично значущі об'єкти не в процесі безпосереднього контакту з ними, а на відстані (реакція на сигнал), завдяки чому організми можуть уникнути загрози для свого існування або скористатися сприятливими умовами для життєдіяльності.

2). особлива форма психічної діяльності, орієнтована на активне відображення і перетворення дійсності.

3). вид поведінки, що набувається твариною за життя і фіксується в індивідуальному досвіді.

4. Користуючись хрестоматією з вікової та педагогічної психології (Хрестоматія по возрастной и педагогической психологии / Под ред.. И. И. Ильасова, В. Я. Ляудис. – М. : Изд. МГУ, 1981. – с.), законспектуйте наступні статті: Леонтьев А. Н. К теории развития психики ребенка (С. 5 – 7), Запорожец А. В. Условия и движущие причины психического развития ребенка (С. 7 – 10), Костюк Г. С. Принцип развития в психологии (С. 10 – 13), Эльконин Д.Б. К проблеме периодизации психического развития в детском возрасте (С. 26-31).

5. Користуючись підручником, підготуйте відповідь на тему «Основні положення «культурно-історичної теорії» Л. С. Виготського».

Завдання продуктивного рівня (3-6 балів):

1. Що є критерієм виникнення психіки у філогенезі? Розкрийте основний зміст теорій розвитку психіки О. М. Леонтьєва та К. Е. Фабрі.

2. Сформулюйте письмові питання до тексту та законспектуйте статтю з хрестоматії: Леонтьев А. Н. Проблемы развития психики // Хрестоматія по общей психологии. Учебное пособие для студентов пед. институтов / Под ред. Проф. А. В. Петровского. – М.: Просвещение, 1977 – С. 84 - 90.

3. Підготувати реферат (або письмову доповідь на основі аналізу декількох літературних джерел) на тему: «Свідомість, основні умови її виникнення і розвитку», «Несвідомі психічні процеси», «Зміни станів свідомості в танці», .

4. Дати характеристику основних форм відображення і поведінки. Навести приклади різних форм поведінки тварин і людини.

5. Складіть блок-схему подання матеріалу за темою «Свідомість та несвідомі психічні процеси».

6. Розкрийте психологічну сутність закону рекапітуляції. Хто є його автором? До якого наукового напрямку він має відношення? Який закон природничих наук

служує підґрунтям для такого розуміння розвитку психічних функцій? Чи згодні Ви з таким підходом? Аргументуйте відповідь, наведіть приклади.

7. Яка закономірність психічного розвитку покладена в основу наступних методичних рекомендацій? Аргументуйте відповіді.

- «Головним завданням, яке вирішує педагог у роботі з дітьми 3-4-х років, є: виховання самостійності, активності, ініціативи, уяви, фантазії, творчості, музикальності. Діти повинні оволодіти першими навичками колективних шикунів в іграх і танцях, засвоїти основні рухи ходи, підстрибування, найпростіші танцювальні рухи»;

- «При розв'язанні танцювальних завдань діти повинні уміти застосовувати знання і навички, якими вони оволоділи у попередніх групах»; «Введення в навчання початкових прийомів екзерсису класичного танцю, які не перевантажують м'язовий апарат дітей, дає педагогу можливість піднести виховання танцювальної культури на необхідний естетичний рівень... Поповнюється запас рухів, діти повинні краще координувати їх в залежності від музичного супроводу. Поглиблюється розвиток рухових навичок у більш швидкому темпі. Діти повинні запам'ятовувати послідовність розвитку дії у танцях, ... виразніше відтворювати образи, брати участь у постановці танців за завданням педагога, самостійно придумувати рухи для танців».

8. Традиційно дитячій хореографічний колектив поділяють на наступні вікові групи: дошкільнята (3 – 6 років), молодша група (6 – 8 років), середня група (9 – 13 років), старша група (14 – 18 років). Як такий розподіл співвідноситься із сучасними поглядами на вікову періодизацію психічного розвитку? До яких вікових періодів відносяться представники кожної групи?

Завдання творчого рівня (6-15 балів):

1. Опрацюйте текст розділу: Навчальний процес в хореографічному колективі // Теорія та методика роботи з дитячим хореографічним колективом: методичні рекомендації для студентів вищих навчальних закладів за спеціальністю «Хореографія» / К. Ю. Маркіна, В. О. Чумак. – Кривий Ріг: КДПУ, 2008. – 28

с. – С. 12 – 18. Складіть тези доповіді «Врахування вікових особливостей в процесі засвоєння хореографічної діяльності».

2. Складіть таблицю «Врахування кризового характеру психічного розвитку під час організації занять з хореографії».

Назва кризи, її хронологічні межі	Особливості психіки і поведінки дитини	Психолого-педагогічні рекомендації керівникам дитячих хореографічних колективів щодо запобігання небажаної поведінки під час занять
-----------------------------------	--	---

3. Ознайомтесь зі змістом параграфу: «Происхождение танца» // Козлов В. В. Интегративная танцевально-двигательная терапия / В. В. Козлов, А. Е. Гиршон., Н. И. Веремеенко. – СПб.: Речь, 2006. – 286 с. – С. 14-15. Складіть порівняльну характеристику психологічних особливостей танцю тварин і танцю людини.

Тема 3. Діяльність.

Мета: засвоїти основні поняття, структуру та закономірності психології діяльності, розглянути процес формування навичок, ознайомитись зі специфікою психомоторної діяльності та її розвитку в танці.

Питання для підготовки:

1. Діяльність як зв'язок суб'єкта з суб'єктом.
2. Структура та види діяльності. Розвивальний потенціал танцювальної гри.
3. Рівні свідомої регуляції діяльності: автоматизований, цільовий, особистісний. Психофізіологічні механізми регуляції дій.
4. Інтеріоризація та екстеріоризація дій.
5. Закономірності формування навичок. Місце вмінь і навичок у структурі психічної регуляції.
6. Рух його функції та якості.
7. Психомоторна діяльність та її розвиток.
8. Моделювання психічної регуляції рухової дії.

ЛІТЕРАТУРА

I. Основна:

1. Варій М. Й. Загальна психологія: підр. [для студ. вищ. навч. закл.] / М.Й. Варій - [3-тє вид.]. - Київ: Центр учбової літератури, 2009. - 1007 с. – С. 718-734.
2. Гиппенрейтер Ю. Б. Введение в общую психологию: Курс лекций. – Москва: ЧеРо, МПСИ, ОМЕГА-Л, 2006. – 336 с. – С. 99-151.
3. Грєнлюнд Э. Танцевальная терапия. Теория, методика, практика / Э. Грєнлюнд, Н. Ю. Оганесян – Санкт-Петербург: Речь, 2004. – С. 93-103, 131-132.
4. Загальна психологія : навч. посібник / [О.В. Скрипченко, Л. В. Долинська та ін.].– Київ: Просвіта, 2005. – 464 с. – С. 313-337.
5. Зигфрид В. Танец – искусство движения: красота как свойство поведения // Красота и мозг. – Москва: Мир. – 1995. – С. 125-155.
6. Козлов В. В. Интегративная танцевально-двигательная терапия / В. В. Козлов, А. Е. Гиршон, Н. И. Веремеенко. – Санкт Петербург : Речь, 2006. – 286 с. – С. 85-102.
7. Максименко С.Д. Загальна психологія: Навчальний посібник. / С.Д.Максименко – [Видання друге, перероблене та доповнене]. - Київ: «Центр навчальної літератури», 2004. – 222 с. – С. 77-125.
8. Петровский А. В. Психология: Учебник для студентов высш. пед. учеб. заведений. – 3-е изд. / А. В. Петровский, М. Г. Ярошевский. – Москва: Академия, 2002. – 512 с. – С. 206-223.
9. Психология : Учебн.для гуманит. вузов / под ред. В.Н.Дружинина. – Санкт-Петербург: Питер, 2006 . – 656 с. – С. 103-127, 138-154.
10. Психологія / за ред. Ю.Л.Трофімова. – Київ: Либідь, 1999. – 558 с. – С. 383-444.
11. Роговик Л.С. Психомоторика дитини / Л.С. Роговик – Київ: Главник, 2005. – 112 с. – С. 5-23.
12. Роговик Л. Танець і практична психомоторика. Розвиток психомоторних

- здібностей дітей під час навчання бальних танців / Л.С. Роговик – Київ: Навчальні посібники, 1997. – 27 с.
- 13.Столяренко Л. Д. Основи психології / Л. Д. Столяренко. – [5-е изд., перераб. и доп.] – Ростов-на-Дону: Феникс, 2002.- 672 с. – С. 37-45.
- 14.Шамне А. В. Основи самостійного вивчення курсу загальної психології : навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів / А. В. Шамне; Міністерство освіти і науки України; Криворізький державний педагогічний університет. – Кривий Ріг: Видавничий дім, 2010. – 240 с. – С. 96-106.
- 15.Хрестоматія по психології / под ред. А.В.Петровского. – Москва: Просвещение, 1977. – С. 206-214.
- II. Додаткова:**
1. Большой психологический словарь / Под ред. Б.Г.Мещерякова, В.П.Зинченко. - СПб: Еврознак; М.: Олма-Пресс, 2004. – 672 с.
2. Вильсон Г. Психология артистической деятельности: таланты и поклонники / Г. Вильсон. – Москва: Когито-Центр, 2001. – 384 с.
3. Гурьянов Е.В. Навык и действие // Сб. Ученые записки МГУ, вып. 90. – М., 1945. С. 133-149.
4. Загальне поняття про діяльність // Психолог – 2005. – № 41. – С. 46-49.
5. Зайфферт Д. Педагогика и психология танца. Заметки хореографа: Учебное пособие / пер. с нем. В. Штакенберга. – Санкт-петербург : Издательство «Лань»; Издательство «ПЛАНЕТА МУЗЫКИ», 2012. – 128 с.
6. Запорожец А.В. Развитие произвольных движений / А. В. Запорожец – Москва: Изд-во АПН РСФСР. – 1960. – С. 428.
7. Иващенко Ф. И. Задачи по общей, возрастной и педагогической психологии: Учеб. пособие для студентов пед. ин-тов. / Ф. И. Иващенко – [2-е изд., доп.] – Минск: Выш. Шк., 1985. – 96 с.
8. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. / А.Н.Леонтьев – Москва: Изд-во Полит. Литературы, 1975.
9. М'ясоїд П. А. Загальна психологія: Навч. посіб. / П. А. М'ясоїд – [3-тє вид., випр.] – Київ.: Вища школа, 2004. – 487с.

10. М'ясоїд П. А. Здачі з курсу загальної психології: Навч. посіб. / П. А. М'ясоїд – Київ.: Вища школа, 2000. – 183 с.
11. Немов Р.С. Психология. В 3-х кн.. – Кн.. 1. – Москва: Владос, 2000 – С. 145-165.
12. Роговик Л. С. Психологія танцю. Навчальний посібник / Л. С. Роговик. – Київ: Главник, 2007. - 304 с. (Серія “Психол.інструментарій”).
13. Роменець В. А. Психологія творчості. / В. А. Романець – Київ: «Либідь». – 2001. – 287 с.
14. Савчин М.В. Загальна психологія: навч. пос. / М.В. Савчин. – Київ: Акад. видав 2011. – 464с.
15. Сборник задач по общей психологии: Учеб. пособие для студентов пед. ин-тов / под. ред. проф. В. С. Мерлина. – Москва : Просвещение, 1974. – 207 с.
16. Фельденкрайз М. Осознание через движение. – М. – Санкт-Петербург, 2000. – 160 с.

Методичні рекомендації до вивчення теми.

Діяльність – це внутрішня (психічна) і зовнішня (фізична) активність людини, спрямована на задоволення її потреб і регульована свідомою метою.

Важливо розуміти, чому в психології діяльність розглядають як зв'язок двох полюсів життя: суб'єкта і об'єкта. З позицій системно-діяльнісного підходу відношення «суб'єкт-об'єкт» опосередковується процесами діяльності, в межах яких функціонує психіка, і які змінюють не лише об'єкт, а й суб'єкт. У діяльності мають місце постійні переходи: суб'єкт – змінений об'єкт – збагачений суб'єкт. Отже, діяльність є необхідною умовою психічного розвитку особистості.

Слід чітко засвоїти, що поняття «діяльність» є видовим по відношенню до більш широких понять «активність», «поведінка».

Активність — це загальна характеристика живих істот, динамічний стан живих організмів як умова їхнього існування у світі. Активна істота не просто перебуває в русі, вона містить у собі джерело свого власного руху, і це джерело

відтворюється в ході самого руху. Активність є динамічною умовою становлення та реалізації діяльності.

Поведінка — властива живим істотам взаємодія з навколишнім середовищем, опосередкована їх зовнішньою (руховою) і внутрішньою (психічною) *активністю*. Становить собою складний синтез, сплав рис типу вищої нервової діяльності і життєвих вражень, закріплених у вигляді систем тимчасових нервових зв'язків, динамічних стереотипів, утворених у результаті її взаємодії із середовищем.

Діяльність — найважливіша загальна властивість особистості, яка виявляється у цілеспрямованій *активності*, що реалізує *потреби* суб'єкта під час *взаємодії з довколишнім середовищем*.

Основні положення щодо вивчення діяльності, її сутності, складу, механізмів засвоєння і розгортання дій сформовані С. Л. Рубінштейном, розвинуті в працях О. М. Леонтьєва, його учнів та послідовників (П. Я. Гальперіна, Н. Д. Гордєєва, В. П. Зінченко, В. Д. Шадрикова та ін.).

До основних **характеристик діяльності** відносять:

- *предметність*, що визначає тип діяльності (за предметом діяльності розрізняють такі її види, наприклад, як учбова, педагогічна, конструкторська тощо);
- *мотивованість*, що проявляється на початковому етапі діяльності;
- *цілеспрямованість*, (передбачування у мисленнєвому плані результату діяльності та шляхів її виконання);
- *осмисленість*, що може включати як усвідомлення себе суб'єктом діяльності такі усвідомлення змісту і процесу діяльності.

В структурі діяльності найчастіше виділяють наступні компоненти.

Мотив – спонукання до діяльності, пов'язане із задоволенням **потреб**, у яких виявляється активність суб'єкта (предмет потреби, опредмечена потреба). Без мотиву діяльності не буває, немотивована діяльність – це діяльність із суб'єктивно і об'єктивно прихованим мотивом. (Більш докладно мотиви буде розглянуто в темі 4).

Мета – це образ бажаного результату, що має бути досягнутим в ході виконання дії. **Дія** – довільний акт, процес, підпорядкований свідомій меті. Для реалізації мети необхідним є також врахування умов, в яких виконується дія. **Операції** – є *спосіб*, яким виконується *дія в певних умовах*. Оскільки результат операцій не усвідомлюється як мета, вони не є самостійними діями. Операції характеризують *технічний бік виконання дій*.

Найнижчим рівнем в структурі діяльності є **психофізіологічні функції (рухи)**, які забезпечують її реалізацію на рівні фізіології організму. Основними видами рухів є рухи пози, локомоції, рухи обличчя і тіла робочі рухи тощо.

У структурі діяльності треба чітко розрізняти зовнішні (практичні) та внутрішні (теоретичні) дії.

Зовнішня практична діяльність - це діяльність, що має за мету свідоме змінення природного і соціального світу, з якими взаємодіє особистість або група. **Внутрішня теоретична діяльність** - це діяльність особистості або групи що має за мету пізнання і пояснення світу, знаходження і обґрунтування з процесі розумового експерименту способів діяльності практичної. Теоретична внутрішня діяльність має принципово ту ж будову, ще й зовнішня практична діяльність, відрізняючись лише формою протікання. Різниця полягає в тому, що дії виконуються не з реальними предметами, а з їх образами, а замість реального продукту отримується розумовий висновок, мисленнєвий результат. До складу внутрішніх дій входять: *мисленнєві процеси* (рішення інтелектуальних і наукових задач); *планування і моделювання поведінки*; *перцептивні та мнемічні процеси* тощо. Внутрішні дії підготовляють зовнішні дії, економлять зусилля людини, даючи можливість досить швидко обрати потрібну форму практичної дії. До того ж внутрішні дії надають людині можливості уникнути помилок.

Основними видами діяльності традиційно вважають гру, навчання, працю.

Гра – діяльність, що відбувається у умовних ситуаціях і спрямована на відтворення суспільного досвіду, зафіксованого в предметах культури. Це основна форма вияву активності дитини на перших етапах її розвитку; змістовна творча діяльність, у якій дитина ставить свідомі цілі, прагне до їх здійснення. Гра

сучасної дитини полягає в імітації дій дорослих та стосунків між ними. Гра — не продуктивна діяльність. У грі дитина захоплюється переважно процесом, який викликає у неї задоволення. Як тільки інтерес до гри зникає, дитина припиняє її. В іграх маленьких дітей цілі не бувають стійкими. Але у процесі розвитку та виховання цілеспрямованість ігрової діяльності дітей зростає, цілі в іграх набирають стійкішого характеру. Розрізняють предметні, рольові, режисерські, ділові ігри та ігри за правилами.

Розвивальний потенціал мають всі ігри, зокрема **танцювальні**. В іграх не тільки виявляються, а й формуються всі психічні процеси та властивості дітей, спостережливість, уважність, вдумливість, наполегливість, сміливість, рішучість, уміння, навички, здібності. В ігровій діяльності відбувається психічний і фізичний розвиток дітей, розвиваються фізична сила, спритність, швидкість і точність рухів. В іграх формуються всі якості особистості дитини, зокрема такі моральні риси, як колективізм, дружба, товарицькість, правдивість, чесність тощо. **Танцювальна гра** поєднує в собі танець та гру і допомагає дітям як розвивати так і відкривати своє тіло і душу. Вона дає дітям наступні можливості: переборювати агресію та страх; програвати свої зовнішні та внутрішні відчуття, що допомагає краще зрозуміти себе, свій зовнішній та внутрішній світ; сумісно з іншими дітьми та дорослими переживати ситуації, що хвилюють; розвивати власну креативність, експериментувати зі своїм тілом та рухами; розвивати естетичні почуття; отримувати сенсорне задоволення і радість від відчуття власного тіла. Крім того, заняття в групі дає можливість формувати навички соціальної взаємодії, спілкування. Методика проведення танцювальної гри включає: наявність педагогічної та розвивальної мети, тренінг моторики через танець, зосередженість на дитині в цілому, а не на окремих частинах тіла, спрямованість на розвиток емоційної чуттєвості, підтримку особистісної ініціативи дитини, використання музики та, іноді, спортивних предметів. Під час заняття танцювальною грою діти мають можливість за рахунок фізичного тренування розіграти тіло та відкрити його для руху, а також зняти психічне навантаження, яке заважає прояву дитячих почуттів. Важливими елементами танцювальної гри є імпровізація та контактні

вправи. Руховий зміст танцювальної гри включає декілька параметрів: тілесне сприймання, просторове сприйняття, координацію і ритм, сприйняття власного «Я», контакти і сумісну працю, фантазію та чуттєве вираження. Результати танцювальної гри слід розглядати у фізичному, психічному та соціальному планах. Танцювальна гра може застосовуватись для людей різних вікових категорій, використовуватись для зняття емоційної та психічної напруги у персоналу лікарень, на фірмах та підприємствах, в хореографічних колективах.

Учіння – діяльність, спрямована на засвоєння суспільного досвіду. На відміну від гри, мотив якої полягає у ній самій, учіння ґрунтується на пізнавальних потребах, а його мотиви пов'язані з процесом практичного і теоретичного освоєння людством дійсності. Результатом учіння є набуття суб'єктом певних знань, умінь, навичок, звичок. **Знання** – узагальнена форма відображення дійсності, що несе в собі зміст значень (це поняття було розглянуто в темі 2 як структурний компонент свідомості). **Навичка** – автоматизований спосіб використання певних засобів діяльності, сукупність операцій, які легко реалізуються в нових, але не стереотипних умовах. **Вміння** – операції, які виконуються на підставі знань і навичок, закріплені способи застосування знань у практичній діяльності. Як і навичка вміння формується шляхом вправ, але це свідомо регульований процес, що відбувається в змінених умовах. **Звичка** – навичка, виконання якої стало потребою. Спеціально організоване учіння – це **навчальна діяльність**, спрямована на оволодіння суспільно виробленими способами дій, узагальненими за формою теоретичних знань. Навчальна діяльність - необхідний засіб психічного розвитку, без якого індивід не може вийти за межі буденного життя і піднятися до рівня теоретичного засвоєння знань. Вона відбувається в контексті навчання. **Навчання** — різновид діяльності, що виражається у цілеспрямованій передачі суспільно-історичного досвіду; процес формування знань, умінь, навичок.

Праця – свідома діяльність людини, спрямована на створення матеріальних і духовних благ. Це та діяльність в історичному розвитку якої вдосконалювалась і психіка, відбувалося становлення свідомості. Основна мета праці – створення

продукту. Поширеними мотивами праці є: розмір заробітку, зміст роботи, можливість підвищення кваліфікації, стосунки з колегами, суспільне значення продукції. Різноманітність видів людської праці поділяють на працю фізичну та розумову. До **фізичної праці** належать різні види виробничої та технічної діяльності. Предметом її є матеріал, який дає природа і який обробляють за допомогою різноманітних знарядь. Фізична праця потребує певного використання фізичних сил людини, напруження її м'язової системи. Результатом такої праці є матеріальні продукти, необхідні для задоволення потреб людини. Результат **розумової праці** – це образи, думки, ідеї, проекти, знання, втілені в матеріальні форми існування (літературні, музичні, хореографічні твори, малюнки тощо). Фізична та розумова праця охоплює величезну кількість різних професій і спеціальностей, зокрема хореограф. Перевага того чи іншого виду залежатиме від професійного напрямку (див. тема 1).

Гра, учіння, праця – головні, але не єдині види діяльності.

Будь-яка фізична і розумова праця за певних суспільних умов може стати **творчою діяльністю**. Творча діяльність зумовлюється потребами суспільства. Усвідомлення цих потреб є джерелом різних задумів, ідей, проектів. Розпочинається творча діяльність з **виникнення певного задуму**, а саме: змінити методи, прийоми роботи в тій чи іншій галузі, створити нове знаряддя, здійснити певний науковий експеримент, створити музичну п'єсу, намалювати картину, здійснити хореографічну постановку тощо. Для здійснення творчого задуму потрібна **попередня підготовча робота**, яка полягає в обміркуванні його змісту, з'ясуванні деталей, шляхів його реалізації та збиранні необхідних матеріалів. Після підготовчої роботи відбувається **реалізація творчого задуму**. Здійснення творчого задуму – велика й напружена робота, яка потребує участі та піднесення всіх сил людини, максимальної зосередженості її свідомості на предметі творчості, участі пізнавальних і вольових сил людини. Систематична наполеглива і напружена робота є визначальною умовою успіху творчості. Успішність творчої праці залежить від того, якою мірою людина володіє прийомами та технікою

роботи, як вона ставиться до результатів роботи. Творчим працівникам властиве критичне, вимогливе ставлення до своїх творів.

Хореографічна діяльність є одним із видів художньо-творчої діяльності, яка у специфічній властивій їй формі – танцях, віддзеркалює внутрішній світ людини, її бажання, прагнення, творче становлення. Її специфіка полягає в особливих виразних засобах – музично організованих, образно-виразних формах рухів. Похідним матеріалом виявлення рухів є людське тіло, за допомогою якого створюється художній образ. Завдяки пластиці, високому рівню розвитку моторної координації, графічній та динамічній виразності рухів, жестів, поз, через міміку, контакт очей, пантоміміку виконавець доносить до глядача зміст танцювального твору. **Танець** — ритмічні, виразні рухи тіла, вибудовуються звичайно в певну композицію й виконуються з музичним супроводом. Танець також можна розглядати як вид діяльності, тому, що рухи визначені заздалегідь, на відміну від «пляски» (рос.), яка імпровізується. Особлива цінність і сила танцю, його інтеграційний зміст полягають у тому, що всі фізичні, емоційні, інтелектуальні й духовні процеси з'єднуються в єдину дію. Коли інструментом і творцем танцювального твору є тіло людини.

Свідома регуляція діяльності відбувається на різних рівнях: **автоматизованому, цільовому, особистісному**. До автоматизованих компонентів діяльності уміння, навички та звички. На більш високому рівні дія контролюється і регулюється за рахунок співвіднесення її результатів з кінцевою метою дії. Для реалізації мети необхідним є також врахування умов, в яких виконується дія. Узгодження мети з умовами визначає задачу, що має бути розв'язана дією. Цілеспрямовані дії людини є по суті рішенням задач. Особистість людини великою мірою визначається її **мотиваційною системою**. Мотиви людини утворюють ієрархічну систему. Провідний мотив виконує смислоутворюючу функцію. Другорядні мотиви породжують **емоції**. **Особистісний смисл** це переживання підвищеної суб'єктивної значущості предмету, дії чи події, які опинились в полі дії провідного мотиву. Чим більш інтенсивний мотив, тим більше коло предметів опиняється в полі його дії, тобто набувають особистісного

смыслу. Вкрай сильний провідний мотив здатен керувати навіть життям людини, звісно і її діяльністю. Навпаки, втрата такого мотиву часто призводить до хворобливих переживань втрати сенсу життя. Неусвідомлювані мотиви виявляються в свідомості у вигляді емоцій та особистісного смыслу. В теорії діяльності емоції визначаються як відображення відношення результату діяльності до її мотиву. Найвищий рівень свідомої (і в цьому сенсі особистісної) регуляції — **вольова регуляція** діяльності.

Як зазначалося раніше, психофізіологічні функції – найнижчий рівень в структурі діяльності. Вони регулюються завдяки вродженим механізмами, що є закріпленими в морфології нервової системи, а також тими, що визрівають протягом перших місяців життя. До зазначеного рівня регуляції відносять ряд здатностей нашого організму (до відчуття, до створення і збереження слідів попередніх впливів, моторна тощо). Відповідно говорять про сенсорну, мімічну, моторну функціях. Психофізіологічні функції водночас є і передумовами і засобами діяльності.

Будь-яка складна дія людини в процесі свого виконання породжує нові, автоматизми, або **навички**. Спочатку, починаючи освоєння нової діяльності, людина не володіє необхідними для виконання незвичної дії способами, її доводиться свідомо визначати і контролювати не лише дію,направлену на мету, але й окремі операції, рухи, за посередництвом яких дія виконується.

В результаті повторного рішення тієї ж задачі людина набуває можливості виконувати дану дію як єдиний цілеспрямований акт, не ставлячи собі за мету свідомий підбір способів виконання дії та контроль за реалізацією окремих операцій. Це виключення з поля свідомості окремих компонентів дії, за допомогою яких вона виконується, і є **автоматизацією**. Таким чином, навички – це автоматизовані компоненти свідомої дії людини, що виробляються в процесі її виконання. В динамічну структуру навички входять: сенсомоторний образ робочого простору; образ виконавчого акту; програма дії; контроль за виконанням дії певними засобами із заданою точністю і швидкістю (поточний і кінцевий); виконавчі (моторні) компоненти, що включають і корективні процеси.

Формування навички. Навички не лише використовуються, але і формуються в процесі діяльності. М.О.Бернштейн виділяє три періоди формування навички:

1. *Первинне ознайомлення з рухом і попереднє оволодіння ним.* На цьому етапі відбувається виявлення зовнішнього рухового складу дії, тобто того, які елементи руху, в якій послідовності потрібно виконувати. Як правило, ознайомлення з руховим складом дії відбувається шляхом розповіді, демонстрації, роз'яснення, спостереження. Наступна фаза першого періоду зумовлює прояснення внутрішньої картини руху шляхом чисельних повторень: людина вчиться перешифровувати *аферентні* сигнали в *ефекторні* команди та відпрацьовує механізми корекції.

2. *Автоматизація руху.* Протягом цього періоду відбувається повна передача окремих компонентів руху або всього руху в цілому *на* фонові рівні. В результаті провідний рівень частково або цілком вивільняється від регуляції рухової програми. Рух включається у більш складну рухову задачу, а отже виступає вже не як самоціль, а як засіб рішення більш загальної задачі.

3. *Кінцева шліфовка навички за рахунок стабілізації та стандартизації.* Стабілізація забезпечує універсальність навички, тобто дійовість її за будь-яких обставин. Наприклад, танцівник може танцювати, і на будь-якій сцені, будь-якому майданчику. Стійкість навички зумовлюється наявністю в організмі певного запасу відповідних корекційних команд.

Стандартизація передбачає набуття навичкою стереотипності, коли при чисельному повторенні руху має місце серія абсолютне однакових копій. Це можливо завдяки тому, що організм навчається ефективно використовувати реактивні та інерційні сили, знаходячи динамічно стійку траєкторію руху, що сприяє виконанню заданої програми. К.К.Платонов, аналізуючи етапи формування рухових навичок, узгоджує їх з нейродинамічними механізмами.

Суттєве значення для правильного розуміння раціональної організації вироблення навичок має явище їх взаємодії. Необхідно виділяти та знати два моменти – *інтерференцію* навичок (гальмівна взаємодія навичок) та їх

перенесення (поширення позитивного ефекту напрацювання однієї навички на інші).

Внутрішня діяльність походить від зовнішньої практичної діяльності шляхом процесу *інтеріоризації*. **Інтеріоризація** – процес накопичення досвіду особистості шляхом перетворення зовнішніх дій предметної діяльності у внутрішні суб'єктивні характеристики особистості, її свідомості і діяльності, тобто це є процес перенесення практичних дій у внутрішній розумовий план. При цьому вони піддаються специфічній трансформації – узагальнюються, вербалізуються, скорочуються і, головне, внутрішні дії здатні до подальшого розвитку, що переходить межі можливостей зовнішньої діяльності.

Для успішного відтворення якоїсь дії у внутрішньому розумовому плані необхідно обов'язково засвоїти її в матеріальному плані і отримати реальний результат. Наприклад, продумування шахового ходу можливе лише після того, як засвоєні реальні ходи фігур і осмислені їх реальні наслідки.

Протилежним інтеріоризації процесом є *екстеріоризація*. **Екстеріоризація** – процес об'єктивізації накопиченого особистістю досвіду як втілення в практичній діяльності і в предметних діях задумів, планів та умінь шляхом переходу внутрішніх, раніше інтеріоризованих дій, у зовнішні.

Поетапне формування розумових дій. Для того щоб практична дія перейшла у внутрішній розумовий план, вона має пройти в процесі трансформації ряд етапів. Визначивши ці етапи П. Я. Гальперін узагальнив їх в теорії поетапного формування розумових дій. За визначенням П. Я. Гальперіна в процесі інтеріоризації дія проходить через п'ять етапів: *орієнтовна основа дії, розгортання дії при уповільненому виконанні, дії без опори на матеріальні предмети, перенесення голосного промовляння у внутрішній план, формування власне теоретичних розумових дій.*

Рух – структурна одиниця діяльності, зокрема танцювальної. Будь-яка зовнішня дія складається з рухових актів. В залежності від особливостей будови орган має різні можливості для виконання рухів. Найбільша свобода рухів характерна для кінцівок та мовленнєвого апарату. Більша частина рухів людини

не з'являється від народження я формується в процесі життєдіяльності. Розрізняють рухи довільні і мимовільні. **Мимовільні** рухи відбуваються без контролю свідомості. Якщо вони і сформовані були без участі свідомості їх називають власно мимовільні. Вони можуть піддаватись корекції тільки при роботі по формуванню системи рухових орієнтирів. **Довільні** рухи – це такі рухові акти, що свідомо регулюються суб'єктом на основі потреби в досягненні мети.

М. О. Берштейн виділяв три групи рухів, які виконують різні функції.

- Робочі рухи, за допомогою яких здійснюється вплив на об'єкт та його переміщення.
- Пізнавальні рухи, які виконують гностичну функцію по відношенню до об'єкта та умов його переміщення.
- Пристосувальні рухи – установчі, корекційні, врівноважуючі та компенсаторні.

В танцювальній діяльності аналіз рухів використовують для двох основних цілей: описово-діагностичної та просвітницько-розвивальної. Найбільш поширена в світі система аналізу рухів створена чеським хореографом Рудольфом фон Лабаном (студенти частково ознайомлені з нею в темі 1). Його система записів рухів виконує таку ж саму роль як партитура в музиці.

Різновид психічно обумовлених рухів людини, які типологічно відрізняються в залежності від будови тіла, основних духовних установок, віку, статі і т.ін. прийнято визначати як **психомоторику**.

Психомоторну діяльність можна розглядати як результат інтеріоризації зовнішньої, предметної діяльності, як процес переходу від зовнішньої реальності до внутрішньої, духовної. В такій діяльності нерозривно пов'язані фізичні (зовнішні) та психічні (внутрішні) прояви. Елементарною одиницею психомоторної діяльності є **психомоторна дія**. Вона, в свою чергу, як система складається з цілого ряду рухів, які об'єднуються в єдине ціле. Ці частини пов'язані між собою, але водночас мають ієрархічну будову, розчленовані за різними сходинками. Ця система створюється відповідно до участі тих або інших

відділів центральної нервової системи. Об'єднання рухів і відбувається завдяки інтегруючій ролі центральної нервової системи. В залежності від смислової частини моторного завдання, здавалось би, схожі за формою, психомоторні дії можуть регулюватись по різному (М.О.Бернштейн).

Психомоторний розвиток дитини – динамічна система цілісних рухових та психічних актів, що виконують активізуючу функцію в різні періоди оволодіння тілесним простором. Л. Роговік виділяє наступні періоди: період сенсомоторного розвитку (ранній вік), період мовленнєвої психомоторики (молодший дошкільний вік), період психомоторики (3-5 років), період гармонії психомоторики (старший дошкільний вік).

Для розвитку механізмів психомоторики широко використовується метод **моделювання психічної регуляції рухової дії**. Він включає: а) смислове моделювання дії, б) моторне моделювання рухів, в) моделювання психічних станів у напруженій психомоторній діяльності. Смислове моделювання відбувається за допомогою розв'язання нових задач, які полягають у пошуку способів розв'язання визначеної словесної задачі. Моторне моделювання передбачає таку організацію психомоторної дії, коли одна або декілька структур рухів повинні виконуватись заздалегідь визначеною метричною програмою: просторовою, часовою. Моделювання психічних станів – фону, на якому розгортається і ускладнюється регуляція рухів.

Завдання репродуктивного рівня (1-3 бали):

1. Скласти розширений термінологічний словник з теми.
2. Складіть схему «Загальна структура діяльності».
3. Законспекуйте статтю О.М.Леонтьєва: Загальне поняття про діяльність // Хрестоматія по общей психологии. Учебное пособие для студентов пед.институтов./ Под ред. Проф. А.В.Петровского. – М.: Просвещение, 1977 – С. 206 – 214.

4. Скласти конспект статті: Бернштейн Н.А. Очерки по физиологии движений и физиологии активности / Н.А. Бернштейн // Хрестоматия по психологии / под ред. А.В. Петровского, Москва, 1987. – 447 с.

Завдання продуктивного рівня (3-6 балів):

1. Складіть блок-схему розкриття основних положень теми «Діяльність».
2. Скласти порівняльну таблицю основних видів діяльності.
3. Підготуйте письмову доповідь за однією з тем (на вибір): «Мотивація діяльності», «Особистість та діяльність», «Професійна діяльність особистості», «Етапи формування навичок», «Інтеріорізація та екстеріорізація учбових дій», «Теорія поетапного формування розумових дій П. Я. Гальперіна»
4. Проаналізуйте уривок із статті В. Зікфреда (Зигфрид В. Танец – искусство движения: красота как свойство поведения // Красота и мозг. – Москва: Мир. – 1995. – С.125-155.) і дайте розгорнуту відповідь на питання: Чи доречно з точки зору психологічної теорії використовувати термін «художня поведінка»? До якої психологічної категорії відноситься активність танцюриста? Аргументуйте відповідь.

«Художня поведінка у танці – це безперервне сприйняття рухів інших танцюристів і відповідна видозміна власних рухів. Така поведінка не начебто притаманна і тваринам: деякі птахи, «танцюючи», погоджують свої рухи з рухами своєї пари. Один із самих дивних прикладів-координація в шлюбному танці самців райських птахів на «весільному» дереві. Однак тут не відбувається створення просторово-часової структури, тому що немає безперервності, що вказувала б на навмисність. Щоб створити таку структуру, необхідно мати можливість переглядати тимчасові й просторові побудови наперед: танцюрист повинен заздалегідь знати, де він хоче перебувати в той або інший момент. Простої реакції на рухи партнера недостатньо-вона завжди буде запізнілою. Таким чином, вирішальну роль грає навмисність. Вона дозволяє танцюристові розраховувати свої рухи так, щоб у потрібний час виявлятися в потрібнім місці.

Дивно, як часто віддаються цій забаві діти: жваво пересуваючись і вловлюючи рухи інших. І як вони бувають задоволені, потрапивши «у такт» з усією групою!»

5. На матеріалі вашої профільної дисципліни доведіть, що дії учнів та вчителя, які здійснюються у зовнішньому предметному плані, можуть перейти у дії, що здійснюються у внутрішньому (психічному) плані і навпаки. Як називаються в психології ці процеси, яке значення вони мають для опанування і виконання людської діяльності, зокрема навчання та учіння?
6. Дайте психологічну інтерпретацію наступним методичним рекомендаціям: «Хореограф повинен детально продумувати в якій послідовності і як краще вивчати програмований матеріал, опрацьовувати рухи. Під час методичної розробки матеріалу слід дотримуватись такого правила: йти від легкого до важкого, не перевантажувати м'язи дітей, розкласти складні рухи на прості»
7. Досвідчені педагоги-хореографи стверджують, що «навчання танцювальних рухів іде у декілька етапів: I етап – вивчення окремого руху, II етап – поєднання трьох, чотирьох і більше рухів, III – етап – удосконалення рухів, засвоєння певних положень, міміки, створення образного танцю. Отже, III етап знаменує гармонію психомоторних здібностей. Образні вправи допомагають виробленню загальнішої координації рухів. Діти оволодівають пластикою танцю, працюють уява, почуття, мислення в гармонійній єдності». Яким чином цей погляд співвідноситься із поглядами М. О. Бернштейна на процес формування навички. Які із описаних явищ можна розглядати як навички, які як уміння? Аргументуйте відповідь. Чому рухи, сформовані на III етапі можна оцінювати як психомоторну гармонію?
8. Підготувати реферати (або відповіді на семінар) на тему: «Психомоторна діяльність та її розвиток», «Психологічні особливості танцювальної діяльності», «Психологічні особливості професійної діяльності хореографа».

Завдання творчого рівня (6-15 балів):

1. Користуючись схемою спостережень проведіть системний аналіз власної рухової активності та складіть письмовий звіт (див. «Системный анализ движения» // Козлов В.В Интегративная танцевально-двигательная терапия /

В. В. Козлов, А. Е. Гиршон., Н. И. Веремеенко. – СПб.: Речь, 2006. – 286 с. – С. 85-102.).

2. Назвіть основні види людської діяльності. До якого виду можна віднести танцювальну діяльність, хореографічну діяльність? Дайте розгорнуту психологічну характеристику танцювальної діяльності як гри, учіння, праці.
3. Ознайомтесь зі змістом розділу «Психомоторний розвиток в онтогенезі» // Роговик Л.С. Психомоторика дитини. – К.: Главник, 2005. – 112 с. – С. 23-36. Складіть список ключових питань до тексту з метою покращення його запам'ятовування.
4. Спираючись на основні положення учіння М. О. Бернштейна про процес формування навички та теорії поетапного формування розумових дій П. Я. Гальперіна, прокоментуйте наступний текст і розробіть рекомендації для педагога-керівника, щодо підвищення ефективності впровадження наочного методу в навчанні хореографії.

«Важливим методом впливу на дітей є наочний метод. Виконавська майстерність педагога-керівника, його професійний показ часом захоплює дітей, викликає прагнення наслідувати його дії, рухи. Викладач повинен володіти навичками грамотного і виразного показу. Діти наслідують манеру й характер виконання рухів, копіюють постановку рук, корпусу, голови. Діти відтворюють методику виконання рухів свого викладача, між тим, часто повторюють не тільки виразність і грамотність, але й його можливі помилки. Тому, користуючись методом словесного показу, необхідно бути гранично уважним, щоб виключити ті недоліки, які проявляються у виконавстві» (Пуляєва Л. Є.).

Тема 4. Особистість як суб'єкт діяльності.

Мета: сформувати наукове уявлення про особистість як суб'єкта діяльності і поведінки, як складну соціально зумовлену цілісну систему психічних якостей індивіда, розглянути структуру і джерела активності особистості.

Питання для підготовки:

1. Поняття про індивіда, особистість, індивідуальність.
2. Структура особистості.

3. Активність особистості, її біологічні та соціальні джерела.
4. Потреби як основа активності. Види і характеристика потреб. Ієрархія потреб.
5. Характеристика мотиваційної сфери особистості: інтереси, переконання, прагнення, установки.
6. Самооцінка і рівень домагань. Образ Я.
7. Механізми психологічного захисту. Тілесні прояви особистості.

ЛІТЕРАТУРА

I. Основна:

1. Варій М. Й. Загальна психологія.: підр. [для студ. вищ. навч. закл.] / М.Й. Варій - [3-тє вид.]. - К.: Центр учбової літератури, 2009. - 1007 с. – С. 718-734.
2. Гиппенрейтер Ю. Б. Введение в общую психологию: Курс лекций. – Москва: ЧеРо, МПСИ, ОМЕГА-Л, 2006. – 336 с. – С. 99-151.
3. Грєнлюнд Э. Танцевальная терапия. Теория, методика, практика / Э. Грєнлюнд, Н. Ю. Оганесян – Санкт-Петербург: Речь, 2004. – С. 93-103, 131-132.
4. Загальна психологія : підручник для студентів ВНЗ / [О. В. Скрипченко, Л. В. Долинська та ін.]. – Київ : Каравела, 2011. – 464 с. – С. 334-364.
5. Зігфрід В. Танец – искусство движения: красота как свойство поведения / В. Зігфрід // Красота и мозг. – Москва: Мир. – 1995. – С.125-155.
6. Козлов В. В. Интегративная танцевально-двигательная терапия / В. В. Козлов, А. Е. Гиршон, Н. И. Веремеенко. – Санкт Петербург : Речь, 2006. – 286 с. – С. 85-102.
7. Кривохижа А. М. Гармонія танцю: методичний посібника з курсу мистецтва балетмейстера для хореографічних відділень педагогічних університетів [Електронний ресурс] / А.М.Кривохижа. – Кіровоград: РВЦ КДПУ ім. В. Винниченка. – 2003 . – Режим доступу: <http://svit-tanok.com.ua/krivohija/page/5/>

8. Максименко С.Д. Загальна психологія. Навчальний посібник. / С.Д.Максименко – [Видання друге, перероблене та доповнене]. – Київ: «Центр навчальної літератури», 2004. – 222 с. – С. 77-125.
9. Петровский А. В. Психология: Учебник для студентов высш. пед. учеб. заведений. / А. В. Петровский, М. Г. Ярошевский. – [3-е изд.] – Москва: Академия, 2002. – 512 с. – С. 206-223.
10. Психология : Учебн.для гуманит. Вузов / Под ред. В.Н.Дружинина. – Санкт-Петербург: Питер, 2006 . – 656 с. – С. 103-127, 138-154.
11. Психологія / за ред. Ю.Л.Трофімова. – Київ: Либідь, 1999. – 558 с. – С. 383-444.
12. Роговик Л.С. Психомоторика дитини / Л. С. Роговик – Київ : Главник, 2005. – 112 с. – С. 5-23.
13. Роговик Л. С. Танець і практична психомоторика. Розвиток психомоторних здібностей дітей під час навчання бальних танців / Л. С. Роговик – Київ : Навчальні посібники, 1997. – 27 с.
14. Столяренко Л. Д. Основи психології / Л. Д. Столяренко. – [5-е изд., перераб. и доп.] – Ростов-на-Дону: Феникс, 2002.- 672 с. – С. 264-273, 316-318.
15. Шамне А. В. Основи самостійного вивчення курсу загальної психології : навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів / А. В. Шамне; Міністерство освіти і науки України; Криворізький державний педагогічний університет. – Кривий Ріг: Видавничий дім, 2010. – 240 с. – С. 96-106.
16. Хрестоматія по психології / под ред. А. В. Петровского. – Москва: Просвещение, 1977. – С. 206-214.

II. Додаткова:

1. Большой психологический словарь / Под ред. Б. Г. Мещерякова, В. П. Зинченко. – СПб: Еврознак; М.: Олма-Пресс, 2004. – 672 с.
2. Вильсон Гленн. Психология артистической деятельности: таланты и поклонники. – М.: «Когито-Центр», 2001. – 384 с.
3. Гурьянов Е.В. Навык и действие // Сб. Ученые записки МГУ. – вып. 90. – М., 1945. – С. 133-149.

4. Загальне поняття про діяльність // Психолог – 2005. – № 41. – С. 46-49.
5. Зайфферт Д. Педагогика и психология танца. Заметки хореографа: Учебное пособие / Пер. с нем. В. Штакенберга. – СПб. : Издательство «Лань»; Издательство «ПЛАНЕТА МУЗЫКИ», 2012. – 128 с.
6. Запорожец А.В. Развитие произвольных движений. – М.: Изд-во АПН РСФСР. – 1960. – С. 428.
7. Иващенко Ф. И. Задачи по общей, возрастной и педагогической психологии: Учеб. пособие для студентов пед. ин-тов. – 2-е изд., доп. / Ф. И. Иващенко – Минск: Выш. Шк., 1985. – 96 с.
8. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. / А.Н.Леонтьев – М.: Изд-во Полит. Литературы, 1975.
9. М'ясоїд П. А. Загальна психологія: Навч. посіб. – 3-тє вид., випр. – Київ.: Вища школа, 2004. – 487с.
10. М'ясоїд П. А. Здачі з курсу загальної психології: Навч. посіб. – Київ.: Вища школа, 2000. – 183 с.
11. Немов Р.С. Психология. В 3-х кн.. – Кн.. 1. – М.: Владос, 2000 – С. 145-165.
12. Роговик Л. С. Психологія танцю. Навчальний посібник / Л. С. Роговик. – Київ: Главник, 2007. - 304 с. (Серія “Психол.інструментарій”).
13. Роменець В. А. Психологія творчості. / В. А. Романець – Київ: «Либідь». – 2001. – 287 с.
14. Савчин М.В. Загальна психологія: навч. пос. / М.В.Савчин. – Київ: Акад. видав 2011. - 464с.
15. Сборник задач по общей психологии: Учеб. пособие для студентов пед. ин-тов / под. ред. проф. В. С. Мерлина. – Москва : Просвещение, 1974. – 207 с.
16. Фельденкрайз М. Осознание через движение / М. Фельденкрайз – Москва – СПб. – 2000. – 160 с.

Методичні рекомендації до вивчення теми.

Основою ефективного засвоєння даної теми є розуміння запропонованої Б. Г. Ананьєвим психологічної організації людини, що складається з 4-х рівнів та

пояснюється в поняттях: індивід, суб'єкт, особистість, індивідуальність. Родовим до всіх них є поняття **людина** – єдність 2 ліній розвитку: біологічної (людина як представник виду) та соціальної (людина як носій свідомості).

Індивід – людина представник свого роду, носій природно-зумовлених (біологічних) властивостей (будова тіла, структура мозку). Іноді поняття «людина», вживається як синонім індивіда для позначення одиничної природної істоти – представника вида *homo sapiens*.

Суб'єкт – людина як типовий носій видів людської активності.

Особистість – суспільний індивід, об'єкт і суб'єкт історичного процесу. В психології частіше за все під особистістю розуміють **людину в сукупності її соціальних і життєво важливих якостей, які набуті нею в процесі соціального розвитку.**

Індивідуальність – людина в аспекті її неповторності, своєрідності, несхожості на інших людей. Індивідуальність містить в собі лише властивості людини, таке їх співвідношення, що відрізняє дану людину від інших.

У традиціях *особистісного підходу*, що є важливим принципом вітчизняної психології поняття структури має відношення до найбільш стабільних і незмінних *властивостей*, які проявляють індивідами в різний час і в різних ситуаціях. Найбільш відомі та аргументовані варіанти структурування особистості:

– **структура особистості Платонова**, який виділяв в ній 4 підструктури: а) *спрямованість*, б) *досвід*, в) *індивідуальні особливості* відображення (пам'яті, мислення, сприймання), г) *психофізіологічні властивості* (властивості темпераменту, тип НС, задатки).

– **структура особистості Паригіна**, яку розроблено за ознакою рис – особливостей, що розглядаються як стійкі якості людини (один з найбільш популярних прикладів структурної концепції): а) *загальнолюдські* психічні властивості; б) *специфічно-соціальні* особливості, пов'язані приналежністю до етнічних, класових, політичних, економічних, професійних та інших спільнот; в) *індивідуально-неповторні* особливості особистості.

– **структура особистості Петровського** складається з 3-х рівнів: а) *внутриіндивідна* (інтроіндивідна) підсистема – будова темпераменту, характер, здібності; б) *інтеріндивідна* підсистема особистості (представленість особистості в системі міжособистісних відносин); в) *метаіндивідна* (надіндивідна) особистість виходить за межі її наявних зв'язків з іншими людьми «тут і тепер» («продовження себе» в іншому, за межами безпосередньо актуальної взаємодії: представленість в інших людях).

– **структура особистості**, яка складається з 4-х компонентів: а) *спрямованість*; б) *здібності*; в) *характер*; г) *самоконтроль*. **Спрямованість особистості** – це сукупність стійких мотивів, що орієнтують діяльність особистості (інтереси, переконання, світогляд) та відносно незалежні від наявних ситуацій життя.

Специфіка **активності особистості** – виявляє себе у вольових актах, самовизначенні і самоспогляданні людини як джерела свого існування і розвитку. Виявляється також у тому, що своїми вчинками і діями особистість «продовжує» себе в інших людях, набуваючи в них свого «відображення». Активність особистості характеризується тим, що людина піднімається над стандартом, реалізуючи зусилля для досягнення суспільно заданої мети, діючи за межами своїх вихідних спонукань і цілей.

Основні підходи до вивчення **джерел активності особистості** у зарубіжній психології наступні: *біогенетичний, соціогенетичний* (див. тема 2) та *психогенетичний*. Представники останнього не заперечують значення ані біології, ані середовища, але на перший план висувається розвиток власне психічних процесів: поведінка особистості зумовлена емоціями, потягом та іншими позараціональними компонентами психіки (З. Фрейд, Е. Еріксон); розвиток пізнавальних процесів (Ж. Піаже, Дж. Келлі); розвиток особистості в цілому (Е. Шпрангер, К. Бюлер, А. Маслоу). Вітчизняні психологи стверджують, що **розвиток особистості здійснюється в умовах соціалізації індивіда і його виховання**. В сучасній психології виділяють 7 основних підходів до вивчення особистості: *психодинамічна теорія* особистості (класичний психоаналіз),

аналітична теорія особистості (неофрейдизм), гуманістична теорія особистості, когнітивна теорія особистості, поведінкова теорія особистості (теорія «научіння»), диспозиційна теорія особистості, діяльнісна теорія особистості (вітчизняна психологія). Знання цих теорій суттєво поглибить уявлення про властивості та структуру особистості.

Вихідною формою активності організму є потреби. К. К. Платонов розглядає **потреби** як психічне явище відображення об'єктивної необхідності організму в чому-небудь (біологічні потреби) або особистості (соціальні та духовні потреби). Потреби зумовлюють формування **потребового стану**, що відображає виникнення необхідності у чомусь і сигналізує про бажання задовольнити потребу, яка виникла. Цей стан є реакцією організму і особистості на впливи зовнішнього і внутрішнього середовища, що набувають (через необхідність, привабливість) особистісної значущості. Виникнення потреби є механізмом, що запускає активність людини на пошук і досягнення мети, яка може задовольнити цю потребу. У вітчизняній психології частіше за все потреби поділяють на: **матеріальні** (потреби у їжі, одязі, житлі); **духовні** (потреба у пізнанні довкілля та себе, потреба у творчості в естетичному задоволенні тощо); **соціальні** (потреба у спілкуванні, в праці, у суспільній діяльності, у визнанні іншими людьми). Питання **ієрархії потреб** є одним з важливих моментів у персонології А. Маслоу, автора гуманістичної теорії особистості, який вважав, що всі потреби людини організовані в ієрархічну систему пріоритетів або домінування. **Потреби** відрізняються за такими **характеристиками**: **модальністю**, що визначається предметом потреби (в чому виникає необхідність); **силою** (рівнем потребового напруження); **гостротою** (суб'єктивним сприйманням і суб'єктивною оцінкою міри незадоволення потреби, а отже йдеться про гостроту переживання людиною незадоволеної або не до кінця задоволеної потреби).

Мотив є складним інтегральним психологічним утворенням. **Мотив** — спонукання до діяльності, пов'язане із задоволенням потреб, у яких виявляється активність суб'єкта. **Мотивація** – спонукання, що викликає активність організму і визначає її спрямованість.

Погляди психологів на сутність мотиву не мають єдиної концепції. Особливо значимими можна вважати два підходи до цієї проблеми: мотив є предметом потреби (О. М. Леонтьєв, С. П. Манукян та ін.) або мотив є силою, що спонукає (В. І. Ковальов, Х. Хекхаузен та ін.). В ідеалі мотив дає відповідь на питання: чому, для чого, чому саме так, в чому смисл. Останнім часом в психології все більшого визнання набуває думка, що **мотив** – це складне інтегральне (системне) психологічне утворення, що є підставою до дії. Відповідно до складної інтегральної структури мотиви є поліфункціональними.

Основні функції мотиву: спонукальна, спрямовуюча, стимулююча, управління, смислотворення, відображувальна, пояснююча, захисна.

Класифікація мотивів. Спроби класифікувати мотиви проводились психологами неодноразово і з різних позицій. Так, критерієм для класифікації мотивів можуть бути види потреб людини, види активності людини (мотиви спілкування, мотиви гри, мотиви учіння, мотиви професійної діяльності, мотиви спортивної діяльності та інше), часові характеристики мотивів (напр., короточасні і стійкі мотиви). До основних видів мотивів розглядають наступні: **інтерес** – форма емоційного вияву пізнавальної потреби, що забезпечує скерованість особистості на глибше пізнання дійсності і нових явищ, задоволення якого не зменшує його, а виявляє нові його форми, завдяки яким пізнання явищ досягає вищого рівня розуміння; **переконання** – певні положення, судження, думки, знання про природу та суспільство, істинність яких людина не піддає сумнівам, вважає їх безперечно правильними, керується ними в житті; **прагнення** – жагуче бажання, сильний почуттєвий потяг; **установка** – неусвідомлюваний особистістю стан психологічної готовності до певної діяльності, за допомогою якої може бути задоволена та чи інша потреба; **потяг** – мотиваційний стан, який є недиференційованою, неусвідомленою або недостатньо усвідомленою потребою суб'єкта.

Характеристики мотиву. Традиційно прийнято виділяти: *динамічні характеристики* (сила, як інтенсивність мотиваційного збудження, і стійкість), що називаються інакше *енергетичними характеристиками*; *змістовні*

характеристики (повнота усвідомлення структури мотиву; впевненість у правильності вибору, прийнятого рішення; направленість мотиву – особистісна, індивідуальна або суспільна, колективна; орієнтованість на зовнішні або внутрішні фактори при поясненні своєї поведінки; на задоволення яких потреб – біологічних чи соціальних – вони спрямовані; з якою діяльністю пов'язані – ігровою, учбовою, трудовою тощо.

Мотивація є складовою психічної **регуляції поведінки**, що надає їй енергетичний імпульс та загальну спрямованість. Мотивація – це рушійна сила поведінки, тобто проблема мотивації є проблемою причин поведінки індивіда. Студенти мають знати визначення та сутність основних складових мотиваційної активності особистості (потяги, інтереси, прагнення, переконання, ідеали, світогляд, тощо). Інтереси, прагнення, переконання та інші мотиви поведінки та діяльності особистості визначають загальну спрямованість особистості, а отже, і основні шляхи та напрямки її виховання.

Кожна особистість характеризується системою уявлень про саму себе, на основі якої вона будує свою взаємодію іншими людьми. **Самосвідомість** визначають як усвідомлення індивідом самого себе, своїх якостей особистісних рис, інтересів, своїх можливостей. Самосвідомість дає змогу індивіду пізнати свій внутрішній світ, переживати його і відповідно ставитись до себе. Серед структурних компонентів самосвідомості психологи виділяють такі:

- когнітивний – пов'язаний з пізнанням себе («образ Я»);
- емоційно-ціннісний – це ставлення до себе (самоставлення);
- оцінний – самооцінка своїх якостей рис, можливостей тощо.

Образ самого себе – «образ Я» (або **Я – концепція**) є відносно стійкою, більш-менш усвідомлюваною системою уявлень індивіда про самого себе, що впливає на регуляцію його поведінки та діяльності. Виділяють такі різновиди «образів я»:

- реальне я – уявлення про себе в даний період;
- ідеальне я – уявлення про те, яким індивід став би орієнтуючись на моральні норми;

- динамічне я – уявлення про те, яким індивід має стати;
- фантастичне я – уявлення про те, яким індивід волів би стати, якби це було можливим.

Самоставлення як компонент самосвідомості є особистісно ціннісним судженням, установкою індивіда щодо самого себе, що включає в себе: самоповагу, задоволення собою (аутосимпатія), прийняття чи неприйняття себе, позитивне чи негативне ставлення до себе, почуття власної гідності. Самоставлення показує, якою мірою індивід вважає себе значущим, здібним, гідним чи навпаки. Самоставлення тісно пов'язане з емоційними переживаннями, тому його часто визначають як емоційно-ціннісне ставлення до себе. Встановлено, що позитивне самоставлення, самоповага сприяють збереженню внутрішньої стабільності особистості, її саморегуляції та самореалізації, виконують функцію психологічного захисту.

Формування Я – концепції залежить від соціального оточення. Лише отримуючи від оточення інформацію про себе, дитина усвідомлює власні якості. Міра співпадання Я – концепції із привабливою для людини ідеальною моделлю впливає на одну з базових характеристик особливості – самооцінку.

Самооцінка – оцінка особистістю самої себе, своїх якостей, можливостей, положення серед інших людей та їх ставлення до себе. Вона визначає вимогливість, самокритичність, ставлення до життєвих успіхів та невдач, наявність або відсутність життєвих перспектив. Самооцінка є результатом загальної оцінювальної діяльності, що відбувається через *порівняння* якостей, досягнень з еталонною моделлю, через співставлення власного оцінювання себе із оцінками інших людей. Самооцінка може бути адекватною (співпадати з оцінками оточення) та неадекватною (самооцінка особистості не підтверджується оточенням). Неадекватно завищена самооцінка – це коли оточення оцінює людину нижче, ніж вона сама. Людина переоцінює себе, звинувачує інших у нерозумінні, упередженості. Неадекватно занижена самооцінка – коли людина недооцінює себе, що може призводити до безініціативності, самозвинувачення, недовіри до інших.

Рівень домагань – це рівень труднощів життєвих цілей і задач, які людина ставить перед собою. Він виявляється у прагненні досягти більш високого успіху (підвищення домагань) або у прагненні уникнути невдачі (зниження домагань). Важлива характеристика рівня домагань – їх реалістичність: реалісти впевнені в собі, у своїх можливостях, настійливі у прагненні до мети, послідовні у виборі цілей, відносно незалежні від оцінок оточення. Нереалістичний рівень домагань призводить до невпевненості, уникнення ситуацій змагання, залежності від чужої думки.

У ситуаціях, коли інтенсивність потреби зростає, а умови її задоволення відсутні, поведінка регулюється за допомогою **механізмів психологічного захисту**. Історично першим ученим, який створив досить струнку теорію захисних механізмів "Я", був відомий австрійський лікар і психоаналітик З. Фрейд. В наш час термін "захисний механізм" позначає міцний поведінковий захисний патерн (схему, стереотип, модель), утворений з метою забезпечити захист "Я" від усвідомлення явищ, що породжують тривогу. Основними і загальними для різних видів захисних механізмів рисами, як вважали Фрейд і всі його послідовники, є те, що вони: а) несвідомі, тобто людина не усвідомлює ні причин і мотивів, ні цілей, ні самого факту свого захисного поведінки по відношенню до певного явища чи об'єкту, б) захисні механізми завжди спотворюють, фальсифікують або підміняють реальність. Найбільш поширені **механізми психологічного захисту: сублімація** (підсвідому заміну однієї, забороненої або практично не досяжної мети на іншу, дозволена і більш доступна, здатна хоча б частково задовольнити актуальну потребу), **заперечення** (інформація, яка турбує і може привести до конфлікту, не сприймається), **витіснення** (універсальний спосіб уникнення внутрішнього конфлікту шляхом активного виключення з свідомості неприйняттого мотиву або неприємної інформації), **проекція** (несвідомий перенесення власних почуттів, бажань і потягів, в яких людина не хоче собі зізнатися, розуміючи їх соціальну неприйнятність, на іншу особу), **раціоналізація** (псевдологічне пояснення людиною своїх, бажань, вчинків, насправді викликаних причинами, визнання

яких загрожувало б втратою самоповаги), **ізоляція чи відчуження** (відокремлення всередині свідомості травмуючих людини чинників, блокування неприємних емоцій від доступу до свідомості).

Послідовник З.Фрейда психолог В. Райх розробив концепцію, відповідно до якої характер людини включає постійний, звичний набір, паттерн захистів. Унікальний внесок Райха в психологію полягає в тому, що він проголосив ідею єдності тіла і духу, включив тіло до сфери інтересів психотерапії та створив **концепцію особистісного панцира**. На його думку кожне характерне відношення має відповідну йому фізичну позу, тому характер людини виражається в його тілі у вигляді м'язової ригідності. Хронічні м'язові затиски блокують три основні спонукання: тривожність, гнів і сексуальне збудження. Він дійшов висновку, що фізичний (м'язовий) і психологічний панцир - те саме. Райх стверджував, що людині корисно проаналізувати в деталях свою позу й фізичні звички, підсилити певний затиск у м'язах, щоб краще усвідомити його, відчути його й виявити емоцію, що пов'язана із цією частиною тіла. Лише після того емоція, що не усвідомлюється, знаходить своє вираження, людина може повністю відмовитися від хронічної напруги або затиску.

Завдання репродуктивного рівня (1-3 бали):

1. Проаналізувати теоретичне обґрунтування поняття активності особистості та її джерел.
2. Дайте письмово визначення ключовим термінам та поняттям з розділу «Психологія особистості та її мотивація» (не менше 15).
3. Законспекуйте статтю: Рубинштейн С.Л. «Направленность личности»// Хрестоматія по общей психологии. Учебное пособие для студентов пед.институтов./ Под ред. Проф. А.В.Петровского. – М.: Просвещение, 1977.
4. Законспекуйте уривок із монографії О.М.Леонтьєва «Деятельность. Сознание. Личность» // Хрестоматія по общей психологии. Учебное пособие для студентов пед.институтов./ Под ред. проф. А.В.Петровского. – М.: Просвещение, 1977 – С.159 – 164

Завдання продуктивного рівня (3-6 балів):

1. Підготуйте письмову доповідь за однією з тем (на вибір): «Спрямованість особистості», «Мотиви поведінки та діяльності особистості», «Поняття про потреби особистості та їх класифікація», «Мотивація та ефективність учбової діяльності».
2. Користуючись навчальними посібниками та додатковою літературою, напишіть реферат на тему (на вибір): «Основні положення та погляди сучасних психологів на проблему мотивації», «Мотиваційні регулятори життєвого шляху людини», «Активність особистості та її джерела», «Види учбових мотивів», «Спрямованість особистості», «Особливості мотивації занять танцювальною діяльністю».
3. Створіть схеми структури особистості за різними авторами. Поясніть їх.
4. Створіть інтелект-карти з теми «Особистість як суб'єкт діяльності».
5. У романі У. Голдінга "Володар мух" описано ситуацію, коли внаслідок авіаційної катастрофи врятувалися лише діти. І хоча вони й потрапили на острів, де збереглись усі досягненні цивілізації, проте не змогли освоїти їх і невдовзі деградували до варварства.

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

6. Перегляньте список професійно важливих якостей хореографа. Які з них характеризують його як індивіда, які як особистість? Чи можна стверджувати, що ці якості характеризують індивідуальність? Поясніть відповідь.

Хореографічні дані, художній смак, гострота слуху, працьовитість, почуття відповідальності, належне функціонування опорно-рухового апарату музичний слух, організаторські здібності, координація рухів, педагогічний такт, ініціатива.

7. В професійному профілі хореографа професійні якості вказано в термінах діяльності, і розподілено відповідно до напрямків професійної діяльності. Проаналізуйте про які якості особистості йдеться, складіть їх список. Аргументуйте своє рішення спираючись на свої знання про структуру особистості, взаємозв'язок особистості і діяльності.

«Танок: хореографи повинні прекрасно знати танець і самі вміти танцювати, нехай і не феноменально.

Організаційна робота: Ви можете відкрити власну компанію і відповідати за все, що стосується її роботи, за створення, промоушн та організацію твору (в цих областях організаційні навички також корисні). Ви можете влаштуватися на роботу в якості художнього директора компанії і будете зобов'язані виконувати особливі вимоги, покладені на вас контрактом. Вам доведеться планувати кожен репетиційний такт, щоб вона проходила ідеально, тому що репетиційне місце і час недешево й складно знаходяться.

Спілкування: Важливо вміти створити та підтримати контакти не тільки з танцюристами, але і з техніками (для реплік, сценічних інструкцій, керування освітленням і т.п.), з іншими артистами, які зустрінуться вам по роботі (музиканти, дизайнери сцени і костюмів), і навіть з людиною, яка буде робити флаєри, афіші та квитки для виступу!

Творчість: хореографи шукають натхнення навколо себе. Щоб створювати ідеї, необхідно відчувати весь світ мистецтва скульптуру, фотографію, текст, музику, що завгодно. Хореографічна робота, що демонструє добре розвинуті теми та ідеї, цікава і захоплююча. Незважаючи на те, що оригінальність в ній життєво важлива для успіху, важливо вміти аналізувати твори інших хореографів і використовувати їх досвід, збагачений вашою особистісною інтерпретацією. Хореограф працює з танцюристами, щоб додати їх рухам завершеність, яка предстала перед глядачами у вигляді танцювального твору. Деякі хореографи використовують свої навички для переробки вже існуючих танців, інші за допомогою техніки на зразок контактної імпровізації створюють абсолютно нові роботи».

8. Наведіть приклади з власного професійного досвіду (3-4), які підтверджують формулу У. Джеймса: Самоповага = успіх/рівень домагань.

Завдання творчого рівня (6-15 балів):

1. Ознайомитись з параграфом «Танец как ресурсное (потокное) состояние» //

Козлов В.В Интегративная танцевально-двигательная терапия / В. В. Козлов,

А. Е. Гиршон., Н. И. Веремеенко. – СПб.: Речь, 2006. – 286 с. – С. 102 – 109.

Скласти таблицю «Характеристика основних ресурсних станів та їх вплив на розвиток особистості»

Назва ресурсного стану	Психологічна характеристика ресурсного стану	Особливості свідомості особистості, що знаходиться в ресурсному стані
------------------------	--	---

2. Проаналізуйте особливості професійної діяльності балетмейстера. (Кривохижа А. М. Гармонія танцю: методичний посібника з курсу мистецтва балетмейстера для хореографічних відділень педагогічних університетів [Електронний ресурс] / А.М.Кривохижа. – Кіровоград: РВЦ КДПУ ім. В. Винниченка. – 2003 . С. 9-11. – Режим доступу: <http://svitanok.com.ua/krivohija/page/5/>). Які особливості особистості є бажаними для успішного виконання такої діяльності загалом та окремих її напрямків. Чи можна зробити висновок про те, що особливості особистості залежать від особливостей діяльності, яку вона виконує?
3. Складіть графічну схему структури особистості за К.К.Платоновим. Доповніть її зміст, використовуючи додаткову літературу: 1) Платонов К. К. Структура и развитие личности . – М.:Наука, 1986; 2) Рибалка В. Теорія динамічної функціональної психологічної структури особистості за К.Платоновим // Психолог. – 2003. – №12; 3) Максименко С. Структура особистості // Практична психологія та соціальна робота. – 2007. - №1. – С.1-14.
4. Складіть психологічну характеристику творчої особистості (на прикладі 3-4 видатних діячів хореографічного мистецтва).
5. Спираючись на сучасні уявлення науковців про структуру самосвідомості особистості, напишіть твір на тему «Мої уявлення про себе як майбутнього хореографа».

Завдання для підготовки до тестового контролю.

1. На сучасному етапі розвитку психології її прийнято визначати як науку про:

А) душу, Б) психіку, В) поведінку, Г) свідомість.

2. В історії розвитку психології прийнято виділяти

А – 4 етапи; Б – 3 етапи; В – 5 етапів; Г – 7 етапів.

3. Першим науковим методом дослідження в психології вважають

А – експеримент; Б – тестування; В – спостереження; Г – інтроспекцію.

4. Автором теорії психічного відображення є:

А – Л.С.Виготський; Б – І.М.Сеченов; В – О.М. Леонтьєв; Г – Г.С. Костюк.

5. Третій етап розвитку психології характеризується тим, що в якості предмету виступала (1 – 4?), а в якості основного методу дослідження (А – Г?).

1 – душа; 2 – поведінка; 3 – свідомість; 4 – психіка.

А – експеримент; Б – тестування; В – спостереження; Г – бесіда.

6. Яке з наведених наукових положень сформульоване на:

1) матеріалістичній філософській основі;

2) ідеалістичній філософській основі;

3) дуалістичній філософській основі?

Положення:

А - психічні явища цілком обумовлені властивостями душі, як особливої "субстанції", або властивостями "феноменального поля" надприродного походження;

Б - психічні явища цілком обумовлені властивостями нервової системи та об'єктів матеріального середовища;

В - прості поведінкові акти цілком обумовлені нервовими рефлекторними процесами, але складні дії регулюються душею, яка впливає на ці процеси.

7. Відносно стійкий рівень психічної діяльності, що визначився в даний час, який виявляється в підвищеній чи зниженій активності особистості називається

А – психічний процес; Б – психічний стан; В – психічна властивість.

8. До якого класу психічних явищ відносять спрямованість особистості?

А – психічний процес; Б – психічний стан; В – психічна властивість.

9. Основна функція психіки:

А – відображення навколишнього світу; Б – регуляція поведінки і діяльності живої істоти; В – забезпечення виживання живої істоти; Г – всі відповіді вірні.

10. Якому з основних принципів психологічної науки відповідає постулат про те, що психіка виступає як внутрішній, ідеальний план діяльності?

А – принципу детермінізму;

Б - принципу відображення;

В – принципу єдності психіки і діяльності;

Г - принципу розвитку психіки

Д – системно-структурному принципу.

11. Відповідно до якого з основних принципів психологічної науки психічні вища варто розглядати як особливу систему і разом з тим елемент іншої, більш широкої природної і суспільної системи?

А – принципу детермінізму;

Б - принципу відображення;

В – принципу єдності психіки і діяльності;

Г - принципу розвитку психіки

Д – системно-структурному принципу.

12. Встановіть відповідність між парами галузей психології та ознаками схожості галузей, які порівнюються в парі, за предметом дослідження.

Пари галузей, що порівнюються

1. Вікова психологія та олігофренопсихологія.

2. Загальна психологія та патопсихологія.

3. Зоопсихологія та загальна психологія.

4. Медична та педагогічна психологія.

5. Інженерна та космічна психологія.

Ознаки схожості

А - обидві галузі вивчають психічну регуляцію діяльності із технічними знаряддями;

Б - обидві галузі вивчають психічну регуляцію складних видів професійної діяльності в умовах взаємодії;

В - обидві галузі вивчають коло питань, пов'язаних із несвідомою регуляцією пристосувальної поведінки;

Г - обидві галузі виявляють деякі універсальні закономірності психіки людини;

Д - обидві галузі вивчають психіку в процесі її розвитку.

13. Яка з наведених класифікацій методів вірна:

А - самоспостереження; об'єктивні методи; природний експеримент.

Б - суб'єктивні методи; об'єктивні методи; аналіз результатів діяльності; анкетування;

В - суб'єктивні методи, об'єктивні методи; природний експеримент, лабораторний експеримент.

14. Який із наведених способів спостереження передбачає участь дослідника в діяльності, яку виконують досліджувані?

А - опосередковане спостереження;

Б - безпосереднє;

В - польове(природне)

Г - включене спостереження;

Д - не включене.

15. В якій послідовності доцільно проводити дослідження, виходячи з чотирьох груп методів?

А - організаційний;

Б - обробка даних експерименту;

В - емпіричні;

Г - інтерпретація даних експерименту.

16. Які з перерахованих нижче методів дозволяють визначати рівень розвитку досліджуваного явища?

А - аналіз продуктів діяльності;

Б - біографічний метод;

В - анкети;

Г- тести.

17. Цілеспрямоване сприймання об'єктів, в пізнанні яких зацікавлена особистість, що здійснюється планомірно, називається

А – експеримент;

Б – контент-аналіз;

В – спостереження;

Г – факторний аналіз.

18. Поняття «само спостереження» є синонімом терміна

А – інтроверсія;

Б – інтродекція;

В – інтроспекція;

Г – інтроскопія.

19. Довготривале й систематичне спостереження, вивчення одних і тих самих людей, що дозволяє аналізувати психічний розвиток на різних етапах життєвого шляху, називають дослідженням

А – пілотажним;

Б – лонгітюдним;

В – порівняльним;

Г – комплексним.

20. Які з наведених методів можна віднести до методів активного впливу на особистість?

А – автобіографічний;

Б – психологічної консультації;

В – психологічної корекції;

Г – психологічної терапії та реабілітації;

Д – трудовий метод;

Е – аналізу продуктів діяльності.

21. Який дослідницький метод не відносять до опитувальних?

А – анкетування;

Б – тестування;

В – інтерв'ю ;

Г – соціометрія.

22. Біологічна форма відображення - це:

а) поведінка; б) інстинкт; в) подразливість; г) активність.

23. За О.М.Леонт'євим, критерієм появи зачатків психіки у живих організмів є:

а) здатність до пошукової поведінки;

б) наявність чутливості;

в) здатність до гнучкого пристосування до середовища;

г) уміння програвати дії у внутрішньому плані.

24. Розвиток психіки тварин пов'язаний з:

а) формуванням нервової системи;

б) ускладненням форм поведінки;

в) ускладненням форм психічного відображення;

г) усі відповіді вірні

25. Встановіть відповідність:

Форми поведінки:

1.Інстинкт. 2. Навичка. 3.Інтелект

Характеристики:

а) Складна система стереотипної форми поведінки,

притаманна даному виду і генетично обумовлена;

б) Дія, сформована шляхом повторення;

в) Здатність встановлювати зв'язок між елементами ситуації, переносити засвоєний досвід у нову ситуацію.

26. Встановіть відповідність:

Стадії розвитку психіки (за О.М.Леонт'євим)

1 .Стадія елементарної сенсорної психіки;

2. Стадія перцептивної психіки

Особливості психічного відображення:

- а) відображення у формі образів;
- б) подразливість;
- в) відчуття;
- г) елементарні форми мислення.

27. Молоді бобри вирости окремо від своїх батьків і перейняти від них нічого не могли. Коли бобри вирости, їм поклали в клітку будівельний матеріал. Вони негайно збудували греблі за всіма правилами, хоча ніколи не бачили не тільки греблі, а й річки, (за Г.З. Рогінським). До якої форми поведінки слід віднести наведений факт?

- а) інстинкт;
- б) імпринтинг;
- в) навичка;
- г) інтелектуальна поведінка.

28 У традиційному науковому розумінні психічний розвиток - це:

- а) рух людини вперед;
- б) кількісно-якісні зміни в структурах психіки,
- в) нові можливості для самореалізації

29. Основним фактором психічного розвитку дитини є:

- а) вроджені спадкові задатки;
- б) засвоєння грамоти;
- в) єдність і взаємодія навчання, виховання і дозрівання дитини;
- г) забезпечення харчування і гігієнічних умов життя.

30. Співвіднесіть наведені нижче положення із позиціями авторів щодо розуміння джерел активності особистості:

Положення:

1. Основним джерелом активності людини є потяг до насолоди, що став підсвідомим і визначає всілякі види творчої, діяльності людини.
2. Головним джерелом активності особистості є система свідомих мотивів, що сформувалися під впливом соціальних стосунків та умов виховання.

3. Основним джерелом активності особи є культурно-соціальні впливи, що спричиняють її характерні реакції.

а) Соціогенетична теорія;

б) біогенетична теорія;

в) діалектико-матеріалістична теорія.

31. Співвіднесіть поняття закономірностей психічного розвитку із визначеннями:

Закономірність: 1. Детермінованість. 2. Циклічність. 3. Сенситивність.

Визначення:

А. Складна організація психічного розвитку у часі, що визначає темп, зміст розвитку;

Б. Причинна (каузальна) залежність певних мін у психіці від сукупності обставин, що випереджають у часі дані утворення і викликають їх.

В. Підвищена чутливість до певних впливів, що створює сприятливі умови для формування у людини певних психічних властивостей і видів поведінки.

32 Індивідуальний розвиток організму від запліднення до кінця індивідуального життя називається _____ .

33. Активність людини, регульовану свідомою метою і спрямовану на задоволення її потреб, називають _____.

34. Навички - це _____ компоненти свідомої дії, які виробляються шляхом _____ .

35. Автоматизовану дію, виконання якої набуває характеру потреби називають _____.

36. Діяльність - це:

А - свідома внутрішня активність людини, спрямована на задоволення потреб;

Б - зовнішня активність людини, регульована свідомою метою;

В – зовнішня та внутрішня активність людини, регульована свідомою метою і спрямована на задоволення її потреб;

Г - сукупність дій людини.

37. Серед понять активність, праця, трудова дія, діяльність логічно найбільш широким поняттям є:

- А - активність;
- Б - праця;
- В - трудова дія;
- Г - діяльність.

38. За О.М. Леонтьєвим елементом структури діяльності є:

- А - поведінка;
- Б - жест, міміка;
- В - дія;
- Г - активність.

39. Процес об'єктивації накопиченого особистістю досвіду називається:

- А - екстеріоризацією;
- Б - інтеріоризацією;
- В - трудовою діяльністю;
- Г - інтерференцією.

40. Співвіднесіть між собою подані нижче поняття:

- | | |
|-------------|---|
| 1. Гра | А - діяльність спрямована на засвоєння способів виконання дій та системи понять |
| 2. Навчання | Б - Діяльність, що спрямована на одержання результату, що задовольняє матеріальні і духовні потреби людей |
| 3. Праця | В - діяльність, що задовольняється самим процесом виконання |

41. Співвіднесіть між собою подані нижче поняття:

- | | |
|-------------|---|
| 1. Цілі | А - процес, спрямований на реалізацію цілей діяльності; |
| 2. Мотиви | Б - спосіб виконання дії в певних умовах; |
| 3. Дії | В - образ бажаного майбутнього, результату діяльності; |
| 4. Операції | Г - спонукальні причини, що зумовлюють |

цілеспрямовану діяльність людини.

42. Співвіднесіть між собою подані нижче поняття:

1. Інтеріоризація А - полегшення у засвоєнні нових навичок внаслідок позитивної взаємодії їх з уже сформованими навичками;
2. Екстеріоризація Б - процес перетворення структури предметної діяльності у внутрішні структури психіки людини (розпредмечування);
3. Інтерференція В - процес породження зовнішніх дій на основі перетворення внутрішніх структур (опредмечування);
4. Індукція
(трансфер) Г - гальмівна взаємодія навичок, при якій вже сформовані навички ускладнюють утворення нових.

43. Співставте етапи формування навички зі змінами у способах виконання дій та способах контролю за їх виконанням:

1. Аналітичний
(підготовчий) А - дія виконується швидко, гнучко, вправно, контроль на основі сенсорних та інтелектуальних синтезів (інтуїції);
2. Синтетичний
(стандартизуючий) Б - відбувається оволодіння окремими елементами дії, здійснюється сенсорний контроль за їх виконанням;
3. Власне
автоматизація
(варіюючий) В - окремі елементи дії об'єднуються в єдине ціле, зростає швидкість виконання дії, зменшується кількість помилок, сенсорний контроль замінюється м'язовим.

44. В якому із варіантів перераховані лише властивості особистості?

- А - Сумлінність, сенсорна чутливість, чесність, абсолютний слух, емоційність.
- Б - Комунікабельність, принциповість, лінощі, працьовитість, впертість.
- В - Старанність, рухливість, добра координація обох рук, ввічливість, порядність.

45. Психічні властивості особистості - це:

- А - вроджені властивості, які мають ситуаційний характер;
- Б - відносно постійні, стійкі властивості, які дотримуються в процесі індивідуального життя й діяльності в умовах соціального середовища;

В - другорядні риси, які виявляють стійке вибіркоче ставлення до навколишнього.

46. Серед понять "індивід¹", "особистість", "суб'єкт діяльності", "індивідуальність" - найбільш широким за змістом є поняття:

А - індивіда; Б - особистості; В - суб'єкта діяльності; Г - індивідуальності..

47. Співвіднесіть поняття і визначення:

1) Особистість.

2) Індивід

3) Індивідуальність

А - одинична природна істота, що є продуктом філогенетичного та онтогенетичного розвитку.

Б - унікальне поєднання своєрідних психологічних особливостей людини, що відрізняють її від інших.

В - системна соціальна якість, що набувається людиною в процесі засвоєння соціальних норм поведінки.

48. Співвіднесіть поняття на їх визначення:

1) Переконавання

2) Установка

3) Інтерес

а) мотив, що сприяє орієнтуванню в певній сфері, ознайомленню з новими фактами більш повному і глибокому відображенню дійсності;

б) система мотивів, що спонукають до вчинків згідно із власними поглядами, принципами, світоглядом;

в) неусвідомлюваний особистістю стан готовності, схильність до діяльності, за допомогою якої може бути задоволена та чи інша потре

49. Сукупність стійких мотивів, орієнтуючих діяльність особистості і відносно

незалежних від наявних ситуацій, називається _____ особистості.

50. Образ "Я" включає в себе три компоненти: когнітивний, емоційно-оціночний і _____.

Змістовий модуль 2. Пізнавальні та емоційно-вольові процеси.

Тема 1. Увага як умова здійснення фізичної та пізнавальної діяльності.

Мета: розглянути особливості уваги як умови ефективної діяльності особистості, засвоїти поняття про увагу, її види, властивості, фізіологічні механізми, вікові та індивідуальні особливості. Визначити шляхи вивчення та тренування уваги.

Питання для підготовки:

1. Поняття про увагу.
2. Фізіологічні основи уваги.
3. Характеристика видів уваги.
4. Властивості уваги: концентрація, стійкість, об'єм, переключення, розподіл.
5. Неуважність та її причини.
6. Вікові особливості уваги.
7. Способи керування увагою.

ЛІТЕРАТУРА

I. Основна:

1. Варій М. Й. Загальна психологія : підр. [для студ. вищ. навч. закл.] / М. Й. Варій - [3-тє вид.]. – Київ : Центр учбової літератури, 2009. – 1007 с. С. 699-711.
2. Загальна психологія : підручник для студентів ВНЗ / [О. В. Скрипченко, Л. В. Долинська та ін.]. – Київ : Просвіта, 2005. – 464 с. – С. 232-255.
3. Маклаков А. Г. Общая психология / А. Г. Маклаков – Санкт Петербург : Питер, 2002. – 592 с. – С. 364-372.
4. Петровский А. В. Психология: Учебник для студентов высш. пед. учеб. заведений. / А. В. Петровский, М. Г. Ярошевский. – [3-е изд.] – Москва: Академия, 2002. – 512 с. – С. 227-232.
5. Психология : Учебн.для гуманит. Вузов / Под ред. В.Н.Дружинина. – Санкт-Петербург: Питер, 2006 . – 656 с. – С. 155-156.
6. Психология / за ред. Ю.Л.Трофімова. – Київ: Либідь, 1999. – 558 с. – С. 246-

270.

7. Столяренко Л. Д. Основи психології / Л. Д. Столяренко. – [5-е изд., перераб. и доп.] – Ростов-на-Дону: Феникс, 2002.- 672 с. – С. 150-157.
8. Шамне А. В. Основи самостійного вивчення курсу загальної психології : навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів / А. В. Шамне; Міністерство освіти і науки України; Криворізький державний педагогічний університет. – Кривий Ріг: Видавничий дім, 2010. – 240 с. – С. 108-117.
9. Хрестоматія по виманню / под ред. А. Н. леонтєва, А. А. Пузыря, 1976 – С. 229-259.

II. Додаткова:

1. Вікова та педагогічна психологія: Навч. посіб. / [О.В. Скрипченко, Л.В. Долинська, та ін.]. – [2-ге вид.] - К.: Каравела, 2008. - 400 с.
2. Гоноболин Ф. Н. Внимание и его восприятие / Ф. Н. Гоноболин. – Москва: Просвещение, 1972. – С. 70-119.
3. Лурия А. В. Внимание и пам'ять / А. В. Лурия. – Москва: МГУ, 1975. – С. 5-39.
4. Люблінська Г.О. Дитяча психологія / Г.О. Люблінська. – Київ: Вища школа, 1974. – 355 с. – С. 153- 165.
5. Рогова С.А Развитие внимания у детей на занятиях хореографией. Методическая разработка [Электронный ресурс] / С.А. Рогова. – Москва, 2014. – Режим доступа:
<http://nsportal.ru/shkola/raznoe/library/2015/01/21/metodicheskaya-razrabotka-razvitie-vnimaniya-u-detey-na-zanyatiyakh>

Методичні рекомендації до вивчення теми.

В кожний момент діяльності людини на неї діють безліч подразників, але вона не здатна відобразити одночасно все, що її оточує. Предмети і явища мають різну міру усвідомлення. Забезпечується така вибірковість саме увагою. **Увага** – форма психічної діяльності людини, яка полягає у спрямованості і зосередженості її свідомості на певних об'єктах з метою їх більш чіткого і точного відображення. Увага постійно включена в діяльність людини, в ній вона існує, нею вона і

підтримується. Увага є головною умовою здійснення пізнавального процесу, тобто умовою якісного відчуття, сприймання, запам'ятовування і обмірковування, якісного виконання будь-яких фізичних і розумових дій.

Слід чітко усвідомити специфіку уваги, яка у системі психічного займає особливе положення. Вона входить в усі інші психічні процеси, виступає як їх необхідний момент і відділити її від них, вивчати в «чистому» вигляді неможливо. Серед психологів немає єдиної думки щодо існування уваги як самостійного психічного процесу. **Багатозначність феномена уваги** полягає в тому, що вона може бути розглянута і як психічний **процес**, і як **властивість**, і як **стан**.

Важливим для розуміння студентами психологічної природи уваги є науковий погляд на неї як на детерміноване явище. Вона породжується об'єктивними причинами, що діють через суб'єктивні умови, наявні в самому організмі. Природу уваги розкрито в різних теоріях та концепціях (моторній теорії уваги Т. Рібо і М.М.Ланге, теорії установки Н. Д.Узнадзе, теоретичній концепції П. Я. Гальперіна, у вченні про осередок оптимального збудження І. М. Сеченова, І. П. Павлова, в теорії домінанти О. О.Ухтомського, в концепціях Д.Бродбента, і Г.Джаспера). Особливе значення для майбутніх хореографів має ознайомлення з сутністю моторної теорії уваги. Дана теорія надає надзвичайно великого значення зовнішнім виявам уваги, розглядаючи рухи як основу її виникнення. Рух, як зазначали засновники цієї теорії, фізіологічно підтримує та посилює акт уваги, налаштовуючи органи чуття на зосередження або відвернення уваги. Довільно регулюючи рухи, пов'язані з чимось значущим, можна відповідно активізувати й спрямовувати увагу. Якщо, підкреслювали прихильники цієї теорії, усунути рухи, то від уваги нічого не залишиться, тобто неможливою стане сама увага.

Для глибокого розуміння причин виникнення різних видів уваги та її закономірностей необхідно також ознайомлення з іншими фізіологічними механізмами, які лежать в основі цього психічного явища. Фізіологічні механізми уваги пояснюють через розуміння взаємодії основних нервових процесів – гальмування і збудження, що протікають в корі головного мозку.

Виділення об'єкту із багатьох інших фізіологічно означає, що збуджуються одні нервові центри і гальмуються інші.

Об'єкти, значимі для людини, викликають у її мозку **осередок оптимального збудження**, який за сформульованим **І.П.Павловим законом взаємної індукції** гальмує суміжні ділянки мозкової кори і всі сигнали, що потрапляють на такі загальмовані ділянки, не сприймаються. Мимовільна увага ґрунтується на безумовному орієнтувальному – дослідницькому рефлексі, який **І.П.Павлов** назвав **рефлексом «що таке?»**. Цей рефлекс виникає у відповідь на дію незнайомих або несподіваних подразників. Пояснюючи особливості стану активності людини в процесі уваги, вчений описав **орієнтувальний комплекс**, який включає зовнішні рухи (поворот очей, голови в бік подразника), зміну чуттєвості певних аналізаторів, зміну характеру обміну речовин, зміну дихання, серцево-судинних, шкірно -гальванічних реакції, зміни електричної активності мозку.

Надто узагальнену ідею Павлова розвинув відомий російський фізіолог **О.О. Ухтомський**. Він розробив, так званий, **принцип домінанти**. Вчений довів, що збудження розподіляється у нервовій системі нерівномірно. Кожна діяльність (і інстинктивна, і умовно-рефлекторна) може викликати у нервовій системі **осередки оптимального збудження**, які відрізняються від **рухового осередку оптимального збудження** підвищеною збудливістю і стійкістю. Ці осередки Ухтомський називав домінантами.

Роль певного стимулятора роботи великих півкуль головного мозку при виявленні уваги відіграє підкірка і зокрема так звана ретикулярна формація, розміщена у стовбурі мозку. **Ретикулярна формація** – відносно автономна нервова тканина, що знаходиться в стовбурі мозку та підкоркових ділянках. Ретикулярна формація – фільтр, який відсіває малозначущі сигнали. Волокна **вихідної ретикулярної формації**. Проводять імпульси, які спрямовані від стовбура до кори, складаючи основу біологічно зумовлених форм активації (П. К. Анохін): обмін речовин, елементарні потяги організму. Волокна **низхідної ретикулярної формації** посинаються майже в усіх ділянках кори (особливо в

лобній скроневій ділянках мозку) та йдуть до стовбура головного мозку і до рухових ядер спинного мозку. Низхідна ретикулярна формація забезпечує вибірково активізуючий вплив на ті види діяльності, які формуються за участю кори головного мозку. Це основа механізмів вищих форм уваги.

Канадський нейрофізіолог **Г. Джаспер** стверджує, що в гіпокампі існують специфічні нейрони (**нейрони новизни, або «клітини уваги»**). Ці клітини реагують на будь-які зміни подразників різних сенсорних систем і навіть на ритм їх дії. Функція цих клітин полягає в модифікації активності кори та регулюють її готовність до дії.

Англійський фізіолог **Г. Уолтер** показав, що стан активного чекання викликає в лобних долях мозку особливі повільні електричні коливання – **«хвилі чекання»**.

Вивчаючи тему «Увага», потрібно, передусім, виділити і з'ясувати 2 вузлові питання, що мають велике практичне значення: 1) **види уваги**; 2) **властивості уваги**.

і. *За регуляцією* розрізняють *мимовільну, довільну та післядовільну увагу*.

Мимовільна увага – виникає спонтанно, без зусиль свідомості, під впливом найрізноманітніших подразників, які впливають на той чи інший аналізатор організму.

Довільна увага – це свідомо спрямоване зосередження особистості на предметах і явищах навколишньої дійсності, на внутрішній психічній діяльності. Довільна увага своїм головним компонентом має волю.

Головним збуджувачем довільної уваги є усвідомлені потреби та обов'язки, інтереси людини, мета та засоби діяльності.

Післядовільна увага – виникає в результаті свідомого зосередження на предметах та явищах у процесі довільної уваги, долаючи труднощі під час довільного зосередження, людина звикає до них, сама діяльність зумовлює появу певного інтересу, а часом і захоплює її виконавця, і увага набуває рис мимовільного зосередження.

За спрямованістю увага буває *зовнішня і внутрішня*.

Зовнішня увага (*сенсорна, рухова*) – відіграє провідну роль у спостереженні предметів і явищ навколишньої дійсності та їх відображенні нашою свідомістю.

Внутрішня увага (*інтелектуальна увага*) – спрямовується на аналіз діяльності психічних процесів (сприймання, пам'яті, уваги, мислення), психічних органів і переживань.

Залежно від кількості суб'єктів, що одночасно спрямовують увагу на один об'єкт виділяють **колективну, групову та індивідуальну увагу**.

Увага виявляється в сенсорних, мнемічних, мислительних і рухових процесах, тому в залежності від об'єкту зосередження виділяють **сенсорну (перцептивну), інтелектуальну і моторну увагу**.

ii. Усім видам уваги притаманні такі **властивості**:

Стійкість – тривале спрямування уваги на певний об'єкт. Ця властивість є однією з умов завершення будь – якої справи, і навпаки, часте відволікання уваги заважає доведенню розпочатої роботи до кінця. Тому треба виділити і усвідомити фактори, які впливають на стійкість уваги. Це насамперед розуміння людиною важливості її роботи, вміння знаходити у своїй діяльності нові шляхи розв'язання задач; це такі якості особистості, як працьовитість, допитливість, сформоване і розвинуте почуття обов'язку. **Розсіяність** – властивість, протилежна стійкості, вона полягає в неспроможності людини тривало спрямовувати свою увагу на певний об'єкт.

Концентрація – міра зосередженості уваги на виділеному об'єкті. При організації навчальної роботи потрібно враховувати :

1. Концентрацію уваги знижує монотонність роботи, яка протягом великого проміжку часу позбавляє людину того додаткового збудження, яке виникає кожний раз при переходах від однієї форми діяльності до іншої і яке живить і підсилює увагу;
2. Концентрацію уваги підвищують слабкі сторонні подразники, які не зменшують дієвість основного подразника, і тоді увага стає особливо

інтенсивною, отже займатись напруженою розумовою працею у повній тиші є недоцільним.

Обсяг – кількість компонентів певної діяльності, одночасно охоплених увагою: кількість літер, числових знаків, геометричних фігур тощо. Визначається обсяг за допомогою приладу, назва якого - тахістоскоп. Діяльність педагога належить до тих видів діяльності, які вимагають великого обсягу уваги: жоден учень – його поведінка, ставлення до роботи, якість виконання ним навчального завдання не може залишатись поза увагою вчителя.

Розподіл – це здатність людини одночасно виконувати декілька видів діяльності. Ця властивість уваги є необхідною в навчальній роботі: вчитель мусить бути одночасно уважним до своєї розповіді – її змісту, точності висловлювань, емоційного забарвлення, – і до учнів – їхньої поведінки, уважності, рівня працездатності тощо. Але ефективно розподілити увагу можна лише при невисокому рівні концентрації уваги на одній діяльності і достатньому оволодінні людиною певними операціями, коли деякі з них автоматизовані. Неможливо розподілити увагу між такими видами діяльності, які потребують участі одних і тих же аналізаторів.

Переключення – свідоме перенесення уваги з об'єкта на об'єкт. Переключення уваги забезпечує ефективність роботи при переходах від попереднього її етапу до наступного, при змінах форм активності людини. Такого свідомого перенесення уваги учнів вимагає, наприклад, перехід від опитування до пояснення нового матеріалу, від ознайомлення з правилом – до письмових вправ з його використанням, від одного уроку – до іншого. Швидкість і якість переключення уваги залежить від типу вищої нервової діяльності та деяких інших якостей особливості. Має значення зокрема і те, наскільки значимішою або цікавішою буде наступна робота порівняно з попередньою. Усвідомлення значимості роботи, а тим більше інтерес до неї набагато полегшують переключення уваги.

Проявом, протилежним увазі, є **неуважність**. Вона розуміється як **нездатність уваги сконцентруватися на об'єкті**. Феноменологія неуважності

представлена різними явищами. Наявні дані дозволяють диференціювати стан неуважності, виділяючи такі її види, як:

- дійсна неуважність, називана також отупінням або сонливістю. Її ознаки: перевага замість ясних сприйнятів і вистав неясних і неясних, зменшення інтелектуальної напруги, фіксація погляду в порожнечу. Спеціальними техніками релаксації й медитації здійснюється контрольоване занурення в такий стан;
- уявна неуважність, причина якої - глибока внутрішня концентрація на об'єкті, у силу чого її називають також «липкою увагою»;
- учнівська неуважність, в основі якої лежить надмірна переключаємость, рухливість уваги, що дало їй назва «порхающее внимание»;
- стареча неуважність, що виникає у зв'язку з поганий переключаємостью в комбінації з недостатньо активною концентрацією уваги.

Феноменологія неуважності не вичерпується названими видами неуважності й може бути представлена:

- спрямованою неуважністю, тобто свідомим ігноруванням певних об'єктів (думок, спогадів, відчуттів, іншої людини й т.п.);
- звичною неуважністю - ігноруванням повторюваних, звичних подій (наприклад, цокання годин, тиску одягу й т.п.).

В ході онтогенезу увага проходить певний шлях від орієнтувальної реакції у немовлят до мимовільної уваги у дошкільному віці і довільної у школярів і дорослих. В онтогенезі увага спочатку пов'язана з зовнішніми діями, а потім, коли стає довільною, з внутрішніми діями. Отже на кожному віковому етапі увага має специфічні особливості, які необхідно враховувати при залученні дітей, підлітків і дорослих до танцювальної діяльності.

Психолог П. Я. Гальперін. висунув гіпотезу, згідно якої увага формується шляхом поетапної інтеріоризації дій контролю за виконанням інших дій. Контролююча дія виступає спочатку у зовнішній, а потім у мовній і далі у внутрішній розумові формі. Так увага виконує регулятивну функцію.

Таким чином, обізнаність майбутніх хореографів про психологічну сутність уваги, розуміння її механізмів, знання закономірностей, розпізнавання зовнішніх

проявів є необхідною умовою становлення їхнього професійного мислення, і дозволить, з одного боку, здійснювати розвиток уваги за рахунок вдосконалення рухової активності учасників хореографічного колективу, а з іншої, через керування увагою покращити рівень танцювальної діяльності. В процесі керування увагою важливо усвідомлювати, що організація будь-якого виду уваги буде залежати від властивостей суб'єкту і об'єкту уваги., врахування і забезпечення яких може підвищити рівень уваги.

Щоб керувати увагою необхідно уміння розрізняти явища уваги й неувважності – про те як в житті виявляється увага.. У сучасній психології **феномени** уваги розділяють на суб'єктивні й об'єктивні явища, що супроводжують акт уваги. **Об'єктивні прояви уваги** виявляються на різних рівнях діяльності людини: - на психофізіологічному рівні - це біоструми головного мозку, стан серцево-судинної системи, особливості подиху, особливості мікроруху ока й т.ін.; на м'язовому, руховому рівні - це макрорух тіла й кінцівок, установочні рухи органів почуття (наприклад, установка ока на об'єкті уваги й т.п.); характерні поведінкові комплекси (поза уваги, поза неувважності), що включають специфічну міміку, жести, повороти й нахили голови і т.ін. **Суб'єктивні прояви**, що супроводжують акт уваги, представлені: формальними характеристиками когнітивної сфери (ясність - невиразність, чіткість - розпливчастість, жвавість - нерухомість); характеристиками змістів афективної сфери (інтерес - відсутність інтересу, подив - байдужність і т.п.); характеристиками змістів вольової сфери (напруженість зусиль - відсутність напруженості, активність - пасивність і т.п.).**Суб'єктивний стан уваги** характеризується тим, наскільки об'єкти усвідомлюються ясно, чітко, яскраво й жваво.

Завдання репродуктивного рівня (1-3 бали):

1. Користуючись підручниками та першоджерелами, дайте короткі письмові відповіді на запитання для підготовки (за вибором).

2. Складіть словник основних понять з теми: увага, спрямованість, зосередженість, стійкість, тривалість, концентрація, інтенсивність, коливання (флуктуація), розподіл, перемикання, обсяг, широта, активність, уважність.
3. Ознайомтесь зі статтями Л.С. Виготського, Н.Ф. Добриніна, Л.С.Рубінштейна, користуючись посібником: Хрестоматія по вниманию / под ред. А. Н. Леонтьева, А. А. Пузырея. – М.: МГУ, 1976. Напишіть доповідь на тему «Основні закономірності розвитку уваги».
4. З даних понять побудувати логічний ряд так, щоб кожне попереднє поняття було родовим (більш загальним) стосовно наступних. Чому поняття, що залишилися невключеними, не підходять у ці ряди.

А розподіл уваги, відображення, мимовільна увага, психіка, поняття, нервовий процес, увага, аналіз, психічні явища.

Б порушення уваги, думка, психічний процес, мозок, довільна увага, відображення, концентрація уваги.

Завдання продуктивного рівня (3-6 балів):

1. Прочитайте текст. Визначте яку теорію уваги в ньому переставлено, хто є автором цієї теорії. Заповніть прогалини в тесті. Яке значення має ця теорія для розуміння механізмів розвитку уваги в танцювальній діяльності?

«Стан зосередженості уваги супроводжується рухами всіх частин тіла: обличчя, тулуба, кінцівок, які разом з власними органічними реакціями виступають необхідна умова підтримки уваги на необхідному рівні.

Основну роль руху в акті уваги _____ визначив так: рух фізіологічно підтримує і підсилює певний стан свідомості. Для органів чуття – зору і слуху – увага означає зосередженість і затримку рухів, пов'язаних з їх настроюванням і керуванням. Сила, яку прикладаємо ми при зосередженні і затриманні уваги на чому – не будь, завжди має під собою фізичну основу. Їй відповідає чуття напруження м'язів, а відволікання уваги, що наступає в подальшому, пов'язане, як правило, з перевтомленням м'язів у відповідних моторних частинах приймаючих систем.

Ця теорія надає надзвичайно важливого значення зовнішнім виявам уваги, розглядаючи роль рухів не стільки як побічний вияв, скільки як умову виникнення уваги. Рух, зазначають прибічники цієї теорії, фізіологічно підтримує і посилює акт уваги, налаштовуючи органи чуття на зосередження або відвернення свідомості. Руховий ефект уваги та вміння ним керувати розкриває механізми довільної уваги. Довільно регулюючи рухи, пов'язані з чимось значущим, можна відповідно активізувати й спрямувати увагу. Якщо, підкреслювали прихильники цієї теорії, усунути рухи, то від уваги нічого не залишиться, тобто неможливою стане сама увага».

2. Розв'яжіть проблемні питання. Відповідь обґрунтуйте письмово.

А) Проаналізуйте хореографічну постановку як об'єкт мимовільної уваги. Які властивості даного об'єкту сприятимуть тривалому зосередженню мимовільної уваги глядачів?

Б) Які властивості глядача як суб'єкта мимовільної уваги сприятимуть її зосередженню під час перегляду концерту, які навпаки будуть знижувати його уважність?

3. Розв'яжіть проблемне питання. Відповідь обґрунтуйте письмово.

Чи можливий розподіл уваги між такими різновидами діяльності: танцювання, слухання музики, слухання вказівок хореографа та періодичні відповіді на запитання?

4. Розгляньте ситуацію і дайте відповідь на запитання. Відповідь обґрунтуйте письмово.

Під час занять педагог помітив, що один учень неуважний. Хоча він дивився на педагога, але з виразу обличчя було видно, що він думає про щось своє. Коли педагог спробував «впіймати» учня на неуважності і попросив його повторити щойно сказане, то той відповів майже дослівно.

Чи був цей учень неуважним на уроці? Які прояви уважності (неуважності) ви знаєте? Про що педагогу слід було запитати учня у цьому випадку?

5. Складіть таблицю: «Порівняльний аналіз психологічних характеристик мимовільної, довільної та післядовільної уваги».

6. Користуючись навчальними посібниками та додатковою літературою напишіть невелику доповідь, обравши одну з тем: «Поняття уваги: відмінності у підходах зарубіжних та визначеннях психологів», «Вікові та індивідуальні особливості уваги», «Значення уваги в життєдіяльності людини», «Уважність як властивість особистості» .

7. Розкрийте психологічну сутність наступних методичних рекомендацій:

«Під час роботи над розвитком психомоторних здібностей рекомендують ті чи інші вправи виконувати із заплющеними очима. Це дає можливість дитині зосередитись на м'язовому чутті, уяві, підключити інтуїцію».

Про які види уваги йдеться? Дайте психологічну характеристику визначеним видам уваги.

8. Про яку властивість уваги йдеться в наступному тексті? Наведіть подібні приклади, що ілюструють інші властивості уваги.

«Під час танцю необхідно одночасно утримувати увагу на тілесних імпульсах, почуттях та образах, на діях та реакціях партнерів, увазі глядачів. Просторі сцени в цілому, розвитку перформанса в часі... і при цьому діяти».

9. Про які закономірності нервової регуляції йдеться у тексті? За рахунок якої властивості уваги стало можливим «розвантажити» свідомість дітей?

«Виходячи із психічних закономірностей процесів збудження й гальмування, психологи й педагоги відзначають, що механізми уваги учня початкових класів ще не сформовані і йому важко бути зосередженим тривалий час. Танц-хвилинки виступають тут «розвантажувальним» для уваги дитини, фактором. З метою рішення психофізичних і соціальних проблем вихованців, цей важливий фізичний компонент життєдіяльності дітей варто розробляти на науковій основі, виходячи із сензитивних періодів їхнього розвитку».

Завдання творчого рівня (6-15 балів):

1. Складіть методичні рекомендації керівнику хореографічного колективу щодо врахування вікових та індивідуальних властивостей уваги учасників колективу (концентрація, стійкість, об'єм, переключення, розподіл) під час занять.

2. Напишіть реферат на тему «Розвиток уваги в танцювальній діяльності», «Розвиток уваги в онтогенезі» (на вибір).

Тема 2. Відчуття і сприймання як процеси чуттєвого пізнання.

Мета: засвоїти поняття про відчуття і сприймання, ознайомитись з їх класифікаціями, усвідомити процес виникнення, загальні властивості, закономірності, розуміти роль чуттєвого пізнання в різних видах діяльності.

Питання для підготовки:

1. Поняття про відчуття та сприйняття.
2. Класифікація відчуттів і сприймань.
3. Закономірності відчуттів.
4. Основні властивості відчуттів (якість, інтенсивність, тривалість, локалізованість) і сприймань (предметність, цілісність, структурність, вибірковість, константність, аперцепція, фігура і фон).
5. Сприйняття як перцептивна дія.

ЛІТЕРАТУРА

I. Основна:

1. Варій М. Й. Загальна психологія : підр. [для студ. вищ. навч. закл.] / М. Й. Варій - [3-тє вид.]. – Київ : Центр учбової літератури, 2009. – 1007 с. – С. 265-308.
2. Загальна психологія : підручник для студентів ВНЗ / [О. В. Скрипченко, Л. В. Долинська та ін.]. – Київ : Просвіта, 2005. – 464 с. – С.110-151.
3. Маклаков А. Г. Общая психология / А. Г. Маклаков – Санкт Петербург : Питер, 2002. – 592 с. – С. 163-234.
4. М'ясоїд П. А. Загальна психологія: Навч. посіб. – 3-тє вид., випр./ П. А. М'ясоїд. – Київ : Вища школа, 2004. – 487 с. – С. 243-259.
5. Петровский А. В. Психология: Учебник для студентов высш. пед. учеб. заведений. / А. В. Петровский, М. Г. Ярошевский. – [3-е изд.] – Москва: Академия, 2002. – 512 с. – С. 385-400.
6. Психология : Учебн.для гуманит. Вузов / Под ред. В.Н.Дружинина. – Санкт-

- Петербург: Питер, 2006 . – 656 с. – С. 166-175.
7. Психологія / за ред. Ю.Л.Трофімова. – Київ: Либідь, 1999. – 558 с. – С. 185-216.
 8. Столяренко Л. Д. Основи психології / Л. Д. Столяренко. – [5-е изд., перераб. и доп.] – Ростов-на-Дону: Феникс, 2002.- 672 с. – С. 132-150.
 9. Хрестоматія по ощущению и восприятию / под ред. Ю. Б. Гиппенрейтер, М. Б. Михайлевской. – Москва: Издательство Московского университета, 1975. – С. 47-216, 273-292.
 10. Шамне А. В. Основи самостійного вивчення курсу загальної психології : навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів / А. В. Шамне; Міністерство освіти і науки України; Криворізький державний педагогічний університет. – Кривий Ріг: Видавничий дім, 2010. – 240 с. – С. 118-137.

II. Додаткова:

1. Ананьев Б. Г. Избранные психологические труды / под ред. А.А. Бодалева, Б.Ф. Ломова. – Москва, 1980. – Т. 1. – С. 180-185.
2. Браун С. Нейрофизиология танца [Электронный ресурс] / С. Браун, Л. Парсонс // В мире науки. – 2008. - № 10. – С. 26 – 31. – Режим доступа : <http://spkurdyumov.narod.ru/tantsi.pdf>
3. Величковский Б.М. Современная когнитивная психология / Б. М. Величковский. – Москва: МГУ, 1982. С. 118-131.
4. Восприятие и действие / [Запорожец А. В., Венгер Л. А., Зинченко В. П., Рузская А. Г.] / под ред. А. В. Запорожца. - М.: Просвещение, 1967. – 324 с.
5. Гамезо М. В. Атлас по психологии /М. В. Гамезо, И. А. Домашенко. – Москва : Просвещение, 1986. – 247 с.
6. Годфруа Ж. Что такое психология? В 2-х т. – Москва : Мир, 1992.
7. Зайфферт Д. Педагогика и психология танца. Заметки хореографа: Учебное пособие / Пер. с нем. В. Штакенберга. – Санкт-Петербург. : Издательство «Лань»; Издательство «ПЛАНЕТА МУЗЫКИ», 2012. – 128 с. – С. 58-61.
8. Марченко І. Яка сенсорна система у вас є провідною / І. Марченко // Психолог. – 2004. – № 45. – С. 30-35.

9. Роговик Л. С. Психологія танцю. Навчальний посібник / Л. С. Роговик. – Київ: Главник, 2007. - 304 с. (Серія “Психол.інструментарій”).
10. Солсо Р. Когнитивная психология / Р. Л. Солсо. – Москва: Либерия, 2002. – 600 с.
11. Элькин Д. Г. Восприятие времени / Д. Г. Элькин. – Москва: Изд-во АПН РСФСР, 1962. – 312 с.

Методичні рекомендації до вивчення теми.

Відчуття, сприймання — процеси чуттєвого пізнання. Відчуття є відображенням у мозку людини окремих властивостей, якостей предметів та явищ об'єктивної дійсності внаслідок їх безпосереднього впливу на органи чуття. Вони є первинною формою відображення об'єктивної дійсності в мозку людини. Низькоорганізовані тварини відображають тільки окремі, такі, що мають безпосереднє значення для їхньої життєдіяльності, якості предметів і явищ. Новонароджена дитина в перші тижні життя теж реагує лише на окремі якості предметів. Це свідчить про те, що відчуття є вихідною формою розвитку пізнавальної діяльності.

Сприйняття – це психічний пізнавальний процес цілісного відображення предметів і явищ об'єктивного світу в сукупності їх властивостей при їх безпосередньому впливі на органи чуття.

Ці два процеси мають спільні риси: -по-перше, вони обидва є чуттєвою формою відображення об'єктивної дійсності; -по-друге, вони обидва виникають при безпосередньому контакті подразників з органами чуття.

В той же час сприйняття якісно відрізняється від відчуттів. На відміну від відчуттів сприйняття являють собою складний синтез ознак, які ми отримуємо через відчуття, причому саме синтез, а не суму цих ознак. Сприйняття спирається на спільну роботу аналізаторів. Воно потребує виділення з комплексу впливів подразників (колір, форма, вага, смак, тощо) основних провідних ознак і подальшого їх об'єднання в єдиний перцепт і співставлення цих виділених ознак з попередньою інформацією про об'єкт. Якщо в процесі співставлення попередні знання про об'єкт співпадають з новою інформацією, то відбувається впізнання

об'єкта і його подальша категоризація, тобто віднесення його до певного класу об'єктів. Якщо ж ні, то пошук потрібної інформації триває до тих пір, доки цей предмет не буде віднесено до певної категорії предметів.

Відчуття і сприйняття досить тісно пов'язані між собою і утворюють складну єдність процесів пізнання світу, будучи в реальному акті відображення злитими не відділеними.

Ще давні греки розрізняли **п'ять органів чуття** і відповідні їм відчуття: **зорові, слухові, нюхові, смакові, тактильні**. Сучасна наука значно розширила уявлення про види відчуттів людини. В наш час налічується близько **двох десятків** різноманітних аналізаторних систем. Кожен *аналізатор* складається з *трьох частин*: *периферійної*, яку становить орган чуття (*рецептор*), що сприймає подразнення і перетворює фізичну енергію подразника у нервовий імпульс; *провідникової* – відповідного доцентрового нерва; *центральної* – відповідні ділянки великих півкуль, де представлений даний аналізатор, що сприймає лише адекватне йому подразнення: слуховий – звуки, дотиковий – дотики, нюховий – запахи, розкладаючи тим самим на елементи безмежну кількість впливів, які діють на організм

Крім того відчуття класифікують наступним чином: 1) за **наявністю або відсутністю безпосереднього контакту рецептора з подразником**, який викликає відчуття, виділяють **дискантні** (зір, слух, нюх), що забезпечують орієнтування в навколишньому середовищі, і контактні (смакові, больові, тактильні відчуття); 2) за **розташуванням рецепторів** прийнято поділяти відчуття на три групи: а) **екстероцептивні** (від лат. — зовнішній) — відображають якості предметів і явищ навколишнього світу, і рецептори їх знаходяться зовні тіла, до них належать: зорові, слухові, нюхові, смакові, тактильні, та ін.; б) **інтероцептивні** (від лат. — усередині) — їх рецептори розташовані на внутрішніх органах і відображають їх стан, до них відносять органічні відчуття; в) **пропріоцептивні** (від лат. — власний) — рецептори їх розміщені в рухових апаратах нашого організму, вони дають нам інформацію про рух і положення нашого тіла в просторі. Це кінестезичні та статичні відчуття. У межах кожної з цих груп відчуття поділяються на види **залежно від**

аналізаторів і адекватних (відповідних) їм подразників. Адекватними називають ті подразники, до відображення яких даний орган пристосований і які за звичайних умов збуджують його (наприклад, світло -- для ока, звукові коливання — для вуха). **Неадекватними** (невідповідними) називають такі подразники, до відображення яких орган не пристосований і які зазвичай не збуджують його (наприклад, світло — для вуха, механічна дія — для ока тощо).

Сприймання розрізняють *за сенсорними особливостями* як і відчуття (зорові, слухові, нюхові, дотикові, смакові, кінестетичні, больові та ін.), *відношенням до психічного життя* (інтелектуальні, емоційні, естетичні), *за предметом відображення* (сприймання простору, руху, часу).

Виникнення і протікання відчуттів підпорядковане ряду *закономірностей*, вивчаючи які доцільно зупинитись у першу чергу на розгляді *порогів чутливості*. **Нижнім порогом абсолютної чутливості** називається подразнення *мінімальної* сили, яке, діючи на органи чуттів, *здатне спричинити відчуття*. Цей поріг характеризує гостроту чутливості аналізатора: чим він нижчий, тим аналізатор. **Верхнім порогом абсолютної чутливості** є *найбільша* сила подразника, при якій ще виникає відчуття даного виду. Продовження збільшення сили подразника ніж порогова частіше викликає біль і стає небезпечним для аналізатора людини. Отже, нижній і верхній абсолютні пороги визначають діапазон чутливості аналізаторів до дії подразників.

Відносний поріг, або *поріг розрізнення*, – це *мінімальна різниця у силі* двох подразників, яка викликає ледве помітну *різницю в інтенсивності відчуттів*. Співвідношення між силою подразника і інтенсивністю відчуття вивчали німецькі вчені – фізіолог **Вебер** і фізик **Фехнер**, які встановили, що в той час, як сила подразника зростає в геометричній прогресії, інтенсивність відчуття збільшується в арифметичній прогресії. Це положення має ще й інше формулювання: *інтенсивність відчуття пропорціональна логарифму сили подразника*. Цю залежність прийнято називати *основним психофізичним законом відчуттів*. У математичній формі закон Фехнера виражається так:

$$E = k \lg R + c$$

де E — інтенсивність відчуття, R — сила подразника, k та c — константи.

Розуміння положень про пороги чутливості аналізаторів допоможе легко розібратись у інших закономірностях відчуттів: *адапції, сенсibiliзації, компенсації, синестезії, післядії в аналізаторі, послідовних образах і контрастах.*

Адапція – це зміна чутливості аналізатора відповідно до сили подразника. Наприклад, ми перестаємо відчувати дотик ручного годинника – таким малим стало відчуття; перебуваючи деякий час у темряві, починаємо розрізняти навколишні предмети – зір значно посилюється, загострюється.

Підвищення чутливості аналізатора при його взаємодії з іншими аналізаторами або при систематичному тренуванні називається **сенсibiliзацією**. Так, слабкий звуковий подразник підвищує чутливість зорового аналізатора до кольору. Але можливе й послаблення чутливості аналізатора під впливом неадекватного подразнення (сильні й тривалі подразники). Наприклад, засліплююче світло знижує слухову чутливість.

Взаємодія аналізаторів виявляється і в явищі **компенсації** – підвищенні чутливості одних аналізаторів при втраті чутливості іншими. Відомо, якого надзвичайного розвитку набувають слухові і тактильні відчуття у сліпих, як сильно розвивається відчуття вібрації у глухих: дехто з людей, що втратили слух, можуть слухати музику поклавши руку на інструмент, спираючись на нього ліктем тощо.

Синестезія – поява відчуттів, не характерних для тих аналізаторів, які подразнюються. Найчастіше це будуть зорові образи при подразненні слухового аналізатора, але можливі синтезії у різних видах відчуттів: не дарма ми вживаємо вислови типу «гострий смак», «солодкі звуки» і т.п.

Ознайомлення з закономірностями відчуттів буде неповним, якщо не розглянути дуже цікаве явище, що носить назву **післядії в аналізаторі**: збуджений аналізатор не припиняє своєї роботи одразу після зникнення подразнення, і відчуття ще деякий час триває, хоч подразник вже не діє на аналізатор. Післядію у зоровому аналізаторі називають **послідовним образом**.

Контраст відчуттів — це зміна інтенсивності і якості відчуттів під впливом попереднього або супутнього подразника. За одночасної дії двох подразників виникає **одночасний контраст**. Одна й та сама фігура на чорному тлі здається світлішою, на білому - темнішою. Зелений предмет на червоному тлі сприймається більш насиченим. Після холодного слабкий теплий подразник здається гарячим. Відчуття кислого підвищує чутливість до солодкого. Це **послідовний контраст**.

Основні властивості відчуттів.

Якість — це та властивість відчуття, яка відрізняє його від інших. Якісно відрізняються відчуття одного виду від іншого, а також різні відчуття в межах одного й того самого виду (різні кольорові тони і відтінки, звуки різної висоти, різні запахи, смаки тощо). Якість кожного відчуття визначається властивістю того об'єкта, який його викликає. Кожний аналізатор відображає великий діапазон якостей.

Інтенсивність відчуттів — це їх кількісна характеристика. Відчуття однієї й тієї самої якості завжди бувають сильнішими чи слабшими. Інтенсивність визначається силою подразника.

Тривалість - являє собою його часову характеристику. Тривалість відчуття залежить від тривалості дії подразника.

Відчуттям притаманна **локалізованість**. Це означає, що будь-який образ відчуття має елементи просторового розташування подразника. Колір, світло, звук співвідносяться з джерелом. Тактильні, больові, температурні відчуття - з тією частиною тіла, яка викликає дане відчуття. При цьому локалізація больових відчуттів буває більш розмитою і менш точною.

Основні властивості сприймань.

Цілісність – структурна єдність частини сприйнятого, коли навіть за окремою рисою вимальовується об'єкт у всій повноті і багатогранності; за пелюсткою – квітка, за контурами – постать, за запахом – речовина;

Предметність – віднесення образу сприйнятого предмета до самого предмета, в результаті відбувається об'єктивізація – образ начебто зливається з

самим об'єктом: ми бачимо не відображення будинка, зошита, книги у нашому мозку, а сам будинок, зошит, книгу;

Осмишеність – розуміння суті сприйнятого об'єкта, його призначення, належності до певної групи, класу, категорії об'єктів: розглядаючи місто, ми жилі будинки сприймаємо як споруди для мешкання людей, школи як учбові заклади, сквери як місця для відпочинку і т. д.;

Константність – відносна постійність образу сприйнятого об'єкта. Незважаючи на зміни умов сприймання – відстані, освітленості у просторі, далекі об'єкти дають на сітківці ока малий відбиток, але сприймаються не як малі, а як віддалені.

Структурність полягає в тому, що сприймаючи об'єкт, ми фактично сприймаємо абстраговану узагальнену структуру, головне, значуще, що формує потрібний нам образ. Гештальтпсихологи встановили залежність структурності від того, що в образі предмета є центральною частиною – **фігурою**, а що периферійною – **тлом**. В зв'язку з цим перцептивний образ однієї і тієї ж структури може змінюватися в залежності від того, що є фігурою, а що тлом.

Залежність сприйняття від попереднього досвіду та індивідуальності суб'єкта прийняття називають **апперцепцією**. Поняття апперцепція виражає той факт, що різні люди можуть по-різному сприймати одні і ті ж предмети або навпаки, різні предмети сприймати однаково. Наприклад, слово корінь представники різних професій сприймають по-різному: математик як радикал, ботанік як корінь рослини, а стоматолог як корінь зуба. Це пояснюється тим, що сприйняття предмета – це не просте копіювання, а побудова образу, яка здійснюється під впливом наявного досвіду. Апперцепція може стати причиною виникнення ілюзій. **Ілюзії** – це помилкове відображення предметів, властиве всім людям. Вони пояснюються або особливостями будови самих предметів, або особливостями взаємодії елементів перцептивного образу, або нервовими процесами, що відбуваються в периферійній та центральній частинах аналізатора.

Сприйняття може розглядатися як самостійна **перцептивна діяльність**, що має власну мету і мотиви. **Метою** цієї діяльності є **побудова адекватного образу**

сприйнятого об'єкту, а *мотивується* вона *потребою* індивіда чи особистості у розв'язанні життєвих завдань, виконанні різних видів діяльності, що спираються на сприйняття. Важливим *компонентом* в структурі перцептивної діяльності є **система перцептивних дій**. Перцептивні дії спрямовані на обстеження об'єкта і створення його образу. Вони пов'язані з різноманітними рухами: ока, що простежує контур предмета, руки, яка обмацує предмет, гортані, яка відтворює звук. Без рухів образ взагалі не виникає, що доведено в дослідженнях А. Л. Ярбуса. Щоб бачити щось, необхідні рухи очей, що переміщують зображення на сітківці. Без активного обмацування неможливо відобразити форму предмета. На те, що при сприйнятті об'єктів рухові реакції очей при розгляданні і рук при обмацуванні абсолютно рівнозначні за змістом вказував і І. М. Сеченов

Отже, створення образу предмета забезпечується включенням у сприйняття моторних процесів. Ці рухи поділяються на два класи: *мікро і макрорухи*. Функцією мікро рухів є пошук, знаходження і виділення найбільш інформативних точок об'єкта. Макрорухи об'єднують окремі виділені ознаки шляхом висування і перевірки гіпотез. За участю цих рухів відбувається послідовне перетворення отриманої інформації про окремі ознаки предмета в його цілісний образ. Розгорнуті у часі і просторі перцептивні дії називають *суцесивними*, тобто такими, що набувають характеру послідовних змін, а миттєві, згорнуті – *симультанними*. За своїми функціями виділяють два **види** перцептивних дій: підготовчі і виконавчі. *Підготовчі* забезпечують пошук об'єкта, установку та коригування позиції аналізатора. *Виконавчі* здійснюють вимірювання просторових характеристик об'єкта і побудову перцептивного образу. Дії знаходження, розрізнення, ідентифікації, розпізнавання називають *гностичними*. Завдяки системі гностичних перцептивних дій предмет із свого об'єктивного стану під час сприйняття переходить через відтворення його істотних характеристик у стан самого суб'єкта.

Виділяють чотири **рівня** перцептивних дій: *знаходження, розрізнення, ідентифікацію і розпізнавання*. Перші два рівня забезпечують

виокремлення предмета серед інших, вимірювання його властивостей і порівняння створеного образу з еталонним. Ідентифікація – це співставлення двох образів (еталонного і перцептивного) і включення його в систему значень індивіда. Розпізнавання – це усвідомлення предмета сприйняття шляхом його позначення. Воно не зводиться лише до ідентифікації, а включає і категоризацію і актуалізацію еталона з пам'яті.

Цілеспрямоване сприйняття називається **спостереженням**. Спостерігаючи, людина фактично розв'язує задачу на сприйняття – *шукає, обстежує, аналізує, зіставляє, відтворює*, тобто **активно діє**. Спостереження залежить від поставленої задачі, попередньої підготовки, минулого досвіду, наочності навчання. Будучи в структурі діяльності, перцептивні дії забезпечують адекватне її виконання, тому цим діям слід спеціально вчити.

Завдання репродуктивного рівня (1-3 бали):

1. Користуючись підручниками та першоджерелами, дайте короткі письмові відповіді на запитання для підготовки (за вибором).
2. Складіть словник основних понять з теми: відчуття, аналізатор, рецептор, верхній абсолютний, поріг чутливості, нижній абсолютний поріг чутливості, адаптація, закон Вебера-Фехнера, сенсibiliзація, синестезія, контраст, індукція, сприймання, сприйняття, перцепція, аперцепція, спостереження, предметність, цілісність, структурність, контактність, осмисленість, категоріальність, вибірковість, динамічний стереотип, установка, ілюзії, галюцинації.

Завдання продуктивного рівня (3-6 балів):

1. Складіть порівняльну таблицю «Спільне та відмінне у сприйняттях та відчуттях»
2. Користуючись навчальними посібниками та додатковою літературою напишіть невелику доповідь, обравши одну з тем: «Роль відчуттів та сприймань у життєдіяльності людини», «Психофізіологічні механізми формування відчуттів», «Зміна чутливості аналізаторів та її причини»,

«Зв'язок сприймання та моторики людини», «Сприймання простору, часу та руху», «Активний характер сприймання», «Розвиток сприймання в хореографічній діяльності», «Особливості професійної спостережливості педагога».

3. Користуючись навчальними посібниками напишіть невеликий реферат за темою: «Зв'язок відчуттів із властивостями зовнішнього та внутрішнього середовища організму», «Формування сенсорної культури особистості».
4. Законспекуйте статтю: Марченко І. Яка сенсорна система у вас є провідною / І. Марченко // Психолог. – 2004. – № 45. – С. 30-35. Виконайте запропоновані завдання. Зробіть висновки.
5. Ознайомтесь з розділом «Хореограф/педагог и его задачи наблюдения» в книзі: Зайфферт Д. Педагогика и психология танца. Заметки хореографа: Учебное пособие / Пер. с нем. В. Штакенберга. – Санкт-Петербург. : Издательство «Лань»; Издательство «ПЛАНЕТА МУЗЫКИ», 2012. – 128 с. – С. 58-61. Поясніть різницю між поняттями спостереження і спостережливості. З якими психічними функціями пов'язує автор процес спостереження. Навіщо хореографу розвивати навички спостереження?
6. Дослідники (Хабарова С. В., Кириленко Т. С., 1999-2007 р.р.) констатують, що серед виконавців бальних танців найбільше візуалів і кінестетиків (відповідно по 25 %), аудиалів – 13-15 % і тих, у кого змішаний профіль (аудиовізуали й кінестовізуали – 35-38 %). Розкрийте психологічну сутність явищ, про які йдеться. Прокоментуйте зазначені емпіричні данні в контексті діяльнісного підходу: в чому причини такого розподілу?
7. Хореографи-практики стверджують, що найважливішими відчуттями для виконавців бальних танців є наступні: метроритмічні, легкості-ваги, напруги-розслаблення м'язів, ваги тіла, швидкості руху, відчуття простору (геометрія), скоординованості всіх частин тіла, вестибулярні відчуття, зорові відчуття рухів інших людей, зорові відчуття своїх рухів (дивлячись на свої руки-ноги й у дзеркало). До яких видів відчуттів можна віднести кожне з названих

відчуттів. Чи всі зазначені явища є відчуттями? Якщо ні, то до якого класу психічних явищ їх можна віднести? Обґрунтуйте відповідь.

Завдання творчого рівня (6-15 балів):

1. Напишіть дослідницьку роботу на тему : «Ілюзії та їх врахування в сценічному мистецтві».
2. Використовуючи можливості комп'ютерних технологій зберіть колекцію цікавих відео і аудіо ефектів, які ілюструють прояв закономірностей відчуття і сприймання.
3. Прочитайте статтю: Браун С. Нейрофізіологія танца [Електронний ресурс] / С. Браун, Л. Парсонс // В мире науки. – 2008. - № 10. – С. 26 – 31. – Режим доступа : <http://spkurdyumov.narod.ru/tantsi.pdf>
Складіть тези, проілюструйте їх схемами основних аналізаторів і відповідних ефекторів про які йдеться в статті.

Тема 3. Пам'ять, мислення та уява як процеси логічного пізнання.

Мета: засвоїти поняття про пам'ять, мислення, уяву, їх види, процеси, фізіологічні механізми, особливості функціонування і розвитку в танцювальній діяльності.

Питання для підготовки:

1. Поняття про пам'ять, мислення та уяву як ступінь раціонального пізнання.
2. Природа пам'яті, мислення та уяви, їх класифікації.
3. Характеристика видів пам'яті, мислення та уяви.
4. Процеси пам'яті.
5. Аналітико-синтетичний характер мислення та уяви.
6. Психологічні особливості мислення хореографа.
7. Формування культури хореографічного мислення.
8. Розвиток пам'яті, мислення та уяви в танцювальній діяльності.

ЛІТЕРАТУРА

I. Основна:

1. Варій М. Й. Загальна психологія : підр. [для студ. вищ. навч. закл.] / М. Й. Варій - [3-тє вид.]. – Київ : Центр учбової літератури, 2009. – 1007 с. С. 309-414.
2. Загальна психологія : підручник для студентів ВНЗ / [О. В. Скрипченко, Л. В. Долинська та ін.]. – Київ : Просвіта, 2005. – 464 с. – С.152-231.
3. Маклаков А. Г. Общая психология / А. Г. Маклаков – Санкт Петербург : Питер, 2002. – 592 с. – С. 247-298.
4. М'ясоїд П. А. Загальна психологія: Навч. посіб. – 3-тє вид., випр./ П. А. М'ясоїд. – Київ : Вища школа, 2004. – 487 с. – С. 278-340.
5. Петровский А. В. Психология: Учебник для студентов высш. пед. учеб. заведений. / А. В. Петровский, М. Г. Ярошевский. – [3-е изд.] – Москва: Академия, 2002. – 512 с. – С. 401-456.
6. Психологія / за ред. Ю.Л.Трофімова. – Київ: Либідь, 1999. – 558 с. – С. 217-245, 270-336.
7. Столяренко Л. Д. Основы психологии / Л. Д. Столяренко. – [5-е изд., перераб. и доп.] – Ростов-на-Дону: Феникс, 2002.- 672 с. – С. 157-219.
8. Шамне А. В. Основы самостоятельного изучения курса общей психологии : навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів / А. В. Шамне; Міністерство освіти і науки України; Криворізький державний педагогічний університет. – Кривий Ріг: Видавничий дім, 2010. – 240 с. – С. 138-171.
9. Лурия А.Р. Маленькая книжка о большой памяти (Ум мнемониста) / А.Р. Лурия. – Москва: Издательство Московского университета, 1977. – 88 с.

II. Додаткова:

1. Аветисян В. И. Музыкально-ритмическое движение как средство развития танцевальных умений младших школьников: Автореф. дис. ... к. пед. наук / В. И. Аветисян. – Ереван, 2007 – 21 с.
2. Гамезо М. В. Атлас по психологии /М. В. Гамезо, И. А. Домашенко. – Москва : Просвещение, 1986. – 247 с.
3. Годфруа Ж. Что такое психология? В 2-х т. – Москва : Мир, 1992.

4. Иващенко Ф. И. Задачи по общей, возрастной и педагогической психологии: Учеб. пособие для студентов пед. ин-тов. – 2-е изд., доп. / Ф. И. Иващенко – Минск: Выш. Шк., 1985. – 96 с.
5. Игумнова, М.А. Роль хореографии в творческом развитии детей [электронный ресурс] / М.А. Игумнова. - Режим доступа: #"justify">
6. Кукарин, А.В. Профессиональное мастерство как творческое отношение педагога-хореографа к своей деятельности в учреждениях дополнительного образования детей // Вестник МГУКИ. - 2009. - №1.-С.180-182.
7. Мельникова, Е.П. Хореографический коллектив как средство развития творческой самореализации личности / Е.П. Мельникова // Вестник МГУКИ. - 2011. - №5. - С.158-162.
8. М'ясоїд П. А. Задачі з курсу загальної психології: Навч. посіб. / П. А. М'ясоїд – Київ : Вища школа, 2000. – 183 с.
9. Роговик Л.С. Психомоторика дитини / Л. С. Роговик – Київ : Главник, 2005. – 112 с.
10. Роговик Л. С. Психологія танцю. Навчальний посібник / Л. С. Роговик. – Київ: Главник, 2007. - 304 с. (Серія “Психол.інструментарій”).
11. Розин В.Т. Что такое память? / В. Т. Розин // Мир психологии. – 2001. - №1. – С.78-89.
12. Роменець В. А. Психологія творчості / В. А. Роменець. – Київ: Либідь, 2001.- 247 с.
13. Фриз П.І. Хореографічна культура як чинник творчого розвитку особистості дитини: Автореф. дис.. ... канд. мистецтвознавства : 17.00.01 / Львівська національна музична академія ім.. М.В. Лисенка / П.І. Фриз. – Львів, 2007. – 18 с.

Методичні рекомендації до вивчення теми.

Людське пізнання поділяється на два рівні - чуттєвий і раціональний. До першого рівня відноситься пізнання за допомогою органів чуття. У результаті чуттєвого пізнання в людини складається образ, картина навколишнього світу -

світ у його безпосередній даності і різноманітті. У психології чуттєве пізнання суб'єкта представлене, в першу чергу, у процесах сприйняття і відчуттях. У раціональному пізнанні психологія виділяє процеси пам'яті, мислення, уяви. Крім цього, психологія досліджує реальні зв'язки, які існують між окремими пізнавальними процесами, вивчає пізнавальну діяльність як ціле.

Пам'ять – це психічний процес відображення досвіду людини шляхом засвоєння, збереження та подальшого відтворення обставин її життя та діяльності.

Одиницями роботи пам'яті є **уявлення** — образи раніше сприйнятих предметів, явищ, думок чи фантазій людини. Саме через уявлення пам'ять має тісний зв'язок з іншими пізнавальними процесами (відчуттями, сприйманням, мисленням та уявою).

Давні греки вважали Богиню пам'яті Мнемозину матір'ю дев'яти муз, які були покровительками всіх відомим на той час наукам і мистецтвам. В психологічній літературі, коли мова йде про пам'ять, використовуються вирази: «мнемічна спрямованість», «мнемічні дії», «мнемічна діяльність».

Мислення – це процес опосередкованого й узагальненого відображення людиною предметів та явищ об'єктивної дійсності в їх істотних зв'язках і відношеннях.

До **опосередкованого** пізнання людина вдається тоді, коли безпосереднє пізнання виявляється неможливим через недосконалість людських аналізаторів або недоцільність, що зумовлюється складністю процесу пізнання. Опосередкованість мислення виявляється і в тому, що всі його акти відбуваються за допомогою слова і попереднього досвіду, який зберігається в пам'яті людини. Ще однією особливістю мислення є **узагальнений характер** відображення дійсності. За допомогою мислення людина пізнає **істотні ознаки**, що виявляються спільними для споріднених предметів. Мислення – найбільш складний пізнавальний процес, сутність якого полягає у виконанні людиною системи психічних актів розкриття невідомого. Завдяки цим розумовим актам людина спроможна усувати невизначеність в тій чи іншій ситуації, встановлювати

причинно-наслідкові зв'язки між різними явищами, розуміти закономірне у навколишньому світі, розв'язувати будь-які задачі при виконанні будь-якої діяльності. За допомогою мислення людина здатна пізнавати зв'язки та відношення між об'єктами, їх суттєві властивості, відображувати реальність узагальнено, долаючи межі відчуттів та сприймання, тобто межі конкретного.

Уява – це психічний процес створення людиною нових образів на основі її попереднього досвіду.

Життя потребує від людини створення образів і таких об'єктів, яких вона ще ніколи не сприймала, уявлення подій, свідком яких вона не була, передбачення наслідків своїх вчинків, програмування своєї діяльності тощо. Образи уяви можуть бути різними: уявлення того, що існує в дійсності, але чого людина ніколи не сприймала раніше; уявлення історичного минулого; уявлення того, що буде в майбутньому; явлення того, чого ніколи не було в дійсності.

«Витвори уяви – це небачені у світі сполучення бачених вражень» (І.М. Сеченов). Якими б дивовижними не здавалися продукти людської уяви, підґрунтям для їх побудови завжди є попередній досвід людини, ті враження, що зберігаються в її свідомості. Чим більше знань, чим багатшим є досвід людини, тим різноманітнішими є її враження, тим більше можливостей для комбінування образів.

Спроби пояснити механізми роботи пам'яті, мислення, уяви було зроблено філософами, біохіміками, фізіологами і представниками різних напрямів психологічної науки. Для розуміння природи пам'яті студентам необхідно ознайомитись з основними положеннями **біохімічної, фізіологічної і, безумовно, психологічними** теоріями пам'яті. До останніх відносять **асоціативну, гештальтпсихологічну, біхевіористичну, когнітивну і діяльнісну** теорії. Важливо звернути увагу, що в рамках зазначених теорій було розкрито основні закономірності функціонування пам'яті, розуміння яких є основою для керування та розвитку мнемічної діяльності.

Для розуміння природи мислення важливо звернути увагу на його суспільний характер. Суспільноісторична зумовленість мислення виявляється в

тому, що в кожному акті пізнання дійсності людина спирається на досвід, нагромаджений попередніми генераціями, оперує тими засобами пізнання, які були створені людьми. До таких засобів насамперед належать мова як знаряддя вираження, узагальнення та збереження результатів пізнавальної діяльності людей, а також наука і суспільна практика.

Отже, хоча мислення кожної людини розвивається й формується у процесі її власної активної пізнавальної діяльності, його зміст і характер завжди зумовлені загальним рівнем пізнання, якого досягло суспільство на певному етапі свого розвитку. Це дає підстави розглядати мислення як продукт суспільно-історичного розвитку. Суспільна природа мислення виявляється також у потребах суспільства, характері тих пізнавальних завдань, на розв'язання яких воно спрямоване. Об'єктом розумової діяльності завжди є найактуальніші проблеми, породжені сучасністю.

Як і всі інші психічні процеси, уява – функція кори великих півкуль головного мозку. Між тим, діяльність уяви тісно пов'язана з емоціями, невіддільними від творення нового образу. Це дає підстави припустити, що механізми процесу уяви розташовані не лише в корі великих півкуль головного мозку, а й у підкоркових центрах. Фізіологічним підґрунтям уяви є утворення нових сполучень тих нервових зв'язків, які виникали раніше у процесі відображення людиною об'єктивної реальності. Для виникнення нового образу потрібно, щоб раніше утворені системи зв'язків, структура яких була детермінована характером об'єктів, що сприймалися, розпалися й утворили нові сполучення відповідно до нових потреб, що актуалізувалися в діяльності людини. Багатство образів фантазії залежить від оригінальності того, як у новому її продукті поєднуються риси відомих об'єктів, наскільки новими, нестандартними є ці поєднання. Цей процес набуває різної складності залежно від мети, змісту та попереднього досвіду людини. Уява – це специфічно людський психічний процес, що виник і сформувався у процесі праці. Діяльність уяви тісно пов'язана з мисленням. Вибір способу дій, комбінування елементів в образах уяви здійснюються логічними міркуваннями, виконанням різних розумових дій

завдяки чому зберігається зв'язок продуктів людської фантазії з реальністю, їх дійовий характер. Специфічність випереджального відображення реальності у процесі уяви виявляється в конкретно-образній формі у вигляді яскравих уявлень. У мисленні ця функція здійснюється оперуванням поняттями, унаслідок чого в образах уяви забезпечується опосередковане та узагальнене відображення дійсності, що й робить їх реалістичними, життєвими.

Для повного теоретичного і практичного оволодіння пам'яттю, мисленням і уявою як психічними процесами необхідно ознайомитись з їх видами.

Пам'ять класифікують за наступними критеріями:

***За провідним аналізатором:* зорова, слухова, смакова, нюхова, дотикова.**

***За предметом, матеріалом діяльності:* образна, рухова, емоційна, словесно-логічна.**

***За тривалістю перебігу процесу:* сенсорна, короткочасна, довготривала, оперативна.**

***За формою психічної активності:* мимовільна, довільна.**

Образна пам'ять виявляється у запам'ятовуванні образів, уявлень конкретних предметів, явищ, їхніх властивостей, наочно даних зв'язків між ними. Залежно від того, якими аналізаторами людина сприймає об'єкти під час їх запам'ятовування, образна пам'ять буває зоровою, слуховою, нюховою, смаковою тощо. Досить часто ці види пам'яті працюють комбіновано: так, образ певної людини являє собою поєднання роботи зорової, слухової та нюхової пам'яті.

Рухова пам'ять виявляється в запам'ятовуванні й відтворенні людиною своїх рухів та їх поєднань. Рухова пам'ять є основою для формування різних умінь і навичок, засвоєння мови, комплексів рухів тощо. З часом багато що зі змісту цього виду пам'яті набуває неусвідомлюваного характеру, щоб уникати зайвого психічного навантаження. Так, багато танцювальних елементів набувають автоматизованого характеру і при виконанні свідомо не контролюються. Розвиток рухової пам'яті – умова професійного становлення танцівника.

Емоційна пам'ять полягає в запам'ятовуванні й відтворенні людиною своїх емоцій та почуттів. Онтогенетично це один із найбільш ранніх видів пам'яті.

Загалом яскраві, емоційно насичені події можуть зберігатися в пам'яті людини дуже довго. Потрібно зазначити, що запам'ятовується насамперед емоційно забарвлена інформація.

Словесно-логічна пам'ять полягає в запам'ятовуванні думок, понять, суджень, умовиводів, які відображають істотні зв'язки і відношення предметів і явищ, їхні загальні властивості. На відміну від образної, рухової та емоційної пам'яті, яка є і у тварин, словесно-логічна пам'ять є специфічно людською пам'яттю на думки, судження, закономірності. Словесно-логічна пам'ять тісно пов'язана із мовленням і мисленням людини. Вона формується разом з ними і досягає свого завершального вигляду пізніше за рухову, емоційну та образну.

Короткочасна пам'ять утримує інформацію впродовж дуже незначного часу (долі секунд), її завдання – дати можливість психіці вирішити подальшу долю інформації, що надійшла до мозку – забути непотрібне чи запам'ятати щось на деякий час. При короткочасному запам'ятовуванні відтворення матеріалу відбувається в тій «фотографічній» формі та послідовності, в якій він сприймався, оскільки немає часу на його переробку. Її образи на диво яскраві і близькі до оригіналу, але й надзвичайно вразливі. При сильних сторонніх подразненнях вони швидко зникають, не залишаючи навіть сліду, тоді говорять про **сенсорну** пам'ять.

Довготривала пам'ять зберігає інформацію впродовж значних відрізків часу, іноді протягом всього життя людини. До неї на переробку надходить матеріал з короткочасної пам'яті, який не перебуває там у незмінному вигляді, а безперервно перетворюється: узагальнюється, класифікується, об'єднується в смислові групи.

Оперативна пам'ять потрібна для виконання людиною певних поточних операцій і утримання інформації під час них. Так, синхронний перекладач утримує слова, почуті від іноземця, поки не перекладе їх, потім забуває.

Мимовільна пам'ять – пам'ять, в якій людина запам'ятовує і відтворює інформацію, не докладаючи для цього вольових зусиль, а спираючись на цікавість, значимість такої інформації (в розвитку передуює довільній).

Довільна пам'ять – в її роботі чітко поставлена мета, докладаються відповідні вольові зусилля для запам'ятовування, збереження та відтворення інформації.

Види пам'яті людини можна встановлювати одночасно спираючись на всі вище означені класифікації. Мислення класифікують наступним чином:

За специфікою матеріалу свідомості: дійово-практичне, образне, абстрактно-логічне.

За ступенем усвідомленості мисленєвих операцій: дискурсивне та інтуїтивне

У процесі **дійово-практичного** мислення операції виконуються на матеріалі моторних схем в ході предметних маніпуляцій. Так, дошкільнята можуть установити деякі зв'язки між предметами та їх властивостями, опираючись на характер власних рухів (ручних дій с предметами). Будування «башти з кубиків» виконується трирічною дитиною за допомогою дійово-практичного мислення. Доросла людина інколи вживає цей вид, розв'язуючи аналогічну задачу методом спроб та помилок, виконуючи операції мислення безпосередньо в ході пошуку вдалих рухів. Видатні вчені (Сеченов, Піаже, Валлон та ін.) вважали, що дійово-практичне мислення є генетично-первісний вид, на зміну якому приходить образне мислення.

Операції **образного мислення** виконуються на матеріалі сприймання, в зоровому полі. За Р. Арнхеймом це є візуальним мисленням. Але вони можуть виконуватися і на матеріалі образів пам'яті (уявлень). Характерною властивістю образного мислення завжди є отримання результату в умі до виконання предметних маніпуляцій. Наприклад, будування «башти з кубиків» п'ятирічна дитина здійснює спочатку у внутрішньому психічному плані, а потім переводить його на предметні дії з кубиками. Доросла людина також користується образним мисленням. Наприклад, образотворча діяльність художника регулюється саме образним мисленням, яке забезпечує композиційне розв'язання задач.

Більш високий ступінь мислення – це ступінь **мовного мислення (абстрактно-логічного)**. Матеріалом такого мислення є поняття та мовні

конструкції. Про це також писали видатні дослідники мислення, підкреслюючи генетичний зв'язок мислення та мови. Прикладом мовного мислення є розв'язання задачі на будівництво «башти з кубиків» молодшим школярем. Він розмірковує: «Зараз будуватиму башту; нехай буде висока башта; головне щоб вона не впала; треба ставити кубики рівно, без перекосу». Після такого планування за допомогою мовного мислення розв'язання задачі йде успішніше ніж без планування. Чим доросліша людина, тим більше у її житті займає абстрактно-логічне мислення. Оволодіння основами наук забезпечується саме таким мисленням. Воно веде до розуміння абстракцій, закономірностей, способів розв'язання задач тощо.

Дискурсивне мислення - це повністю усвідомлені операції з опорою на ланцюжки суджень та умовиводів. Приклади: аналіз літературних творів, доведення, будівництво висновків тощо.

Інтуїтивне мислення – це є процес частково або повністю позасвідомий. Його вважають важливим регулятором творчої діяльності. Етапи творчої діяльності: 1) усвідомлений пошук способів і шляхів розв'язання творчої задачі, 2) позасвідомо обробка результатів першого етапу, 3) частково несвідоме переведення результатів другого етапу у сферу свідомості, 4) цілком усвідомлене доведення істинності одержаних результатів. На першому та четвертому етапах функціонує дискурсивне мислення, а на другому та третьому етапах – інтуїтивне мислення.

Прийнято розрізняти наступні види уяви.

Залежно від участі волі в діяльності уяви: мимовільна і довільна.

Залежно від характеру діяльності людини: творча та репродуктивна.

Залежно від змісту діяльності й характеру праці людини: художня, технічна, наукова та ін.

Мимовільною є така уява, коли створення нових образів не спрямовується спеціальною метою уявити певні предмети чи події. Потреба в мимовільному створенні образів постійно актуалізується різними видами діяльності, в які включається особистість. Мимовільне виникнення уявлень тісно пов'язане з

почуттями людини. Почуття є потужним генератором яскравих образів уяви тоді коли людина перебуває у тривозі перед не визначеністю очікуваних подій чи, навпаки, переживає емоційне піднесення перед участю в урочистих подіях, що мають життєво важливе для неї значення. Прикладом мимовільного виникнення образів уяви є **сновидіння**.

Процес уяви може відбуватися як **довільний**, коли він спрямовується спеціальною метою створити образ певного об'єкта, можливої ситуації, уявити чи передбачити сценарій розвитку подій. Здійснення довільної уяви у процесі пізнання зумовлене потребою свідомої регуляції побудови образу відповідно до завдання та характеру виконуваної діяльності. Довільне створення образів спостерігається переважно у творчій діяльності людини.

Творча уява включається у творчу діяльність і допомагає людині створювати нові оригінальні образи. Творча уява активізується там, де людина відкриває щось нове, знаходить нові способи праці, створює нові, оригінальні, цінні для суспільства матеріальні та духовні продукти. Продукти творчої уяви, їх багатство та суспільна значущість безпосередньо залежать від знань і життєвого досвіду особистості її ставлення до діяльності, її соціальної позиції тощо. Важливу роль у творчій уяві відіграє мова, яка є засобом усвідомлення творчого задуму та інструментом аналітико-синтетичної діяльності.

Репродуктивна уява – це процес створення людиною образів нових об'єктів на основі їх словесного опису чи графічного зображення. Така уява включається у процес засвоєння того, що вже створили й описали інші. Потреба в репродукції образів об'єктивної дійсності – постійна і актуальна в житті та діяльності людини як свідомої суспільної істоти. Репродуктивна уява відіграє надзвичайно важливу роль у процесі спілкування людей, яке великою мірою спричинило її розвиток. Мовний опис явищ завжди потребує від людини створення відповідних образів. Репродуктивна уява необхідна при читанні художньої літератури, при роботі з навчальними посібниками тощо. Образи об'єктів формуються також на основі їх графічного опису, наприклад, в інженерній справі, при користуванні схемами, картами.

Творча і репродуктивна уяви тісно взаємопов'язані, постійно взаємодіють і переходять одна в іншу. Цей зв'язок виявляється з одного боку, в тому, що творча уява завжди базується на репродуктивній, містить її елементи. З іншого боку, складні форми репродуктивної уяви містять елементи творчості.

Художня уява має переважно чуттєві (зорові, слухові, дотикові та ін.) образи, надзвичайно яскраві й детальні. Художників, письменників завдяки яскравості чуттєвих образів здається, що вони безпосередньо сприймають те, що зображують у своїх творах.

Для **технічної уяви** характерними є створення образів просторових відношень у вигляді геометричних фігур і побудов, їх легке дисоціювання та об'єднання в нові сполучення, уявне перенесення їх у різні ситуації. Образи технічної уяви найчастіше реалізуються у креслення, схеми, на основі яких потім створюються нові машини, об'єкти.

Наукова уява виявляється у побудові гіпотез, проведенні експериментів, в узагальненнях, що їх роблять у плануванні наукового дослідження, побудові експериментальної ситуації, у передбаченні перебігу експерименту. При побудові наукової системи уява необхідна, щоб доповнити відсутні, не знайдені ще ланки в ланцюжку фактів.

Розрізняють такі головні процеси пам'яті: запам'ятовування, зберігання, відтворення та забування. Студентам обов'язково необхідно звернути увагу на ті закономірності, за якими протікають ці процеси.

Запам'ятовування - це утворення й закріплення тимчасових нервових зв'язків. Що складніший матеріал, то складніші й ті тимчасові зв'язки, які утворюють підґрунтя запам'ятовування. Успішному запам'ятовуванню сприяють такі фактори: установка на запам'ятовування, яка включає в себе визначення кола об'єктів, які треба запам'ятати, і часу, протягом якого запам'ятоване потрібно зберігати у пам'яті, діяльне оперування людини об'єктами запам'ятовування; наявність стійкої, концентрованої уваги та інтересу до матеріалу, який треба зафіксувати у пам'яті; сприятливий емоціональний стан суб'єкта, що запам'ятовує. На якість запам'ятовування впливає і обсяг матеріалу: як дроблення на дуже малі

одиниці, так і сприймання відразу дуже великої інформації не є раціональним. Але особливо важливою умовою якісного запам'ятовування є *аналіз і синтез* запам'ятованого, співвіднесення його з уже відомим, знаходження спільних і відмінних рис, *самостійне узагальнення* фактів і виведення закономірностей, наведення власних прикладів до правил і законів. Залежно від участі *мислення* у процесі запам'ятовування, останнє поділяють на *сміслову* і *механічну*. Якщо смислове запам'ятовування спирається на глибоке *розуміння* сприйнятого, на виділення в ньому *головного* і другорядного, загальних положень і конкретних деталей, то в основі механічного запам'ятовування лежить багаторазове повторення, яке є єдиним засобом фіксації у пам'яті потрібних образів.

Зберігання як процес пам'яті полягає у ступені збереження обсягу й змісту інформації впродовж тривалого часу. Для збереження потрібне періодичне повторення. Збереження означає наявність інформації в довготривалій пам'яті, що не завжди пов'язане з її доступністю для свідомості.

Забування виявляється в тому, що втрачається чіткість запам'ятованого, зменшується його обсяг, виникають помилки у відтворенні, воно стає неможливим і, нарешті, унеможлиблюється впізнання. На фізіологічному рівні забування відбувається за законами протікання процесу гальмування. Так, середня частина засвоєних відомостей запам'ятовується гірше і забувається швидше, ніж початок і кінець тому, що відбувається так зване *проактивне і ретроактивне гальмування*: негативний вплив попередньої «порції» заученого на наступну і наступної на попередню. Особливо сильно гальмується та інформація, яка межує з подібною до неї, або є надзвичайно важкою для засвоєння. Причиною забування може бути і перевтома, яка викликає *позамережне гальмування*. Тому, заучуючи, треба періодично організовувати відпочинок на 10 – 15 хвилин. Внаслідок перевтоми можливе явище *ремінісценції* – це віддалене в часі, іноді – значно, відтворення пам'яттю того, що мало місце раніше і, здавалося б, не запам'яталося.

Відтворення – один з головних процесів пам'яті. *Відтворення матеріалу*, який зберігається в довготривалій пам'яті, полягає в переході його з довготривалої

пам'яті в короткотривалу, тобто актуалізація його у свідомості. Воно є показником міцності запам'ятовування й водночас наслідком цього процесу. Засадою для відтворення є активізація раніше утворених тимчасових нервових зв'язків у корі великих півкуль головного мозку. Відтворення може мати три форми – впізнавання, пригадування і спогади. Внаслідок перевтоми можливе явище *ремінісценції* – це віддалене в часі, іноді – значно, відтворення пам'яттю того, що мало місце раніше і, здавалося б, не запам'яталося.

Для розуміння того, як відбувається когнітивна діяльність людини, необхідно усвідомити, що мислення та уява мають аналітико-синтетичний характер. Це означає, що при формуванні психічного образу процеси виявлення окремих частин об'єкта, створення образів цих частин, вибір і поєднання їх у новий цілісний образ відбуваються одночасно. Детальніше психологічній механізм мислення і уяви можна осягнути ознайомившись з основними операціями, що їх складають. Психологи виділяють наступні операції мислення. **Аналіз** – це така операція, сутність якої у мисленому розчленуванні предметів або явищ на складові частини, виділення в них окремих ознак і властивостей. **Синтез** – це мислительна операція, зворотна до аналізу. Її сутність – мислене поєднання окремих елементів, частин і ознак в одне ціле. **Порівняння** – це мислене встановлення схожості та відмінності між предметами і явищами дійсності. **Абстрагування** – це мислене відвернення від неістотних ознак явищ та збереження у свідомості якоїсь істотної ознаки чи властивості, загальної для ряду явищ. **Узагальнення** – це мислительна операція, сутність якої у поєднанні ряду об'єктів у один клас на основі загальної властивості, яка була виділена раніше за допомогою аналізу, порівняння та абстрагування. **Конкретизація** – це мислительна операція, у процесі якої людина надає предметного, наочного характеру тій чи іншій абстрактній думці – поняттю, правилу, закону. При конкретизації відбувається перехід від абстракцій до предметів та явищ дійсності.

Найелементарнішою операцією синтезування нових образів в процесі уяви є **аглотинація** (від лат. *aglutinare* – склеювання) – це створення образу шляхом поєднання якостей, властивостей або частин, узятих з різних об'єктів. Суть

аналогії полягає в тому, що створюваний новий образ схожий на реально існуючий об'єкт, але в ньому проектується принципово нова модель явища чи факту. Нові образи можуть створюватися за допомогою **наголошування** – навмисному посиленні в об'єкті певних ознак, які виявляються домінуючими на тлі інших. Створити нові образи можна шляхом **перебільшення** (або **применшення**) характеристик об'єкта. Найскладнішим способом утворення образів уяви, потребує тривалої творчої роботи, є створення **типових** образів. Розумові операції, є спільним для всіх людей. Разом з тим у мисленні проявляються й індивідуальні властивості: глибина, гнучкість, швидкість, послідовність, широта мислення, допитливість, доказовість, критичність, самостійність або інертність, ригідність, які обумовлюються навчанням і вихованням людини, практикою її розумової діяльності.

Основною психологічною характеристикою **мислення хореографа** є його **образність**. Хореографічне мистецтво включає різні види мистецтв - музику, власне хореографію, драматургію, живопис. Кожен з них, заломлюючись відповідно вимогам даного виду мистецтва, стає необхідним компонентом хореографічного образного мислення. Але балет-мистецтво пластики і саме їй належить основна роль в створенні хореографічного образу. Специфіка хореографічної образності полягає в танцювально-пластичному розвитку, і мисленню образами самих танців є єдиним способом розкриття і втілення характерів в танці.

Як будь-яке мислення, хореографічне – є опосередкованим пізнанням. Опосередкованість мислення хореографа особливою мовою - «мовою тіла» надає йому характер узагальненого відображення, за допомогою якого у свідомості формується сенсомоторний образ психомоторної дії. Цей образ народжується на основі відволікання від дійсності в більш узагальнену область художніх символів (Г. В. Бурцаєва).

В якості основної одиниці розумової діяльності хореографа розглядають психомоторну дію, її моторні і розумові компоненти. При чому, моторний

компонент виступає головним у дійовій формі мислення, а розумовий в образній та поняттєвих формах (Л. С.Роговік).

Особливості мислення хореографа певною мірою залежать від характеру професійної діяльності, яку він виконує. Так, у танцівників-виконавців найбільш розвинений предметно-дієвий тип мислення. Викладачі хореографії відрізняються яскраво вираженим вербальним інтелектом. Хореографи-постановники, хореографи-імпровізатори володіють художнім складом розуму, володіють розвиненим наочно-образним мисленням і креативністю. А також здатні мислити творчо, знаходити нестандартні рішення задач. Водночас, в усіх професійних танцівників слабо розвинене абстрактно-логічне мислення. Доведено, що в особистостей, які професійно займаються хореографічною діяльністю, добре розвинене наочно-образне мислення, вони здатні ефективно вирішувати завдання, які передбачають зорове уявлення ситуації та оперування образами складових її предметів, без виконання реальних практичних дій з ними (К. А. Русанова).

Важливою особливістю мислення хореографа є його творчий характер.

Завдання репродуктивного рівня (1-3 бали):

1. Користуючись підручниками та першоджерелами, дайте короткі письмові відповіді на питання до підготовки (за вибором).
2. Складіть словник основних понять з теми (список за вибором):
 - А) пам'ять, запам'ятовування, збереження, відтворення, забування, впізнавання, пригадування, інтерференція, проактивне і ретроактивне гальмування, ремінісценція, амнезія.
 - Б) мислення, розуміння, аналіз, синтез, порівняння, абстракція, узагальнення, класифікація, систематизація, проблемна ситуація, задача, наочно-дієве, наочно-образне, абстрактнологічне, теоретичне, практичне, дискурсивне, інтуїтивне, репродуктивне, продуктивне мислення, поняття, судження, умовивід; самостійність, глибина, широта, гнучкість, критичність мислення.

В) уява, попереджуюче відтворення, мимовільна та довільна уява, репродуктивна уява, творча уява, аглютинація, гіперболізація, типізація, ятрогенія, ідеомоторний акт, мрія, фантазія, антиципація, аналогія, алегорія, галюцинація.

3. Ознайомтесь з наступним текстом, і дайте відповідь на питання: Які види пам'яті та мислення необхідно розвивати в першу чергу для успішного виконання хореографічної діяльності? Обґрунтуйте відповідь.

«Хореографія, як сценічне мистецтво, має свою специфіку і, відповідно, свою систему навчання. Особливість мистецтва танцю полягає в тому, що зміст будь-якого танцювального твору, його художній образ розкривається через пластику людського тіла (скульптурно-графічну виразність рухів, жестів, поз актора - танцівника). Художня сутність танцю полягає в образному розкритті змісту музичного твору (драматургії та образів) специфічними засобами танцювальної виразності, своєрідною музично-пластичною поведінкою виконавця. Отже, специфіка хореографічної діяльності вимагає високого рівня психомоторного розвитку людини, її здатності створювати за допомогою рухів музично-хореографічні образи. Разом з тим, основу хореографічної обдарованості складають не окремі психологічні або психофізіологічні якості, а їх комплексне поєднання» (І. М. Поклад).

3. Прочитайте та складіть анотацію: Лурия А.Р. Маленькая книжка о большой памяти (Ум мнемониста) / А.Р. Лурия. – Москва: Издательство Московского университета, 1977. – 88 с.

4. Визначте про які психічне явище йдеться в наступних текстових фрагментах:

А) Як тільки ми привчаємо себе спостерігати за рухом, відразу ж виникає питання: що саме рухається? Ми починаємо розрізняти кінцівки, що беруть участь у русі. Диференціація аспектів руху допомагає більше тонкому спостереженню й формує іншу якість усвідомлення.

Б) Як тільки рухові образи починають приходити природно, можуть з'являтися інші асоціації, і все разом робить початок руху більше ресурсним. Один образ зв'язується з іншим, стимулюючи подальші ідеї в єдиному творчому процесі.

В) Більшість людей здатні відтворювати ситуації й події, звуки, голоси й інтонації, але лише деякі легко згадують рухи.

Завдання продуктивного рівня (3-6 балів):

1. Які психологічні закономірності склали основу для наступних методичних рекомендацій: «Для розвитку рухової пам'яті необхідно використовувати рухи в поєднанні зі словом. Під час танцю дитину слід заохочувати рахувати музику або поєднувати рух із словесними діями, а під час спільної роботи на лініях хором промовляти рахунок і словесне «виконання» танцю».
2. Підготуйте письмову доповідь за однією з тем (на вибір): «Розвиток пам'яті в онтогенезі», «Індивідуальні особливості пам'яті», «Основні закономірності психології пам'яті», «Способи керівництва пам'яттю», «Техніка уяви», «Роль уяви у житті та професійної діяльності людини», «Вплив уяви на стан організму».
3. Поклад І. М. розглядає інтелектуально-творчий потенціал особистості як один з базисних компонентів хореографічних здібностей, який виявляється в наступних показниках: взаємозв'язок конвергентного та дивергентного мислення як здатність індивіда до аналітико-синтетичної діяльності, що пов'язане з вмінням знаходити нові, оригінальні та нестандартні рішення пластично-рухових задач; рівень розвитку образно-асоціативного розмірковування (інтерпретації) учнів у процесі вирішення творчих завдань. Поясніть психологічну сутність зазначених психічних функцій. З власного досвіду наведіть приклади їх прояву.
4. Ознайомтесь із статтею і дайте відповідь на запитання:
Новикова Е. В. Програма розвитку творческого мышления младших подростков по системе Эдварда де Боно / Е. В. Новикова // Практична психологія та соціальна робота. — 2012. — № 1. — С. 26-31. (рос.)

З якими класичними для психологічної науки видами мислення можна співвіднести латеральне мислення? Яке значення має цей вид мислення для хореографа, танцівника, хореографа-педагога?

5. Пуляєва Л. Є. в методичних рекомендаціях роботи з дітьми в хореографічному колективі наголошує на необхідності використовувати різні методи: словесні методи, що ґрунтуються на поясненні, бесіді, розповіді, практичні – на навчанні навичкам хореографії, наочні – на професійному показі елементів самім керівником, або за допомогою відеотехніки.

На розвиток яких видів пам'яті та мислення переважно спрямований кожний з цих методів. Обґрунтуйте відповідь, наведіть приклади з власного досвіду.

6. Прочитайте текст. Визначте про які види мислення йдеться і заповніть прогалини. Дайте психологічну характеристику визначеним видам мислення.

Прокоментуйте думку автору тексту. Чи погоджуєтесь ви з такою думкою?

«...Але _____ мислення не є кращим для всіх видів танцю. Я вірю що й _____, і _____ мислення мають право на існування. Орієнтоване на правила _____ мислення, наприклад, ідеально підходить для балету й змагань у бальних танцях. Ви не можете змагатися, якщо всі не погодяться із правилами. Але коли хтось застосовує тверде _____ мислення до " _____ " форми танцю, такий як лінді хоп, танго, вест коаст свінг, Латина (істина Латина), блюз або соціальний вальс, – це одна із самих дивних невідповідностей, що ви можете знайти в танцювальному світі. Ці танці народилися й розвивалися в культурі, що цінувала спонтанність, гнучкість і індивідуальні варіації. Справжній дух цих танців губиться, якщо їхня воля заміщається правилами й обмеженнями» (В. Буров – викладач танців у стилі хастл).

7. Роберт Сильвестер у своїй роботі про інтелект стверджує, що мобільність – ключове поняття для всього пізнавального, будь воно пов'язане з фізичною дією або з обробкою інформації. І якщо ми здатні рухатися, нам потрібна когнітивна система, що може осмислювати сенсорну інформацію й приймати розумні рішення.

Дайте визначення поняття інтелект і прокоментуйте думку автора наведеного твердження. Поясніть зміст понять та процесів: когнітивна система, осмислення,

осмислення сенсорної інформації. В термінах психологічної науки поясніть вислів «приймати розумні рішення». Чи можуть, на вашу думку, рішення бути нерозумними?

Завдання творчого рівня (6-15 балів):

1. *«В імпровізаційного танцю існує безліч переваг. Ми можемо танцювати з партнером, що зовсім не відвідував тих уроків, що й ми з вами, танець повний гри, гнучкості й творчості. Але є й ще одне достоїнство, про яке ми не часто чуємо: танець робить нас розумнішими» (В. Бурів – викладач танців у стилі хастл).*

Доведіть використовуючи основні поняття теми, що така думка має право на існування. Наведіть приклади хореографічних завдань при виконанні яких можна розвивати операції мислення (2-3 на кожен операцію). Визначте який вид мислення задіяний при вирішенні цих завдань.

2. Спираючись на основні поняття теми напишіть реферати на тему: «Формування культури хореографічного мислення», «Розвиток пам'яті в танцювальній діяльності», «Розвиток мислення в танцювальній діяльності», «Розвиток уяви в танцювальній діяльності».
3. Використовуючи понятійний апарат психології уяви, складіть психологічні рекомендації педагогу щодо розвитку цієї психічної функції учнів на уроках з хореографії. Визначте, які чинники впливають на її формування?
4. Зберіть колекцію відео-файлів, що ілюструють результат здійснення кожної операції синтезування нових образів в процесі уяви хореографа.
5. Визначте умови успішного запам'ятовування великої кількості інформації (наприклад, перед екзаменом). Вкажіть чинники, які сприяють збереженню запам'ятованого протягом довгого часу. Складіть психолого-педагогічні рекомендації щодо підготовки до екзамену з психології.

Тема 4. Емоційно-вольова регуляція діяльності людини.

Мета: з'ясувати специфіку психології як науки, її предмету, задач та структури, розглянути поняття про психіку як предмет психології, визначити

функції психіки, її властивості, закономірності розвитку та функціонування її механізмів.

Питання для підготовки:

1. Поняття про емоції і волю.
2. Природа і функції емоційних явищ і вольових процесів.
3. Емоція в психології танцювальної діяльності.
4. Вольовий акт і його структура.
5. Вольові якості. Виховання і самовиховання волі танцівника.

ЛІТЕРАТУРА

I. Основна:

1. Варій М. Й. Загальна психологія : підр. [для студ. вищ. навч. закл.] / М. Й. Варій - [3-тє вид.]. – Київ : Центр учбової літератури, 2009. – 1007 с. С. 437-542, 560-565, 602-615.
2. Загальна психологія : підручник для студентів ВНЗ / [О. В. Скрипченко, Л. В. Долинська та ін.]. – Київ : Просвіта, 2005. – 464 с. – С.256-311.
3. Маклаков А. Г. Общая психология / А. Г. Маклаков – Санкт Петербург : Питер, 2002. – 592 с. – С. 437-392.
4. М'ясоїд П. А. Загальна психологія: Навч. посіб. – 3-тє вид., випр./ П. А. М'ясоїд. – Київ : Вища школа, 2004. – 487 с. – С. 357-396.
5. Петровский А. В. Психология: Учебник для студентов высш. пед. учеб. заведений. / А. В. Петровский, М. Г. Ярошевский. – [3-е изд.] – Москва: Академия, 2002. – 512 с. – С. 316-335, 223-227.
6. Психологія / за ред. Ю.Л.Трофімова. – Київ: Либідь, 1999. – 558 с. – С. 342-363.
7. Столяренко Л. Д. Основы психологии / Л. Д. Столяренко. – [5-е изд., перераб. и доп.] – Ростов-на-Дону: Феникс, 2002.- 672 с. – С. 233-251.
8. Шамне А. В. Основи самостійного вивчення курсу загальної психології : навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів / А. В. Шамне; Міністерство освіти і науки України; Криворізький державний педагогічний університет. – Кривий Ріг: Видавничий дім, 2010. – 240 с. – С. 172-194.

II. Додаткова:

1. Вилюнас Л. С. Эмоции и их развитие в детском возрасте / Л. С. Вилюнас. – Москва: Изд-во МГУ, 1976. – С. 11-171.
2. Гиппиус С.В. Гимнастика чувств. Тренинг актерского мастерства / С.В. Гиппиус. – [4-е изд., перераб., доп. и испр.]. – Санкт-Петербург: Веды, 2010. – 383 с.
3. Гозман Л. Я. Психология эмоциональных отношений. – Москва: Просвещение. – 1987. – 324 с.
4. Изард К. Э. Психология эмоций / К. Э. Изард. – [пер. с англ.]. – Санкт-Петербург: Питер, 1999. – 557 с.
5. Ильин Е.П. Психология индивидуальных различий / Е.П. Ильин. – Санкт-Петербург: Питер, 2004. – С. 199-220.
6. Роговик Л. С. Психологія танцю. Навчальний посібник / Л. С. Роговик. – Київ: Главник, 2007. - 304 с. (Серія “Психол.інструментарій”).
7. Токарева Н.М. Методичні рекомендації до теми «Воля» (курс загальної психології) / Н. М. Токарева. – Кривий Ріг , 2003. – 39 с.
8. Токарева Н.М. Методичні рекомендації до теми «Емоційна сфера особистості» (курс загальної психології) / Н. М. Токарева. – Кривий Ріг , 2002. – 36 с.

Методичні рекомендації до вивчення теми.

Пізнавальні процеси (відчуття, сприймання, пам'ять, мислення, уява) забезпечують чуттєве та логічне пізнання дійсності, накопичення людиною знань про оточуючий світ та регуляцію на цій основі своєї діяльності. Але діяльність людини, її поведінка також регулюються завдяки емоційним та вольовим процесам. Дійсність завжди викликає *позитивне* або *негативне* ставлення до неї. **Ставлення до дійсності відображується в мозку й переживається як задоволення або незадоволення. Такі переживання називають емоціями, почуттями. Емоції та почуття – це специфічні форми суб'єктивного відображення значущості реального світу, в яких виявляється афективне ставлення людини до предметів та явищ оточуючої дійсності.**

Емоції та почуття характеризуються певною **якістю** та **полярністю, активністю (стенічні емоції та почуття посилюють активність, спонукають до діяльності, астеничні пригнічують людину, зменшують її активність, демобілізують)** та **інтенсивністю (довготривалими або короткочасними)**.

Воля – психічний процес свідомої та цілеспрямованої регуляції людиною своєї діяльності та поведінки з метою досягнення поставлених цілей. У вольових діях людина здійснює власну свідому мету. Свідомою діяльністю – це довільна діяльність. Отже, воля є однією з найважливіших умов людської діяльності. Воля людини виробилась у процесі її суспільно-історичного розвитку, у трудовій діяльності.

Природа емоцій і почуттів органічно пов'язана з потребами. Потреба як нужда в чомусь завжди супроводжується позитивними або негативними переживаннями в різних їх варіаціях. Характер переживань зумовлюється ставленням особистості до потреб або до обставин, які сприяють або не сприяють їх задоволенню. Потреби людини і тварин відрізняються за змістом, інтенсивністю та способом їх задоволення, а це зумовлює відмінність в емоціях людей і тварин, навіть у таких, які є спільними для них – **гнів, страх, радість, сум** тощо. **Емоція – це загальна активна форма переживання організмом своєї життєдіяльності.** Важливо розібратись у розмаїтті емоційних станів людини, основними з яких є **настрій, афект, стрес, фрустрація, пристрасть.**

У людини як суспільної істоти виникли вищі, духовні потреби, а з ними й **вищі почуття – моральні, естетичні, пізнавальні,** які не властиві тварині. **Почуття – це специфічні людські, узагальнені переживання ставлення до людських потреб,** задоволення або незадоволення яких викликає позитивні або негативні емоції.

Емоції та почуття становлять складну реакцію організму, в якій беруть участь майже всі відділи нервової системи. Своєю фізіологічною основою вони мають складні безумовні і умовні рефлекси. Фізіологічним механізмом емоцій як таких є діяльність підкоркових нервових центрів – гіпоталамусу, лімбічної системи, ретикулярної формації. Але кора великих півкуль головного мозку

відіграє провідну роль у проявах емоцій і почуттів, здійснюючи регулювальну функцію стосовно підкоркових процесів, спрямовуючи їх діяльність відповідно до усвідомлення людиною своїх переживань. У виникненні та перебігу почуттів велику роль відіграє друга сигнальна система в її взаємодії з першою. Слово змінює наші настрої, збуджує захоплення, глибокі переживання. Усвідомлюючи ситуацію, що викликає певні почуття, та самі почуття, людина може зменшити силу переживань, стримувати, регулювати їх, але зовнішнє вираження емоцій, внутрішній емоційний і почуттєвий стан при цьому зберігаються.

Воля є детермінованим процесом. Усі довільні рухи є рефлекторними. Сліди, залишені в руховій ділянці кори головного мозку попередніми подразниками, активізуючись, можуть стати умовними подразниками для вольових рухів. Довільні дії детерміновані, як і всі інші дії людини, але оскільки вони викликаються слідами в корі головного мозку від попередніх подразнень, то іноді здається, немовби вони виникають самі по собі, без будь-якої причини. Довільні дії людини виникають умовно-рефлекторним шляхом з мимовільних рухів. У маленьких дітей усі рухи мимовільні. Але в результаті навчання та виховання діти поступово оволодівають ними, навчаються свідомо спрямовувати свої рухи й керувати ними. **Кожний мимовільний рух, що усвідомлюється, здійснюється цілеспрямовано, стає довільним.** У процесі розвитку людина навчилася не тільки довільно діяти, а й довільно затримувати свої дії.

Для усвідомлення важливості емоційно-вольових процесів у дутті людини треба ознайомитись з їх функціональними характеристиками. Емоції і почуття здійснюють **орієнтувальну, сигнальну, відображально-оцінну, регулятивну мотиваційну, комунікативну, маніпулятивну, функцію, спонукають** людину до дій і вчинків або **стримують** її. Воля здійснює **спонукальну та гальмівну** функцію. Перша виявляється в довільній організації активності людини, у впорядкуванні ієрархії мотивів, друга, – в стримуванні небажаних проявів активності.

Антрополог Джоан Кеалнохомоку стверджує, що танець – це скороминущий спосіб експресії що відбувається в заданій формі й стилі за

допомогою рухів тіла. Американський хореограф Марта Грем визначала танець як справжнє вираження найглибших щиросердечних почуттів, що вивільняється через рух тіла. І дійсно, основу танцювальної діяльності становить експресія. Експресія – сила вираження, вияву яких-небудь почуттів, переживань, виразність. Емоції за рахунок свого експресивного компонента, зокрема в танцювальній діяльності, беруть участь у встановленні контакту танцівника з глядачем, у впливі на них. За рахунок експресії танцівник повідомляє іншому про свій стан, передає його глядачеві, спонукаючи до співпереживання. Він передає і певні значення повідомлень, тому що експресивні рухи виконуються за груповими та індивідуально-особистісними програмами з певними культурними кодами, завдяки впізнаванню яких, зміст танцю стає зрозумілим глядачеві. Танцівник має розвивати і розширювати емоційну сферу своєї особистості. Її безумовно можна культивувати, підкорювати волі, розумно використовувати. Між тим, розширення і розвиток розуму значно легше піддається волі актора, ніж розвиток і розширення емоційної сфери. К. С. Станіславський говорив, що із всіх трьох психічних сфер людини - розуму, волі й почуттів - останнє виявляється найбільш «важковиховуваною дитиною».

Важливо розуміти, що експресивний репертуар особистості невіддільний від особистості, індивідуальний і неповторний настільки, наскільки індивідуальна й неповторна сама особистість. На думку дослідника виразного поведження С. Волконського, виразне поведження – це виявлення внутрішнього Я шляхом зовнішнього Я. Танець - сильний засіб самореалізації й вираження почуттів. Він використовується для вираження всього діапазону людських емоцій. Коли танець виконується, почуття виражаються за допомогою серії високоструктурованих рухів. Коли ж танець використовується в терапії, почуття спонтанно вивільняються у вільному русі й імпровізації. Існує і зворотна закономірність: збагачення рухового репертуару має розвиваючий вплив на емоційну сферу особистості. Отже, заняття танцювальною діяльністю забезпечує розвиток емоцій особистості, і особистості в цілому.

Не менш значущими для танцівника є виховання його вольових якостей. Професійна танцювальна діяльність складна, виснажлива і потребує розвиненої волі, тому залучення до неї людини у будь-якому віці може сприяти вихованню вольових якостей. Для цього танцівник має ставити перед собою цілі і прагнути їх здійснити. Воля виявляється в своєрідному зусиллі, у внутрішньому напруженні, яке переживає людина, переборюючи труднощі, регулюючи власні дії. успішному формуванню вольових якостей сприяє нання структури вольового акту.

Крутецький В.А., Богословський В.В. виділяють у вольовому акті два етапи: 1) підготовчий, етап мисленої дії, обдумування, на якому усвідомлюється мета, визначаються шляхи і засоби її досягнення, приймається рішення; 2) виконавський, на якому відбувається виконання прийнятого рішення і самооцінка виконаної дії. Це простий вольовий акт. Складну вольову дію характеризує опосередкований свідомий процес: дії передують врахування її наслідків, усвідомлення мотивів, планування. Така дія потребує значного напруження сил, терпіння, наполегливості, вміння організувати себе на виконання дії. У складній вольовій дії вчені (Г.С. Костюк, А.В. Петровський, О.В. Скрипченко) виділяють чотири фази: 1) виникнення спонукання та попередня постановка мети; 2) стадія обмірковування та боротьба мотивів; 3) прийняття рішення; 4) виконання.

Воля зумовлена *мотивами, складом особистості* — це її перша особливість (*детермінізм*). Друга особливість — це *особистісний характер вольових дій*. Вольова дія — не імпульс у процесі автоматичної розрядки, вона опосередковується свідомістю, це прояв особистості, її свідомої спрямованості. Отже, воля формується в процесі виховання та самовиховання.

З моменту народження дитина починає виявляти активність, переважно рухову, що носить мимовільний характер. Такі дії мають підготовче значення для розвитку волі у дітей. Саме на базі рухової діяльності доречно підтримувати поступове виникнення основних елементів волі – **прагнення, усвідомлення, бажання, вибору, прийняття рішень і докладання зусиль**. У дошкільному віці у дитини формуються усвідомлені прагнення, бажання, які тривалий час носять

переважно емоційний характер, і дії тут здійснюються в основному під впливом сильних емоційних спонукань. Емоційний характер танцювальної діяльності, в такому випадку виступає позитивною умовою виховання волі. Пізніше необхідність виконання різноманітних хореографічних завдань сприяє розвитку у дитини **самоконтроль, організованість, самостійність** та інші вольові якості. Прагнення до самоствердження у підлітковому віці сприяє формуванню **самостійності** та **ініціативності**. У всіх підлітків активно розвивається потреба в самовихованні волі. Воля юнака розвивається в контексті формування стійких життєвих ідеалів, які визначають її спрямованість. Керівнику хореографічним колективом важливо контролювати і спрямовувати процес самовиховання волі підлітків та бути обізнаним про життєві плани юнаків, і місце, яке в цих планах займає хореографічна діяльність. Майбутнім танцівникам і хореографам-педагогам необхідно враховувати наступні закономірності: вольові якості формуються у вольовій діяльності; важливо доводити кожну справу до кінця, продумувати свої дії, не приймати нездійснених рішень, але якщо рішення прийняте, то треба домагатися його виконання, виховувати у себе звичку свідкувати за собою, контролювати свою роботу і поведінку; хорошою школою укріплення волі є щоденна праця вихованню волі допомагає колектив, думка оточуючих, їх позитивний вплив на поведінку людини. Прийоми самовиховання волі в будь-якій діяльності, зокрема танцювальній, можуть бути різноманітними, але всі вони включають дотримання наступних вимог:

1. Розпочинати слід з набуття звички долати порівняно незнані труднощі.
2. Дуже небезпечними є будь-які самовиправдання.
3. Труднощі та перешкоди слід переборювати.
4. Прийняте рішення повинно бути виконаним до кінця.
5. Окрему мету слід ділити на етапи, намічати найближчі цілі, досягнення яких створює умови для наближення кінцевої мети.
6. Максимально суворе дотримання режиму дня, розпорядку всього життя.

Реалізація зазначених принципів виховання и самовиховання повинна забезпечити формування сили волі особистості, яку утворює сукупність

позитивних (базальних і системних) вольових якостей. **Вольові якості** – це відносно стійкі, незалежні від конкретної ситуації психічні утворення, що засвідчують досягнутий особистістю рівень свідомої саморегуляції поведінки, її влади над собою. **Базальні вольові якості: енергійність, терплячість, витримку та сміливість**, Функціональні прояви цих якостей є односпрямованими регуляторними діями свідомості, що набирають форми вольового зусилля. **Системні вольові якості** є певним сполученням односпрямованих проявів свідомості. Так, **хоробрість** включає в себе складові сміливість, витримку, енергійність; **рішучість** – витримку і сміливість. **Цілеспрямованість** полягає в умінні людини керуватися в своїх діях і вчинках загальними і стійкими цілями, зумовленими її твердими переконаннями. Цілеспрямована особистість завжди опирається на загальну, часто віддалену мету і підпорядковує їй свою конкретну мету. **Наполегливість** – це вміння постійно і тривало добиватися мети, не знижуючи енергії в боротьбі з труднощами, оцінювати обставини, знаходити у них те, що допомагає досягненню мети. Наполегливість слід відрізнити від тієї риси її, яка називається впертістю. Впертість - це необдуманий, нічим не виправданий прояв волі, який полягає в тому, що людина наполягає на своєму недоцільному бажанні, не зважаючи на обставини. Впертість є прояв не сили, а скоріше слабкості волі. **Принциповість** – це вміння особистості керуватись у своїх вчинках стійкими принципами, переконаннями в доцільності певних моральних норм поведінки, які регулюють взаємини між людьми. Принциповість виявляється в стійкій дисциплінованості поведінки, в правдивих, чуйних вчинках. **Самостійність** – це вміння обходитись у своїх діях без чужої допомоги, а також уміння критично ставитися до чужих впливів, оцінюючи їх відповідно до своїх поглядів і переконань. Самостійність особистості виявляється в здатності за власною ініціативою організувати діяльність, ставити мету, в разі необхідності вносити в поведінку зміни. Протилежною до самостійності рисою людини є навіюваність. Навіюваність виявляється в тому, що людина легко піддається впливові інших. Навіюваність буває у тих людей, які не мають стійких переконань між протилежними

поглядами, не маючи своєї думки. Перша-ліпша думка, яку почує така людина, стає її думкою, але згодом цю саму думку вона міняє на іншу. **Ініціативність** – це вміння знаходити нові, нешаблонні рішення і засоби їх здійснення. Протилежними якостями є безініціативність та залежність. Мало виявити ініціативу, поставивши перед собою завдання, - треба його здійснити, довести до кінця. Це можливо лише при належній активності в діях. Ініціативні, але малоактивні люди не здатні здійснити своїх задумів, вони часто перетворюються на мрійників. **Рішучість** – це вміння приймати обдумані рішення, послідовно втілювати їх у життя. **Самовладання** виявляється в здатності людини володіти собою, керувати своєю поведінкою і своєю діяльністю. Відсутність самовладання робить людину нестриманою, імпульсивною. Люди, які не володіють собою, легко піддаються впливові почуттів, часто порушують дисципліну, пасують перед труднощами, впадають у розпач. Самовладання допомагає утриматися від спалахів гніву, пригасити зніяковіння, розгубленість, долати несміливість, скованість та інші психічні стани, які виникають у деяких людей в діяльності, зокрема колективній.

Завдання репродуктивного рівня (1-3 бали):

1. Користуючись підручниками та першоджерелами, дайте короткі письмові відповіді на питання до підготовки (за вибором).
2. Складіть словник основних понять з теми (список за вибором):
 - А) емоції, почуття, амбівалентність почуттів, модальність почуттів, стрес, афект, настрій, потяг, пристрасть, емпатія, ейфорія, психічна депривація, фрустрація, депресія, страх, тривога, сором, симпатія, радість, гнів, зневага, іронія, відраза, горе.
 - Б) воля, активність, локус контролю (внутрішній і зовнішній), потяги, бажання, хотіння, первинні, вторинні і третинні вольові якості, вольове зусилля, вольові дії (проста і складна), боротьба мотивів, сила волі, безвілля, абулія, апраксія.

3. Законспекуйте статті: 1) Г.Сельє «Деякі аспекти учіння про стрес»// Хрестоматія по общей психологии. Учебное пособие для студентов пед.институтів./ Под ред. Проф. А.В.Петровского. – М.: Просвещение, 1977 – С. 305 – 311; 2) Ч.Дарвін «Вираження емоцій у людини та тварин»// Хрестоматія по общей психологии. Учебное пособие для студентов пед.институтів./ Под ред. Проф. А.В.Петровского. – М.: Просвещение, 1977 – С.289 – 298 .

4. У якій з наведених дій виявляється впертість (обґрунтуйте відповідь):

- а) *необґрунтоване, нерозумне відстоювання учнем рішення і відкидання будь якої вимоги вчителя;*
- б) *нерозуміння вимоги вчителя та її невиконання;*
- в) *відмова виконувати вимогу вчителя.*

5. У яких рядках перелічено лише позитивні якості волі:

- а) *цілеспрямованість і принциповість, негативізм, рішучість, витримка, наполегливість, упертість, організованість;*
- б) *цілеспрямованість, принциповість, організованість, витримка, наполегливість, рішучість;*
- в) *цілеспрямованість, навіюваність, рішучість, організованість, принциповість, витримка;*
- г) *цілеспрямованість, упертість, витримка, рішучість, навіюваність, ініціативність.*

6. Виберіть із запропонованого списку слова, які належать до характеристики вольової поведінки.

Мотив, саморегуляція, самооцінка, бажання, рефлексія, надія, прагнення, мета, емоція, мислення, впевненість, планування, зусилля, рівень домагань, рух, рефлекс, реагування, агресивність, наполегливість, спонукання, прийняття рішення, конфлікт, свідомість, намагання, сприйняття, увага, цінність, установка, свобода вибору, енергія, потреба, ризик, авантюризм, імпульсивність, дисциплінованість, відповідальність, волюнтаризм.

7. Визначте, які з перерахованих позитивних і негативних емоцій відповідають стану підвищеної, а які – зниженої активності та співвіднесіть пняття:

1. Стенічні емоції.

2. Астенічні емоції.

Радість, страх, обурення, лють, щастя, жах, екстаз, смуток, сум, захват, страждання, туга, паніка, гнів, пригніченість, насолода, роздратування, подив.

Завдання продуктивного рівня (3-6 балів):

1. Дайте розгорнутий порівняльний аналіз різниці між почуттями та емоціями.
Складіть порівняльну таблицю емоцій та почуттів.
2. Підготуйте письмову доповідь за однією з тем (на вибір): «Зв'язок емоцій з моторикою людини», «Основні функції емоційних проявів», «Класифікація емоцій та почуттів», «Індивідуальні характеристики емоційних проявів», «Стреси в житті людини: причини виникнення і шляхи подолання», «Ознаки волі у людини», «Зв'язок волі з іншими психічними явищами».
3. Користуючись навчальними посібниками та додатковою літературою напишіть невеликий реферат за темою: «Фізіологічні механізми емоцій», «Фізіологічні механізми волі», «Зв'язок емоцій та почуттів з потребами людини», «Розвиток і виховання культури емоцій і почуттів у дитини засобами хореографії», «Стрес та дистрес у житті людини», «Танцювальна діяльність як умова регуляції емоційних станів», «Виховання і самовиховання волі танцівника».
4. Визначте про яке емоційне явище йдеться в наступному тексті. Відповідь обґрунтуйте.
«...Під час виступу танцівника такий емоційний стан ініціює проблеми, які нарастають подібно сніжному комові. Напруга м'язів, поверхневий подих, біль або спазми в шлунку, біль у суглобах, тремтіння рук - все це, що залежить одне від одного, негативно позначається на зосередженості й почутті рівноваги й збільшує ризик одержання травми» (Р. Нидеффер).
6. Визначте, які категорії — настрій, афект, пристрасть, фрустрація, стресовий стан – описані в наступних прикладах.
А. «Я танув і тремтів від невиразної насолоди, коли писав музику до Онегіна».
Б. Після тривалих зусиль хореографу пощастило розв'язати важку постановочну задачу, що привело його в стан захоплення.

В. Хлопчик-староста був надзвичайно пригнічений тим, що діти назвали його «донощиком», бо він повідомив класному керівникові, хто розбив скло.

Г. Після просмотру балету Тетяна розповідала подружці, що вистава справила на неї винятковий вплив і дівчинка три дні ходила під сильним впливом від неї.

Д. Допущене під час виступу падіння змінило танцівника до невпізнання, зникли впевненість і сміливість.

Є. Під час вступних екзаменів до хореографічного училища, сильний учень не може справитись з простим завданням, яке з легкістю виконував раніше.

Говорить, що в нього якийсь дивний стан.

Ж. Учень розповідає, що коли він розхвилюється то починає всім говорити грубощі, злість його захоплює і йому хочеться вилити її на інших. Через це в нього виникають непорозуміння з іншими учасниками колективу. Пізніше він жалкує про свої вчинки. (За В.А. Крутецьким).

7. Яке явище емоційно-почуттєвої сфери проявляється у юнака? Як воно називається? Чи доводилось вам переживати подібні почуття по відношенню до різних аспектів хореографічної діяльності, навчання, інших людей? Наведіть приклади з власного досвіду.

«Я не знаю, — каже юнак дівчині, — кохаю я тебе чи ненавиджу. Мені здається що ці почуття в мені дивно змішані. Ставлю запитання: Чому я можу тебе кохати? І не знаходжу відповіді. Але немає, здається, підстави і для ненависті. Можливо, ти допоможеш мені зрозуміти самого себе і з'ясувати, чим викликано такий стан по відношенню до тебе». (За М. Д. Левітовим).

8. Охарактеризуйте функції волі. Зазначте, яка функція волі (регулювання, стимулююча, гальмівна тощо) проявляється в кожній ситуації.

А. Танцівнику дуже хочеться пити під час репетиції. Він набирає повну чашку води і хоче випити її. Проте випиває лише один ковток і повертається до репетиційної зали.

Б. Під час виступу танцівник отримує травму. В якусь мить він зрозумів, що, коли він піде зі сцени виступ ансамблю буде зірвано. І він продовжує виступ, благополучно закінчує його і тут же безсило падає на підлогу. Далі він не може стати на ногу, його транспортують до лікарні.

В. Перед відповідальною виставою танцівник відпрацював партію, яка в нього погано виходила. Товарищі кликали його відпочивати. Хоча він мав дуже втомлений і виснажений вигляд, він відмовився, пояснивши, що вирішив доводити будь-яку розпочату справу до кінця.

Завдання творчого рівня (6-15 балів):

1. Складіть психолого-педагогічні рекомендації (не менше 7) для танцівників-виконавців щодо подолання страху перед виступом або перед екзаменом.
2. В своїй професійній діяльності хореограф повинен домогтися від танцівника «включення» різних емоцій. А значить він повинен мати комунікативний досвід роботи з емоціями. Відомо, що людина у повсякденному житті використовує біля 30 слів для позначення власних емоцій, при цьому з підліткового віку може розпізнати більше 150 різних емоційних станів. Напишіть список всіх емоцій, які вам відомі. Розширте свій словниковий запас за допомогою словника. Доповніть список. Класифікуйте емоції.
3. Гра емоціями – важлива складова будь-якого танцю. Тому танцівникам дуже важливо розвивати в собі вміння виражати свої емоції. Прочитайте наступні рекомендації з цього приводу і визначте які психологічні закономірності і механізми покладені в їх основу.

«Деяким людям складно перебороти свою сором'язливість, внутрішню стриманість, скутість. Багато дівчат при цьому бояться здатися вульгарними. Інші ж, навпроти, «переграють». Якщо вам ніяково танцювати на публіці, то спробуйте потанцювати перед тими, кого добре знаєте й чия присутність у вас не викликає дискомфорту. Згодом ви відчуєте себе більш упевнено й вільно. Представте, що ви фліртуєте зі своїм партнером. Дозвольте виявитися в танці вашій природній чуттєвості. Не бійтеся поводитися вільно.

Спробуйте відчути музику – які відчуття вона викликає? Пропустивши музичну складову крізь себе, намагайтеся передати у своїх рухах саме ці відчуття, додавши їм помітне емоційне забарвлення. Саме задоволення від руху може додати заряд емоцій.

Особлива увага в танці приділяється погляду. Поглядом ви ніби показуєте своє відношення до партнера. Не бійтеся пограти з мімікою. Так ви створюєте свій сценарій розвитку відносин між собою й партнером. На репетиціях важливо зосереджувати увагу не тільки на своїх відчуттях, але ще й на емоціях свого партнера. Між партнерами повинен виникнути своєрідний діалог рухів, у якому вони відіграють емоції один одного.

Для початку прослухайте ту музику, під якою збираєтеся танцювати. Подумайте, які емоції вона викликає. Спробуйте оцінити, за допомогою яких рухів ви можете виразити ці емоції. Потім спробуйте танцювати.

Повторюючи й відпрацьовуючи руху, ви запам'ятовуєте самі відчуття від танцю й музики. Так виникають стійкі асоціації. Згодом, певні танцювальні рухи й ритм будуть самі надихати вас, допомагаючи автоматично надавати своїм рухам потрібне емоційне забарвлення».

4. Складіть психологічні рекомендації керівнику хореографічного колективу, в якому займаються підлітки, щодо формування їх вольових якостей на заняттях та в буденному житті.

Завдання для підготовки до тестового контролю.

1. Яке з наведених визначень уваги є правильним?

- А) Увага – це форма психічної діяльності, що виникає при дії об'єкта на органи чуття.
- Б) Увага являє собою вибіркоче сприймання об'єктів.
- В) Увага – це форма психічної діяльності людини, що виявляється у скерованості і зосередженості її свідомості на певних об'єктах.
- Г) Увага – це робочий стан організму, установка аналізаторів на подразники.

2. У якому рядку всі перелічені властивості подразників сприяють привертанню до них уваги?

- А) Раптовість, сила, тривалість, нерухомість.
- Б) Сила, контраст з фоном, нерухомість, раптовість.
- В) Сила, монотонність, раптовість, зміна положення в просторі.

Г) Раптовість, сила, зміна положення в просторі, контраст з фоном.

3. Яка діяльність вимагає від людини більших зусиль для підтримання уваги?

А) Цікава діяльність, що скеровується віддаленою метою.

Б) Нецікава діяльність, що скеровується віддаленою метою.

В) Нецікава діяльність, що скеровується близькою метою.

Г) Цікава діяльність, що скеровується близькою метою.

4. Як називається функціональне або органічне порушення здатності до зосередженої, цілеспрямованої діяльності?

А) Відволікання.

Б) Переключення.

В) Розсіяність.

Г) Коливання.

5. Терміни „довільна увага“ і „пасивна увага“:

а) є синонімами;

б) означають різні види уваги;

в) пасивна увага є різновидом довольної уваги;

г) довольна увага є різновидом пасивної уваги.

6. Встановіть відповідність між властивостями уваги та їх характеристиками.

Властивості: 1. Обсяг 2. Розподіл 3. Концентрація 4. Переключення 5. Стійкість.

а) Здатність людини тривалий час зосереджуватись на тому чи іншому об'єкті;

б) число об'єктів або їх елементів, які одночасно сприймаються з однаковим ступенем ясності і чіткості;

в) свідомий перехід уваги з об'єкта на об'єкт; здатність людини змінювати спрямованість своєї уваги;

г) можливість спрямовувати і зосереджувати увагу на декількох незалежних об'єктах одночасно;

д) ступінь зосередженості свідомості на діяльності.

7. Встановіть відповідність між видом уваги та характеристикою.

Вид уваги: 1. Довільна увага. 2. Післядовільна увага. 3. Мимовільна увага

а) Увага, що викликається зовнішніми об'єктами без свідомого наміру людини бути уважною до них.

б) Вид уваги, що має цілеспрямований характер, але не вимагає вольових зусиль.

в) Свідомо спрямоване зосередження особистості на предметах і явищах навколишньої дійсності, на внутрішній діяльності.

8. Відчуття розглядають як відображення _____ при їх безпосередньому впливі на органи чуття

А – предметів

Б – явищ

В – окремих властивостей предметів

Г - окремих властивостей предметів та явищ

9. Мініатюрний органічний пристрій, функція якого полягає в сприйманні видів енергії та перетворення її в енергію нервових імпульсів називають

А – аксоном

Б – дендритом

В – рецептором

Г – аналізатором

10. Інформацію про м'язову діяльність нам надають

А – проприоцептивні відчуття

Б - інтероцептивні відчуття

В – екстероцептивні відчуття

11. Мінімальна сила подразника, що викликає ледве помітне відчуття називається

А – чутливістю

Б – нижній абсолютний поріг чутливості

В – поріг розрізнення

12. Чутливість та величина нижнього порогу чутливості знаходяться в

А – прямій залежності

Б – зворотній залежності

13. Серед запропонованих понять виділіть властивості відчуттів

А – предметність, Б – цілісність, В – інтенсивність, Г – тривалість, Д – константність, Ж – якість,

З – просторова локалізація подразника

14. Серед запропонованих виділіть характеристики процесу відчуття

А – як наслідок виникає образ предмета

Б - як наслідок виникає диференційоване відчуття

В – пов'язано з комплексною роботою аналізаторів

Г - пов'язано з роботою одного аналізатора

15. Явище підвищення чутливості аналізаторів, яке, водночас, є доказом того, що відчуття людини пристосовані до умов життя та діяльності людини і можуть значною мірою розвиватися під впливом суспільної практики, називають

А – сенсibiliзацією, Б – синестезією, В – адаптацією

16. Сприймання - це процес:

А – цілісного відображення предметів при їх безпосередній дії на органи чуття;

Б – відображення окремого в цих предметах;

В – відображення предметів в нових, незвичних умовах та зв'язках.

17. Сприймання, як сенсорно-перцептивний процес, тісно пов'язаний з:

А – увагою; Б – відчуттям; В – увагою.

18. Основними механізмами побудови образу сприймання є:

А – мнемічні дії;

Б – інтелектуальні дії;

В – сенсорно-перцептивні дії.

19. Основними властивостями сприймання виступають:

А – об'єм;

Є – константність;

Б – предметність;

Ж – апперцепція;

В – стійкість;

З – осмисленість;

Г – цілісність (структурність);

І – вибірковість;

Д – просторова локалізація;

К – ремінісценція.

20. За Просторово-часовим критерієм сприймання поділяється на:

А – зорове; Б – свідоме; В – простору; Г – нюхове; Д – кінестетичне; Є – часу.

21. Апперцепція - це:

А — різновид руху зорового аналізатора;

Б — адекватність сприймання;

В — залежність сприймання від попереднього досвіду індивіда.

22. Вид пам'яті, заснований на встановленні в матеріалі що запам'ятовується смислових зв'язків, називається пам'яттю:

а) механічною;

б) логічною;

в) емоційною;

г) аудіальною.

23. Вид пам'яті, при якому, перш за все, зберігаються та відтворюються пережиті людиною почуття, відомий як пам'ять:

а) наочно-образна;

б) феноменальна;

в) емоційна;

г) словесно-логічна.

24. Підставою поділу пам'яті на рухову, емоційну, образну і вербальну є:

а) провідний аналізатор;

б) предмет відображення;

в) активність суб'єкта;

г) вид діяльності.

25. Вид пам'яті, що включає процеси запам'ятовування, збереження і відтворення інформації, що переробляється в ході виконання дії і необхідної тільки для досягнення мети даної дії, називається пам'яттю:

а) оперативною;

б) іконічною;

в) короткочасною;

г) ехонічною.

26. До властивостей уваги належить (вилучіть зайве):

- а) сконцентрованість;
- б) вимушеність;
- в) стійкість;
- г) обсяг.

28. Обсяг інформації, що зберігається, у короткочасній пам'яті:

- а) 7 ± 2 ;
- б) необмежений;
- в) межа невідома;
- г) у середньому 10.

29. Графік залежності забування логічно однорідної інформації з моменту її повного засвоєння називається кривою:

- а) забування Еббінгауза;
- б) розподілу;
- в) засвоєння;
- г) завчання.

30. Свідоме відтворення, пов'язане з подоланням відомих ускладнень і вимагає зусиль і старання, – це:

- а) пригадування;
- б) упізнання;
- в) уявлення;
- г) ремінісценція.

31. Основними процесами пам'яті є (вилучіть зайве):

- а) запам'ятовування;
- б) осмислення;
- в) зберігання;
- г) відтворення.

32. Вид мислення, що спирається на безпосереднє, сприйняття предметів, реальне перетворення в процесі дій із предметами, називається:

- А) абстрактним;

- Б) наочно-образним;
- В) словесно-логічним;
- Г) наочно-дійовим

33. Наочно-образне мислення пов'язано з:

- А) оперуванням поняттями;
- Б) рефлексією;
- В) оперуванням судженнями;
- Г) оперуванням уявленнями.

34. Мислительна операція, що полягає у розчленуванні об'єкта мислення як цілого на частини за допомогою внутрішніх або зовнішніх операцій – це:

- А) абстрагування,
- Б) аналіз
- В) синтез
- Г) узагальнення

35. Доберіть кожній з індивідуальних особливостей мислення певне визначення:

- | | |
|------------------|--|
| а) самостійність | 1. Уміння швидко змінювати свої дії при зміні ситуації діяльності; |
| б) гнучкість | 2. Здатність не потрапляти під вплив чужих думок, об'єктивне оцінювання аспектів явища чи факту; |
| в) глибина | 3. Вміння ставити нові завдання і розв'язувати їх, не вдаючись до допомоги інших; |
| г) критичність | 4. Уміння проникати в сутність складних питань, розкривати причину явищ |

36. Який вид мислення представлений такими характеристиками: розгорнуте в часі, має чітко виражені етапи, усвідомлюється суб'єктом:

- А) інтуїтивне;
- Б) аналітичне;
- В) абстрактне;
- Г) синтетичне.

37. Яка з перерахованих рис не є специфічною для творчого мислення

- А) надійність;
- Б) пластичність;
- В) гнучкість;
- Г) оригінальність.

38. Логічний перехід процесі мислення від загального до часткового називається:

- А) індукцією;
- Б) дедукцією;
- В) поняттям;
- Г) судженням.

39. Сукупність розумових здібностей, які забезпечують успішність пізнавальної діяльності людини, називаються:

- А) мислительними операціями;
- Б) інтелектом;
- В) критичністю мислення;
- Г) креативністю мислення.

40. Який вид уяви демонструє людина, коли читає різноманітні образи, розглядає малюнки чи креслення:

- А) продуктивну;
- Б) репродуктивну;
- В) фантазування;
- Г) мрію.

41. Який прийом уяви використаний для створення образів Гулівера, триголового змія, багаторукої богині:

- А) аглютинація;

- Б) гіперболізація;
- В) доповнення;
- Г) загострення.

42. Який прийом уяви ґрунтується на об'єднанні в новому образі властивостей чи частин інших предметів (наприклад, дракона, русалки та ін.):

- А) споріднення;
- Б) типізація;
- В) аглютинація;
- Г) виокремлення

43. Переживання задоволення потреби в чому-небудь називається:

- А) інтересом;
- Б) радістю;
- В) подивом;
- Г) здивуванням.

44. Почуття, що пов'язані з пізнавальною діяльністю називають:

- А) моральними;
- Б) інтелектуальними;
- В) естетичними;
- Г) практичними.

45. Сильне стійке тривале почуття, що захоплює людину і володіє нею, називається:

- А) афектом;
- Б) пристрастю;
- В) фрустрацією;
- Г) стресом.

46. Стійкою схильністю людини сприймати загрозу своєму «Я» у різних ситуаціях характеризується такий емоційний стан, як :

- А) настрій;
- Б) гнів;

- В) стрес;
- Г) тривога

47. Стан зростаючої емоційної напруги, що виникає в конфліктних ситуаціях, ситуаціях перешкоди, пов'язаних із сильною мотивацією, загрозою для благополуччя особистості – це:

- А) афект;
- Б) фрустрація;
- В) настрої;
- Г) стрес.

48. Сильний емоційний стан вибухового характеру, що впливає на всю особистість, характеризується бурхливим протіканням, зміною свідомості та порушенням вольового контролю – це:

- А) афект;
- Б) пристрасть;
- В) настрої;
- Г) стрес

49. Підберіть синоніми до психологічних термінів:

- | | |
|--------------|-------------------------------|
| а) агресія; | 1. Напруження, потрясіння |
| б) емпатія; | 2. Суперечка, непорозуміння |
| в) конфлікт; | 3. Співчуття, співпереживання |
| г) стрес. | 4. Нестримність, запальність |

50. Критерієм прояву волі є:

- А) вольова дія;
- Б) вольові якості особистості;
- В) вибір мотивів і цілей;
- Г) рівень інтелектуального розвитку.

51. Співвіднесіть вольові якості та їх означення:

1. Ініціативність. 2. Рішучість. 3. Організованість.

- А) полягає в умінні приймати рішення своєчасно, обдуманно, твердо, непохитно;
- Б) полягає в умінні керуватися в своїй діяльності твердо наміченим планом;

В) характеризується умінням знаходити нові нешаблонні рішення, способи їх досягнення

52. Схильність людини делегувати відповідальність за результати своєї діяльності зовнішнім силам має назву:

А) екстернальний контроль;

Б) інтровертований контроль;

В) інфернальний контроль;

Г) інтровертний контроль.

53. Виберіть вольові якості, які є базальними:

А) терплячість;

Б) рішучість;

В) цілеспрямованість;

Г) сміливість.

Змістовий модуль 3. Індивідуально-типологічні особливості особистості як суб'єкта діяльності та спілкування.

Тема 1. Темперамент і характер.

Мета: сформувати наукове уявлення про темперамент і характер, визначити властивості темпераменту і структурні компоненти характеру, розкрити психологічні характеристики типів темпераменту і характеру, з'ясувати вплив темпераменту на індивідуальний стиль діяльності людини та особливості характеру танцівника.

Питання для підготовки:

1. Поняття про темперамент і характер, їх природа і сутність.
2. Властивості темпераменту і характеристика його типів.
3. Вплив темпераменту на діяльність.
4. Структура характеру і його типологія.
5. Виховання характеру танцівника.
6. Акцентуації рис характеру.

ЛІТЕРАТУРА

I. Основна:

1. Варій М. Й. Загальна психологія : підр. [для студ. вищ. навч. закл.] / М. Й. Варій - [3-тє вид.]. – Київ : Центр учбової літератури, 2009. – 1007 с. – С. 242 -251, 622-628.
2. Гиппенрейтер Ю. Б. Введение в общую психологию: Курс лекций / Ю. Б. Гиппенрейтер. – Москва : ЧеРо, МПСИ, ОМЕГА-Л, 2008. – 336 с. – С. 256-291.
3. Загальна психологія : підручник для студентів ВНЗ / [О. В. Скрипченко, Л. В. Долинська та ін.]. – Київ : Каравела, 2011. – 464 с. – С. 407-443.
4. Маклаков А. Г. Общая психология / А. Г. Маклаков – Санкт Петербург : Питер, 2002. – 592 с. – С. 553-583.
5. М'ясоїд П. А. Загальна психологія: Навч. посіб. – 3-тє вид., випр./ П. А. М'ясоїд. – Київ : Вища школа, 2004. – 487 с. – С. 398-413, 436-452.

6. Петровский А. В. Психология: Учебник для студентов высш. пед. учеб. заведений. / А. В. Петровский, М. Г. Ярошевский. – [3-е изд.] – Москва: Академия, 2002. – 512 с. – С. 457-474.
7. Психологія / за ред. Ю.Л.Трофімова. – Київ: Либідь, 1999. – 558 с. – С. 103-111.
8. Столяренко Л. Д. Основы психологии / Л. Д. Столяренко. – [5-е изд., перераб. и доп.] – Ростов-на-Дону: Феникс, 2002.- 672 с. – С. 276-306.
9. Шамне А. В. Основы самостоятельного изучения курса общей психологии : навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів / А. В. Шамне; Міністерство освіти і науки України; Криворізький державний педагогічний університет. – Кривий Ріг: Видавничий дім, 2010. – 240 с. – С. 195-217.

II. Додаткова:

1. Климов Е.А. Индивидуальный стиль деятельности в зависимости от типологических свойств нервной системы / Е.А. Климов. – Казань: Изд-во Казанского университета, 1969. – 278 с.
2. Левитов Н. Д. Психология характера. /Н. Д. Левитов. – Москва : Просвещение, 1969. – 424 с.
3. Леонгард К. Акцентуированные личности / К.Леонгард – Ростов-на-Дону : изд-во «Феникс», 2000. — 544 с.
4. Семиченко В. А. Психологія: Темперамент / В. А. Семиченко.- Київ: Видавець О.М. Єшке, 2006. – 200 с. – Рос. мовою.
5. Токарева Н.М. Методичні рекомендації до теми «Характер» (курс загальної психології) / Н. М. Токарева. – Кривий Ріг , 2003. – 60 с.

Методичні рекомендації до вивчення теми.

На тлі загальнолюдських фізичних і психічних особливостей у кожної людини помітно виокремлюються **індивідуальні особливості**, які позначаються на її житті, поведінці, діяльності. Індивідуальні особливості особистості найяскравіше виявляються в **темпераменті, характері та здібностях**. В процесі

роботи над темою основну увагу слід звернути на поглиблення поверхневих уявлень про природу темпераменту та характеру, ознайомитись з більш глибокими їх ознаками.

У перекладі з латинської *temperamentum* – суміш, соразмірність; відповідне (належне) співвідношення частин. **Темперамент – стійке поєднання індивідуальних особливостей індивіда, пов’язаних із динамічними аспектами психічної діяльності** (С.Д.Максименко). Темперамент – це вроджені форми поведінки, які проявляються в динаміці, тонуші та врівноваженості наших реакцій на життєві впливи. Психофізіологічний аналіз структури темпераменту, за В.Д.Небиліциним, дозволяє виділити *три* основних його **компоненти**:

- **загальну активність**, яка визначається інтенсивністю та об’ємом взаємодії людини з оточуючим середовищем, її тенденцією до оволодіння та перетворення зовнішньої дійсності, до самовираження і виражається в таких рисах як інертність, пасивність, ініціативність, активність, стрімкість;
- **динаміку психічних станів**, що виявляється в моториці, точніше в ознаках м’язового руху (швидкість, сила, різкість, ритм, амплітуда);
- **емоційність** комплекс властивостей, що характеризує особливості виникнення, перебігу і згасання різних почуттів, афектів і настроїв (вразливість, чутливість, імпульсивність, емоційна лабільність (або нестабільність) – основні характеристики емоційності).

Вчення про темперамент має дуже давню історію. І протягом всієї історії свого вивчення темперамент завжди пов’язувався з органічними основами, або фізіологічними особливостями організму. З античного періоду до сьогодні утворилися три основні теоритичні напрямки або теорії, які стосуються природи темпераменту: **гуморальна** (від лат. *humor* — рідина, соки організму — кров, флегма, жовч), згідно з якою темперамент спричинює перевага в організмі певної рідини (Гіппократ-Галена, Т. Фуракава); **конституційна** згідно з якою психічний склад особистості залежність від будови (конституції) тіла (Е. Кречмер, У. Шелдон); **нервова** (І. П. Павлов, Б. М. Теплов, В. Д. Небиліцин, В. С. Мерлін та

ін.), у відповідності до якої темперамент залежить від особливостей нервової діяльності.

Характер – сукупності стійких індивідуально-психологічних властивостей людини, які виявляються у її діяльності та суспільній поведінці, у ставленні до колективу, до інших людей, праці, навколишньої дійсності та самої себе. Характер розглядається як одна з істотних особливостей психічного складу особистості, яка є цілісним утворенням, що характеризує людське "Я" як єдине ціле. Характер — це певна програма поведінки.

Існують труднощі розрізнення понять *«характер»* і *«темперамент»*. Дійсно, за своїми життєвими і поведінковими проявами характер людини дуже схожий на її темперамент стійкістю, тим, що виявляється разом з темпераментом в одних і тих самих діях і вчинках людини, формування і розвиток характеру також тісно пов'язаний з темпераментом. Характерологією асиміліровано багато з того, що складає психологічну частину уявлень про темперамент. Однак в загальному сенсі **темперамент розглядається науковцями як «природна основа», «динамічна основа» характеру.** А серед основних відмінностей між цими явищами виділяють наступні:

- Темперамент вроджений, залежить від властивостей нервової системи, визначає лише динамічні особливості психіки та поведінки, які не можуть бути оцінені як добрі чи погані, моральні чи аморальні, властивостей дуже мало, вони однакові у всіх людей (тільки розвинені в різній мірі). Людей з однаковим темпераментом доволі багато.
- Характер набутий, залежить від суспільних умов життя і виховання, може бути оціненим за вчинками людини. Рис характеру дуже багато (психологи налічують десятки тисяч). Складно знайти хочаб двох людей з однаковим характером.

І.Павловим виділив три основні властивості нервової системи – *силу, врівноваженість і рухливість* нервових процесів. Чотири основні типи ВНД було співвіднесено з античною класифікацією темпераменту.

Зв'язок типів темпераменту та типів вищої нервової діяльності стисло наведено в таблиці.

<i>Зв'язок типів темпераменту та типів вищої нервової діяльності</i>			
<i>Холерик</i>	<i>Сильний</i>	<i>Неврівноважений</i>	<i>Рухливий</i>
<i>Сангвінік</i>	<i>Сильний</i>	<i>Врівноважений</i>	<i>Рухливий</i>
<i>Флегматик</i>	<i>Сильний</i>	<i>Врівноважений</i>	<i>Малорухливий</i>
<i>Меланхолік</i>	<i>Слабкий</i>	<i>Неврівноважений</i>	<i>Інертний</i>

У працях Б.М. Теплова і В.Д. Небиліцина було показано, що: 1) структура властивостей нервової системи є складнішою, а *число комбінацій цих властивостей значно більше*, ніж це вважалося раніше; 2) основними компонентами темпераменту є *загальна активність індивіда, його моторика та емоційність*. Було доведено, що темперамент як *динамічна характеристика психічної діяльності особистості* має певні властивості, які позитивно або негативно позначаються на його проявах. Це такі основні властивості темпераменту, як *сензитивність, реактивність, пластичність, ригідність, резистентність, екстравертованість та інтровертованість*.

Пластичність – притаманна нервовій системі *властивість змінюватися під дією подразників та залишати і зберігати сліди їх впливу*. Вона виявляється у *швидкому пристосуванні до обставин, що змінюються*.

Ригідність протилежна пластичності – це складність або *нездатність змінюватись* при виконанні завдань, якщо цього потребують обставини, труднощі (аж до повної нездатності) у зміні наміченої суб'єктом програми діяльності та поведінки в умовах, що об'єктивно вимагають її перебудови.

Сензитивність (чутливість) визначається величиною подразника, що приводить до виникнення реакції, тобто це *міра чутливості до явищ дійсності*, що стосуються особистості. Сензитивність зумовлює характерологічні особливості людини, що виявляються у підвищеній чутливості до подій, які відбуваються з нею та супроводжується підвищеною тривожністю, острахом нових ситуацій, людей, усіляких випробувань і т. п.

Екстраверсія – інтроверсія – характеристика індивідуально-типологічних відмінностей людини, крайні полюси якої відповідають *переважній спрямованості реакцій та діяльності особистості назовні*, на інших (екстравертованість) *або на саму себе*, на свої внутрішні стани, переживання, уявлення (інтровертованість).

Лабільність – властивість НС, яка характеризує *швидкість виникнення та протікання процесів збудження і гальмування*.

Реактивність – це особливості реакції особистості на подразники, що виявляються в *темні, силі та формі відповіді*, а найяскравіше — в емоційній вразливості, і відображуються на ставленні особистості до навколишньої дійсності та до самої себе.

Резистентність – *міра здатності опиратися негативним або несприятливим обставинам*.

Враховуючи названі властивості темпераменту можна дати таку характеристику відомим типам темпераменту. Для *холеричного темпераменту* характерні високий рівень нервово-психічної активності та енергії дій, різкі рухи, а також сила, імпульсивність та яскрава виразність емоційних переживань. Якщо немає адекватного виховання, у холерика можуть закріпитися такі риси, як нестриманість, гарячковість, нездатність до самоконтролю в емоціогенних умовах.

Сангвінічному темпераменту притаманні висока нервово-психічна активність, різноманітність та багатство міміки і рухів, емоційність, вразливість і лабільність. Водночас, переживання сангвініка неглибокі, а його рухливість при негативних виховних впливах призводить до втрати необхідної зосередженості, до поспіху, а іноді й поверховості.

Меланхолійний темперамент пов'язується з низьким рівнем нервово-психічної активності, стриманістю та приглушеністю моторики й мовлення, значною емоційною реактивністю, глибиною і стійкістю почуттів при слабкому зовнішньому їх виявленні. Тому за недостатнього виховного впливу в меланхоліка можуть розвинутися підвищена емоційна вразливість, замкненість і

відчуженість, схильність до тяжких внутрішніх переживань, які не відповідають об'єктивній дійсності.

Флегматичний темперамент характеризується такими ознаками поведінки, як низький рівень активності та невміння переключатися, повільність і спокій у діях, міміці та мовленні, рівність, сталість, глибина почуттів і настроїв. При неадекватному вихованні у флегматика можуть розвинути такі негативні риси, як млявість, збідненість та слабкість емоцій, схильність лише до звичних дій.

Основною одиницею в структурі характеру є риса. Характерологічна риса – це єдність мотиву й дії, змісту й форми, зв'язок між якими не завжди однозначний. Це складні індивідуальні особливості, досить показові для людини, які дають змогу з певною вірогідністю передбачати її поведінку в тому чи іншому конкретному випадку.

У структурі характеру необхідно розрізняти зміст і форму. **Зміст** характеру особистості визначається суспільними умовами життя та виховання. Вчинки людини завжди чимось мотивуються, на щось або на когось спрямовуються. Щодо свого життєвого змісту, характер є певним ставленням особистості до навколишньої дійсності, до життєвих умов свого розвитку. Проте не всяке ставлення стає рисою характеру, нею стає лише вагоме, значуще ставлення людини до життєвих обставин і до власних дій. В характері риси, що взаємопов'язані і залежать одна від одної, утворюють групи, які називають **симптомокомплексами**. Б.М.Теплов запропонував класифікацію, за якою виділяють групи рис характеру, що виражають: **її ставлення до інших людей, ставлення особистості до себе ставлення до праці, ставлення до речей**. Але за **формою** наміри, прагнення реалізуються по-різному. Це залежить і від обставин, ситуацій, у яких перебуває людина, і від особливостей її характеру, передусім від темпераменту. На основі морально-психологічної природи риси характеру поділяють на **моральні, вольові, емоційні та інтелектуальні**.

У структурі характеру виокремлюють такі його компоненти: спрямованість; переконання; темперамент. **Спрямованість** є провідною в структурі характеру

особистості. Вона виявляється у вибіркового позитивному або негативному оцінному ставленні до вчинків і діяльності людей і самої себе. **Переконання** – знання, ідеї, погляди, що є мотивами поведінки людини, стають рисами її характеру й визначають ставлення до дійсності, вчинки, поведінку. **Темперамент** у структурі характеру є динамічною формою його прояву.

Аналізуючи риси характеру, слід враховувати, що характер як інтегральне утворення найбільш повно виявляє себе у таких основних **властивостях**: повноті, цілісності, визначеності, силі. Кожна з цих властивостей акумулює у собі декілька якостей особистості. **Повнота характеру** вказує на гармонійний розвиток розумових, моральних, емоційно-вольових якостей особистості, різнобічність її прагнень і захоплень. **Цілісність характеру** – це єдність психічного складу людини, незалежність проявів рис характеру від ситуацій, відсутність розбіжностей у поглядах, єдність слова та діла. **Визначеність характеру** виявляється у сталості поведінки, яка базується на переконаннях та моральних уявленнях, що складають смисл життя і діяльності людини. **Сила характеру** – це енергія, з якою людина прагне досягти поставлених цілей, її здатність до концентрації зусиль при зустрічі з перешкодами і труднощами, вміння їх долати.

Формування характеру – це процес становлення стійких психологічних утворень особистості під впливом об'єктивних і спеціально створених для цього умов, коли її дії та вчинки в результаті їх багаторазових повторень стають звичними й визначають типову модель її поведінки. Характер людини – це і передумова, й результат її реальної поведінки в конкретних життєвих ситуаціях. Зумовлюючи поведінку, він у поведінці і формується. **Мотиви поведінки, які переходять у дії і закріплюються у них, фіксуються в характері. Кожен дієвий мотив поведінки, який набуває стійкості, в майбутньому стає рисою характеру.** Шлях до формування характеру – це формування певних мотивів поведінки й здійснення вчинків, спрямованих на їх закріплення.

Характер людини формується в процесі її індивідуального життя в умовах виховання, і пізніше самовиховання. У створенні характеру вирішальними є ті

вимоги, які ставить суспільство перед особистістю, що формується. Особливо важливу роль у вихованні характеру відіграє активна діяльність особистості.

Окреме питання – це проблема різних рівнів вираженості характеру.

Акцентуації рис характеру – крайні варіанти норми як результат підсилення його окремих рис. Акцентуації характеру можуть спричинювати неадекватні дії та вчинки людини. Типи акцентуацій характеру досліджувалися К. Леонардом, А.Є. Лічко. Виділяють такі типи акцентуацій (Лічко А. Є.):

1. Гіпертимний тип. Майже завжди вирізняється добрим та навіть трохи піднесеним настроєм, високим життєвим тонусом, енергійністю, нестримною активністю. Спостерігається постійне прагнення до лідерства, зокрема неформального. Добре почуття нового співіснує з нестійкістю інтересів, а висока комунікабельність – з нерозбірливістю у виборі знайомств. Легко адаптуються до нових умов. Дуже погано переносять самотність, розмірений режим, одноманітне оточення, монотонну справу, яка потребує ретельності, вимушене неробство. Для такої особистості властиві переоцінка своїх можливостей та надмірно оптимістичні плани на майбутнє. Короткочасні спалахи роздратованості бувають викликані прагненням оточуючих придушити їх активність та лідерські тенденції. Самооцінка адекватна, але гіпертиміки нерідко намагаються показати себе більш конформними, ніж є насправді.

2. Циклоїдний тип. Фази гіпертимності та субдепресії чергуються з інтермісіями - тривалість кожної з них упідлітковому віці – один-два тижні. В субдепресивній фазі падає працездатність, до всього втрачається інтерес, особистість стає млявою, малорухливою, байдужою до всього, прагне до самотності, цурається гучних компаній. Невдачі та дрібні прорахунки тяжко переживаються. В супердепресивній фазі людина важко адаптується, оскільки погано переносить різкий злам стереотипів життя. Самооцінка варіативна, переміщується з високого до низького рівня, естійка, неадекватна. Формування її відбувається поступово, мірою нагромадження досвіду субдепресивного (дистимічного) та гіпоманіакальної (гіпертимічного) періодів.

3. Лабільний тип. Головна риса – крайня мінливість настрою, який варіює дуже часто та надто різко, з мізерних і навіть непомітних для оточуючих причин. Від настрою залежить усе – і самопочуття, і сон, і апетит, і працездатність, і комунікабельність. Емоції щирі, глибокі, особливо до тих, від кого отримують любов, увагу, турботу. Лабільна особистість має велику потребу у співпереживанні, емпатії. Своєрідна вибіркова інтуїція дає змогу відчувати, як ставляться до них оточуючі, швидко розпізнавати симпатію та прихильність, байдужість і навіть приховану ворожість, неприязнь. Лабільні особистості важко переносять психічні травми, втрату чи емоційне відторгнення з боку значущих осіб. Адаптація залежить від емоційної атмосфери групи чи спільноти, самооцінка адекватна можливостям, вирізняється щирістю та вмінням правильно підмітити риси свого характеру.

4. Астено-невротичний тип. Головні риси – підвищена стомлюваність, схильність до іпохондрії. Стомлюваність особливо проявляється в розумових заняттях та в обставинах змагання. При стомленні афективні спалахи виникають внаслідок мізерних приводів. Емоційна нестабільність легко змінюється роздратуванням і сльозами. Адаптація низька. Самооцінка, як правило, неадекватно занижена і відображає іпохондричні установки.

5. Сензитивний тип. Дві головні риси – велика вразливість та почуття особистої меншовартості. Сензитивні особистості бачать у собі чимало недоліків, зокрема щодо рис морально-етичних та вольових. Зовнішньо дуже замкнуті, тому адаптація у них відбувається важко і має болісний характер. Боязкість, нерішучість, полохливість, сором'язливість – ці якості проявляються за нових умов, при сторонніх, у незвичній обстановці. Незнайомими дуже складні неформальні контакти. Але з тими, до кого звикли, бувають достатньо комунікабельні. Не схильні до алкоголізму. Для особистостей такого типу нестерпні ситуації, коли вони стають об'єктом недоброзичливості, коли на їх репутацію падає тінь, коли зазнають несправедливих звинувачень. Самооцінка вирізняється високим рівнем об'єктивності.

6. Психастенічний тип. Головними рисами є нерішучість, схильність до розмірковування, тривожність, підозрілість, побоювання за майбутнє своє та своїх близьких, нахили до самоаналізу та легкість виникнення нав'язливих ідей.

Психастенічні риси характеру зазвичай виявляються і початкових класах школи, коли безтурботне дитинство змінюється регламентованим навчанням. Відповідати за себе, а особливо за інших буває для психастеніків найважчим завданням. Захистом від постійної тривожності за уявні неприємності та нещастя стають вигадані прикмети та ритуали. Нерішучість виявляється особливо тоді, коли необхідно зробити самостійний вибір. Адаптація низька, пов'язана з тривожністю. Самооцінка завжди занижена. Характерна для психастеніків тенденція – знаходити у своєму характері риси, які їм зовсім не притаманні.

7. Шизоїдний тип. Головні риси відлюдькуватість, замкнутість та низький рівень інтуїції в процесі спілкування. Такій людині буває дуже важко встановити неформальні емоційні контакти, і вона це болісно переживає. Швидка виснажуваність у контактах збуджує до дедалі більшого занурення в себе. Брак інтуїції виявляється в невмінні зрозуміти чужі переживання, говорити про невисловлені проблеми, вгадати бажання інших. До цього приєднується слабка здатність до співпереживання. Внутрішній світ майже завжди закритий для інших і сповнений честолюбними або еротичними захопленнями та фантазіями. Захоплення вирізняються силою, постійністю і нерідко незвичністю, вишуканістю, граціозністю. Багаті еротичні фантазії співвідносяться з зовнішньою асексуальністю. Алкоголізм та делінквентна поведінка трапляються дуже рідко. Шизоїди важко переносять ситуації, де необхідно швидко встановлювати велику кількість неформальних контактів, а також насильницьке вторгнення сторонніх у свій внутрішній світ. Адаптація на соціальному рівні не відбувається. В самооцінці інколи підкреслюється нонконформізм. Самооцінка завищена, але з констатацією негативних рис замкнутості, неконтактності, нерозуміння оточуючих.

8. Епілетоїдний тип. Головною рисою є схильність станів тужливого настрою з постійно наростаючим роздратуванням і пошуком об'єкта, на якому можна було б

зігнати злість. Ці стани тривають годинами і днями, поступово розвиваючись чи вщухаючи. З ними тісно пов'язане афективне обурення. Афекти не тільки сильні, а й тривожні, можуть сягати рівня нестямної люті. Великим напруженням вирізняється інстинктивне життя. Кохання супроводжується ревностями. Алкогольне сп'яніння проходить із гнівом і агресією. Зовнішня адаптація пов'язана з важкими конфліктами. Але епілептоїдні особистості непогано адаптуються за умов суворого дисциплінарного режиму, де намагаються бути улесливими до начальства, щоб дістати можливість володарювати над іншими. В'язкість, інертність, незграбність накладають відтінок на всю психіку – від моторики до емоцій, від мислення до особистих цінностей. Дріб'язкова охайність, причепливість, надсумлінне виконання всіх правил, навіть на шкоду справі – характерні для епілептоїдів риси. Дошкульний для оточуючих педантизм звичайно розглядається як компенсація особистої інертності. Самооцінка надто одностороння. Визначається нелюбов до мрій, віддання переваги реальному життю; більш конформні на вигляд, ніж є насправді.

9. Істероїдний тип. Головні риси – безмежний егоцентризм, ненаситна увага до себе у вигляді захоплення, шанування, співчуття. В гіршому разі перевага віддається обуренню або й люті, але тільки не байдужості. Всі інші якості насичені цією рисою. Емоції і фантазування цілком спрямовані на власну особу. Спостерігається відсутність глибоких внутрішніх переживань. Але зовнішньо демонструється глибоке співчуття. Все це має театралізований характер позування. Нездатність до сумлінної праці сполучується з високими домаганнями. Істероїди легко вживаються в роль, мистецькою грою вводять в оману довірливих людей. Претендують на панівні або на вигідні для себе позиції. Адаптуються швидко, але в новій компанії намагаються підкорити собі іншу людину за допомогою брехні, фантазій про минулі успіхи і пригоди. Це швидко розпізнають, тому істероїдні особистості змушені часто змінювати коло приятелів. Самооцінка завищена, як правило, подають себе такими, якими вигідно бути в даній ситуації, щоб звернути на себе увагу.

10. Нестійкий тип. Головна риса – небажання працювати. Неохоче підкоряються при постійному та вимогливому контролі й завжди шукають нагоди відкараскатися від праці. У них цілком відсутні вольові зусилля при виконанні обов'язків, при досягненні мети, поставленої суспільством, рідними.

Рано спостерігається тяжіння до розваг, утіх, марнотратства, бездіяльності. Вони охоче наслідують тих, хто своєю поведінкою заохочує до насолод, зміни вражень. З цим пов'язані делінквентність та алкоголізм. До близьких любові не виявляють, сім'я для них – джерело і засіб для розваг. Тяжіють до вуличних компаній. Боязкість і недостатня ініціативність призводять до того, що вони; потрапляють у залежність від приятелів. Час проводять у пустій балаканині з випадковими приятелями. Контакти, завжди поверхневі, їм не властива романтична закоханість, а статеве життя служить лише джерелом насолод. До свого майбутнього байдужі, живуть теперішнім, планів на життя не: будують. Будь-яких труднощів намагаються уникнути. Безконтрольність призводить до швидкої деградація. Самооцінка неадекватно завищена, майже завжди приписують собі риси конформності чи гіпертимності.

11. Конформний тип. Головна риса – постійна і над міру виражена пристосованість до звичного, безпосереднього оточення. Це люди свого середовища, їх життєве правило - «думати "як усі", намагатися, щоб у них було "все, як у всіх" – від одягу до суджень із найважливіших питань життя. Стають цілком "продуктами" свого оточення; за нормальних умов старанно вчаться і працюють, за асоціальних – часом засвоюють звичаї, норми, манери, поведінку відповідної спільноти. За "компанію" можуть легко спитися. Конформність сполучається з некритичністю: істинним вважається все, що потрапляє через звичний канал інформації. До цього додається консерватизм: нове конформісти не люблять, погано пристосовуються до нових умов. Нелюбом до нового узгоджується з неприязню до "чужаків". Погано переносять злам життєвих стереотипів. Самооцінка адекватна. На тлі акцентуації можуть виникнути різні розлади – девіація поведінки, гострі афектні реакції, неврози тощо.

Завдання репродуктивного рівня (1-3 бали):

1. Користуючись підручниками та першоджерелами, дайте короткі письмові відповіді на питання до підготовки (за вибором).
2. Складіть словник основних понять з теми (список за вибором):
А) темперамент, динамічність, ригідність, екстраверсія, інтроверсія, пластичність, лабільність, сензитивність, реактивність, активність, темп реакцій, емоційна збудливість, резистентність.
Б) характер, структура характеру, типи характеру, провідні риси характеру, акцентуації рис характеру, мотивація досягнень.
3. Законспекуйте статтю Б.М.Теплова, В.Д.Небиліцина «Вивчення основних властивостей нервової системи та їх значення для психології індивідуальних відмінностей»// Хрестоматія по общей психологии. Учебное пособие для студентов пед.институтков./ Под ред. проф. А.В.Петровского. – М.: Просвещение, 1977 . – С.320 – 325.
4. По психологічних ознаках, наведених нижче, визначте, про який вид темпераменту йдеться в кожному випадку:
А — людина жива, рухлива, прагнуча до частоті зміни вражень, легше інших пристосовується до нових умов життя;
Б — людина повільна, урівноважена, із стійкими прагненнями і настроєм, із слабким зовнішнім виразом душевних станів;
В — людина швидка, поривчаста, здатна віддаватися справі з пристрастю, але неврівноважена, схильна до бурхливих емоційних спалахів, різких змін настрою;
Г — людина з підвищеною емоційною чутливістю, глибоко переживає навіть незначні події, але зовні мляво реагує на оточуюче.

Завдання продуктивного рівня (3-6 балів):

1. Складіть порівняльну таблицю темпераменту та характеру.
2. Складіть схему «Загальна структура характеру» та охарактеризуйте зміст її складових.
3. Користуючись навчальними посібниками та додатковою літературою напишіть невеликий реферат за темою: «Психологічні властивості типів

темпераменту», «Вплив темпераменту на індивідуальний стиль та ефективність діяльності людини», «Врахування педагогом типу темпераменту учнів в процесі навчання та виховання», «Виховання характеру танцівника», «Провідні, типові та індивідуальні риси характеру», «Акцентуації характеру».

4. Прочитайте опис і визначте тип акцентуації характеру танцівника.

Люди такого типу завжди прагнуть бути в центрі уваги. Їм властива демонстративність у всьому. Часто це артистичні натури, яким потрібні глядачі й залицяльники. Вони завзяті й ініціативні, спритні й енергійні, якщо навколо є глядачі. Серед негативних рис – схильність до хвастоців і самореклами, лицемірство, завищена самооцінка. Їх зовнішність в чомусь обов'язково незвичайна. Вигадливі, незвичайні фасони, яскравий, блискучий одяг, своєрідні аксесуари. Людина з таким характером ніколи не надягне скромний одяг або такий, як у більшості. Їхнє вбрання й вигляд часто перевантажений яскравими деталями, можуть використовувати яскраві кричущі тони одягу й часом абсурдні їхні сполучення. Втім, якщо всі навколо будуть одягнені яскраво й по-чудернацьки, вони зволіють одягтися надто скромно.

На паркеті танцівник з таким характером демонструє не танець, а себе. Любить хитромудрі рухи, складну хореографію (яку не завжди здатний виконати технічно вірно), ефектні лінії, складні підтримки й обертання. Дуже велике значення для даного типу особистості мають глядачі і їхня увага, яку він готовий привертати будь-яким способом. Втім, завдяки цій особливості, він може легко замотивувати себе на серйозне танцювання. Імовірність зустріти на танцях висока. Створений для сцени як птах для польоту. Можна сказати, що всі гарні танцівники хоч трохи виявляють риси такого характеру. Мають потребу в глядачах і сцені.

Відносини з іншими танцівниками часто зарозуміле. Йому ажливо показати свою відмінність від інших. Якщо танцівник не має достатнього таланту або завзятості в освоєнні танцю, він може з тим же ентузіазмом доводити, що він самий бездарний, аби тільки довести всім, що він особливий.

Важко переносить конкуренцію й ревниво стежить за парами, які можуть її скласти. Невдачі приводять у лютю, критику часто не сприймає взагалі.

5. Прочитайте опис і визначте тип акцентуації характеру танцівника.

Це замкнуті, занурені в себе люди, що прагнуть до самотності, нетовариські, живуть у своєму внутрішньому світі. Схильні до фантазій, мають оригінальне мислення. Постійно щось обмірковують. Серйозні, мають стійкі інтереси. Самооцінка нестійка. Зазнають труднощів у спілкуванні, тому що погано розуміють інших і некомпетентні в мові рухів тіла (міміці, жестах, позах). Серед недоліків - емоційна холодність, байдужість і жорстокість. Легко уразливі. Люди с таким характером не розбираються в одязі, не усвідомлюють розмірів свого тіла й того, що їм іде, а що - ні, не орієнтуються в цінах і якості одягу. Тому одягтися можуть безглуздо, неадекватно обстановці й середовищу, виглядати «білою вороною». Такі люди не звертають уваги ні на свою, ні на чужу зовнішність, одягають те, що виявилось під рукою.

Керування власним тілом дається складно. Занурений у свій внутрішній світ, такий танцюрист не завжди представляє, де в нього рука, а де нога. Тому повторити найпростіші рухи за тренером часто вдається лише з 10 разу. Крім того, він повільно засвоює інформацію, до нього довго доходить, і це може дуже дратувати партнера по танцю. Якщо все-таки в нього спостерігається інтерес до танців, він скуповує підручники, диски, журнали, але користується ними вкрай рідко. Імовірність зустріти на танцях: 50-30 %. Швидше за все він прийде на танці, якщо захоче навчитися краще розуміти своє тіло й освоїти взаємодію з іншими людьми. Танці для нього в такому випадку – просто знахідка. Однак при перших невдачах він може засмутитися, розчаруватися й піти. Або, навпаки, звикнув до обстановки, може ходити на танці роками, освоюючи техніку й фігури дуже повільно, а то й зовсім – залишаючись на початковому рівні.

Відносини: На інших людей робить враження «не від миру цього». Навіть якщо танцями він займається не перший рік, виглядає так, начебто випадково заблукав на паркет з вулиці. З іншими танцюристами підтримує ввічливі формальні відносини. Найбільше дістається партнерові, якому варто побажати

тільки одного - ангельського терпіння й доброзичливості. Танцівник з таким характером не схильний часто міняти партнерів, навпаки, намагається зберегти того, з ким став у пару на першому занятті. Розпад пари для нього - трагедія світового масштабу, до нового партнера звикає з великим зусиллям, а то й зовсім кидає танці.

6. Прочитайте опис і визначте тип акцентуації характеру танцівника.

Це дуже активні, рухливі люди з постійно підвищеним настроєм, їхня головна особливість - високий життєвий тонус і життєлюбство. Мають високу самооцінку. Вони оптимісти, захоплені, ініціативні, добрі, сміливі й схильні до ризику. Серед недоліків - непосидючість, деяка поверхневність, поспіх. Одягнені можуть бути по-різному, неоднорідно й не в одному стилі. Як би не був одягнений така людина, у всьому вигляді відчувається деяка недбалість, непродуманість вигляду. Уникають сумовитого, нудного одягу похмурих кольорів.

В танцювальній діяльності легко надихається й легко втрачає інтерес. Саме складне для нього - цілеспрямовано й планомірно відпрацьовувати різні аспекти танцю. Тому він часто схильний засвоювати й відпрацьовувати в першу чергу елементи, що сподобалися, ті, які надихають. Правда, оптимізм і ентузіазм можуть послужити розвитку танцювальної кар'єри, оскільки на багато труднощів і складнощів він просто не зауважує. У пориві натхнення може міняти й переробляти свою схему, що приводить до конфліктів у парі. Імовірність зустріти на танцях висока, особливо в групах масового танцю.

Часто приходять на танці з метою розширити коло знайомих, завести нових друзів, «потусоватись». Однак, якщо почнуть займатися серйозно, можуть досягти непоганих результатів. Через завищену самооцінку схильні бачити причину своїх невдач у партнері й розчаровуватись в тренерах. Тому можуть часто й безпричинно міняти партнерів і колективи, що не йде на користь кар'єри.

Відносини з іншими танцівниками дружні. Він може виконувати роль масовика-витівника, бути ініціатором різних заходів, виїздів на природу та ін. В оточуючих людей викликає позитивні емоції, навіть із найближчими суперниками

й конкурентами схильний будувати скоріше добросусідські відносини. Єдина людина, що може зазнавати труднощів у спілкуванні з ним - партнер.

7. До якого симптомокомплексу в структурі характеру за змістом (Б.М.Теплов) можна віднести рисі характеру, про які йдеться в тексті? Які риси не названі? Яким чином пов'язані характер і діяльність?

«Заняття хореографічним мистецтвом сприяють не тільки фізичному розвитку дитини. Дисциплінованість, працьовитість і терпіння – ті риси характеру, які необхідні не тільки в хореографічному класі, але і в побуті. Ці якості роками виховуються педагогами-хореографами і визначають успіх у багатьох справах. Таке необхідне почуття відповідальності, в житті виводить вперед дітей, що займаються хореографією. Неможна підвести того, хто поруч стоїть в танці, не можна спізнитися, тому що в залежності від тебе, твоїх вчинків залежать інші, не можна не вивчити, не виконати, не доопрацювати. Акуратність в хореографічному виконавстві, охайність форми в хореографічному класі переноситься і на зовнішній вигляд дітей у школі. Вони виділяються не тільки своєю поставою, але і зачіскою, чистотою й елегантністю носіння одягу. Діти з хореографічного класу ніколи не пройдуть попереду старшого, сумки та портфелі дівчаток завжди в руках у хлопчиків. Повага, уважність і турбота про інших – необхідна якість в характері дітей, які займаються хореографією, і заняття хореографією вирішують ці завдання» (Голдріч О.С.).

Завдання творчого рівня (6-15 балів):

1. Складіть поради для учасників хореографічного колективу з різним типом темпераменту на тему: «Як компенсувати «мінуси» та підсилити «плюси» власного темпераменту».
2. Спираючись на результати власних спотережень айте відповіді на наступні питання: Чи можна зустріти в танцювальному колективі представників різних типів темпераменту за типологією Е. Кречмера? Чи можна змінити темперамент, займаючись танцями? Чи впливає темперамент на рішення займатись танцювальною діяльністю, на вибір напряму хореографічної діяльності?

3. Ознайомтесь з біографією і особливостями професійної діяльності А. Я. Ваганової і складіть її психологічний портрет. Які особливості темпераменту і характеру сприяли професійному становленню відомого хореографа? Як пов'язані характер і особливості діяльності людини?

Тема 2. Здібності.

Мета: зрозуміти природу здібностей та їх соціально-історичну зумовленість, співвідношення соціального і біологічного в становленні здібностей, їх види, рівні, природу загальних і спеціальних здібностей, з'ясувати можливі шляхи діагностики здібностей та шляхи їх формування.

Питання для підготовки:

1. Поняття про здібності та їх природу.
2. Види здібностей і їх характеристика. Хореографічні здібності.
3. Структура здібностей.
4. Проблема вимірювання здібностей. Шляхи дослідження і розвитку моторної обдарованості та хореографічних здібностей.
5. Розвиток і формування здібностей.

ЛІТЕРАТУРА

I. Основна:

1. Варій М. Й. Загальна психологія : підр. [для студ. вищ. навч. закл.] / М.Й. Варій - [3-тє вид.]. – Київ : Центр учбової літератури, 2009. – 1007 с. – С. 616-618.
2. Гиппенрейтер Ю. Б. Введение в общую психологию: Курс лекций / Ю. Б. Гиппенрейтер. – Москва : ЧеРо, МПСИ, ОМЕГА-Л, 2006. – 336 с. – С. 244-256.
3. Загальна психологія : підручник для студентів ВНЗ / [О. В. Скрипченко, Л. В. Долинська та ін.]. – Київ : Просвіта, 2005. – 464 с. – С.444-457.
4. Маклаков А. Г. Общая психология / А. Г. Маклаков – Санкт Петербург : Питер, 2002. – 592 с. – С. 535-552.
5. М'ясоїд П. А. Загальна психологія: Навч. посіб. – 3-тє вид., випр./ П. А. М'ясоїд. – Київ : Вища школа, 2004. – 487 с. – С. 416-435.

6. Петровский А. В. Психология: Учебник для студентов высш. пед. учеб. заведений. / А. В. Петровский, М. Г. Ярошевский. – [3-е изд.] – Москва: Академия, 2002. – 512 с. – С. 475-493.
7. Психологія / за ред. Ю.Л.Трофімова. – Київ: Либідь, 1999. – 558 с. – С. 114-115.
8. Столяренко Л. Д. Основы психологии / Л. Д. Столяренко. – [5-е изд., перераб. и доп.] – Ростов-на-Дону: Феникс, 2002.- 672 с. – С. 273-276.
9. Шамне А. В. Основы самостійного вивчення курсу загальної психології : навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів / А. В. Шамне; Міністерство освіти і науки України; Криворізький державний педагогічний університет. – Кривий Ріг: Видавничий дім, 2010. – 240 с. – С. 172-194.

II. Додаткова:

1. Вильсон Г. Психология артистической деятельности: таланты и поклонники / Г. Вильсон. – Москва : Когито-Центр, 2001. – 384 с.
2. Грэнлюнд Э. Танцевальная терапия. Теория, методика, практика. / Э. Грэнлюнд, Н. Ю. Оганесян. – Санкт Петербург : Речь, 2004. – 228 с.
3. Дружинин В.Н. Психология общих способностей / В. Н. Дружинин – Санкт Петербург : Питер, 1999. – 356 с.
4. Зайфферт Д. Педагогика и психология танца. Заметки хореографа: Учебное пособие / Пер. с нем. В. Штакенберга. – Санкт-Петербург : Издательство «Лань»; Издательство «ПЛАНЕТА МУЗЫКИ», 2012. – 128 с.
5. Кузьмина Н. В. Формирование педагогических способностей / Н. В. Кузьмина. – Ленинград : Ленинградский университет, 1961. – 218 с.
6. Кульчицька О. Проблема обдарованості в сучасній психології // Обдарована дитина. - 2008. - №1. – С.2-8
7. Партико Г. Б. Загальна психологія: Підручник / Г. Б. Партико. – Київ : Видав. дім. Ін.Юре, 2008. – 416 с.
8. Платонов К. К. Проблемы способностей. / К. К. Платонов – Москва : Наука, 1972. – 312 с.
9. Поклад І. М. Особливості структурної організації хореографічних здібностей молодших школярів // Проблеми загальної та педагогічної психології: Зб. наук.

праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України / За ред. Максименка С. Д. – Київ, 2000. – Т. II, Ч.6. – С. 264-267.

10. Савченко В.М. Танец исцеления. Искусство педагога. [учеб.-метод. Практ. пособие] / Савченко В. М., Савченко Т. В. – Кривой Рог: Чернявский Д. А., 2010. – 284 с.
11. Тарашева О. О. Формування фахових умінь майбутніх вчителів хореографії засобами українського народного танцю : Автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.14 / Інститут педагогіки і психології професійної освіти АПН України. Київ, 2002. – 20 с.

Методичні рекомендації до вивчення теми.

При вивченні теми «Здібності» необхідно спиратися на раніше засвоєні знання про єдність біологічного та соціального в психіці, про співвідношення психічних процесів та властивостей у структурі особистості, про єдність свідомості та діяльності. **Здібності - індивідуально-психологічні особливості людини, які виражають її готовність до оволодіння певними видами діяльності й до їхнього успішного здійснення.** Говорячи про *індивідуально-психологічні* особливості, підкреслюють те, що вони: по-перше, мають психологічну природу, по-друге, індивідуально варіюють. Підкреслюючи зв'язок здібностей з *успішним здійсненням діяльності*, ми обмежуємо коло особливостей, що індивідуально-варіюють, тільки тими, які забезпечують ефективний результат діяльності. Таким чином, до здібностей не попадають властивості темпераменту або характеру, хоча вони є й психологічними й такими, що індивідуально варіюють. Нарешті, слово ще більше обмежує коло обговорюваних індивідуально-психологічних властивостей, залишаючи за його межами навички, уміння, знання.

Здібності проявляються у швидкості, глибині та міцності оволодіння засобами і прийомами діяльності.

Біологічні передумови до розвитку здібностей називають **здатками**. **Здатки – спадкові властивості периферичного і центрального нервового**

апарату – є суттєвими передумовами здібностей людини, але лише передумовами. Найбільш обґрунтованими науковцями **ознак задатків** на сьогодні є **активність** (переважання процесів збудження) і **саморегуляція** (переважання процесів гальмування). Роль задатків більш очевидна в простих здібностях (наприклад, здібності швидко виробляти рухові навички). Щодо суто людських здібностей (музичних, хореографічних, педагогічних тощо), - вони розвиваються тільки в процесі відповідної діяльності. Причому, розвиток таких здібностей підпорядковується принципу компенсації. Між тим, які саме здібності сформуються на основі задатків, залежатиме не від задатків, а від умов життя, виховання та навчання. На ґрунті одних і тих самих задатків можуть розвинути різні здібності. Більш того, задатки які не знаходять відповідних умов для переростання у здібності, так і залишаються нерозвиненими.

До задатків, які складають умову для розвитку хореографічних здібностей відносять анатомо-фізіологічні особливості кістково-м'язового апарату дитини (тип статури, еластичність м'язів та зв'язок, рухливість суглобів, гнучкість хребта), музично-рухову координацію і артистизм.

Отже, здібності – властивості індивідуальності, що мають складну багаторівневу природу.

Здібності людей поділяють на види передусім за змістом і характером діяльності, в якій вони виявляються. Розрізняють загальні й спеціальні здібності. **Загальними** називають **здібності** людини, що тією чи іншою мірою виявляються у всіх видах її діяльності (здібності до навчання, здібності до праці, загальні розумові здібності людини. Вони спираються на загальні вміння, необхідні в кожній галузі діяльності, зокрема такі, як уміння усвідомлювати завдання, планувати й організовувати їх виконання, використовуючи наявні в досвіді людини засоби, розкривати зв'язки тих речей, яких стосується діяльність, оволодівати новими прийомами роботи, переборювати труднощі. Під **спеціальними здібностями** розуміють здібності, що виразно виявляються в окремих спеціальних галузях діяльності (наприклад, сценічній, музичній, хореографічній, танцювальній, спортивній тощо). Розрізнення загальних і

спеціальних здібностей має умовний характер. Загальні здібності виявляються в спеціальних, тобто здібностях до якоїсь певної, конкретної діяльності. З розвитком спеціальних здібностей розвиваються і загальні їх сторони. Високі спеціальні здібності мають у своїй основі достатній рівень розвитку загальних здібностей. Так, високі поетичні, музичні, артистичні, технічні та інші здібності завжди спираються на високий рівень загальних розумових здібностей. Разом з тим за приблизно одного й того самого розвитку загальних здібностей люди часто різняться за своїми спеціальними здібностями. Учні, котрі мають високі загальні здібності до навчання, нерідко виявляють їх однаковою мірою щодо всіх шкільних предметів. Водночас одні з них виявляються особливо здібними до малювання, другі – до музики, треті – до хореографії.

Кожна здібність має свою структуру, в ній розрізняють провідні й допоміжні властивості.

Так, провідними властивостями

- у педагогічних здібностях є педагогічний такт, спостережливість, любов до дітей, потреба в передаванні знань;
- у художніх – особливості творчої уяви і мислення; властивості зорової пам'яті, що сприяють створенню і збереженню яскравих образів, розвиток естетичних почуттів, що проявляються в емоційному ставленні до сприйнятого, вольові якості особистості, що забезпечують перетворення задуму в дійсність.
- у хореографічних – здібність сприймати і передавати за допомогою рухів характер музики та її зміст, експресивність, здібність вільно орієнтуватись в просторі відповідно до музичної форми, здібність ритмічно та виразно рухатись, імпровізувати.

Хореографічні здібності – один із видів спеціальних здібностей, які пов'язані з успіхами індивіда в галузі хореографії. Вони включають сенсорно-перцептивні, психомоторні й емоційні компоненти, які виявляються у підвищеній чутливості до музично-рухових та інтелектуально-творчих проявів, пов'язані з високим рівнем продукування нових пластичних образів, фантазією й

уявою, відчуттями і волею та дозволяють людині адекватно оцінювати нові ситуації і вирішувати нові проблеми, створювати нові творчі продукти. Структурними компонентами хореографічних здібностей виступають також знання, вміння й навички, які реалізуються в хореографічній діяльності. Водночас, ця структура включає особистісні характеристики індивіда та його ставлення до хореографічного мистецтва.

Перед тим, як перейти до розгляду шляхів дослідження здібностей слід зазначити, що їм притаманні **якісні та кількісні характеристики**. Кожна здібність є синтетичною властивістю людини, яка охоплює цілу низку часткових властивостей. Вони і будуть визначати **якісну** неповторність даної здібності. Наприклад, чутливість, спостережливість; здатність перетворювати дійсність в образи та уявлення; зміст твору в його представленість засобами танцю. **Кількісні** виміри здібностей характеризують ступінь їхньої вираженості. Важливим з психологічної й, особливо, з педагогічної точок зору є висновки Б. М. Теплова щодо необхідності якісного, а не кількісного підходу до структури здібностей, можливості нерівномірного розвитку їх компонентів та компенсації одних здібностей іншими.

Найпоширенішою формою оцінки міри вираженості здібностей є тести. Тільки в останні два десятиліття вітчизняні психологи зайнялися систематичною розробкою оригінальних тестів, а також адаптацією зарубіжних. При дослідженні здібностей використовують систему тестів, які поступово ускладнюються. Ця система дістала назву батареї тестів (тести досягнень, тести креативності).

Між тим, за допомогою тесту не можна чітко розмежувати власне здібності і ті умови від яких вони залежать. Різнопланове вивчення здібностей передбачає поєднання кількісного аналізу з якісним. Крім тестів для дослідження здібностей доречним буде застосування методик спостереження за динамікою діяльності, аналізу продуктів діяльності, лабораторного експерименту та інших.

У психології виділені дві сторони розвитку здібностей – загальна й особистісна. Щодо **загального розвитку здібностей**, слід акцентувати увагу на той факт, що з появою нових видів діяльності в історичному процесі виникає

потреба у відповідній спеціалізації здібностей. Якщо виділити основні тенденції загального розвитку здібностей, можна стверджувати: по-перше, здібності розвиваються в напрямку спеціалізації, по-друге, – від фізичних до інтелектуальних, що забезпечують успішність теоретичного засвоєння дійсності.

Аналіз проведений Б. Ф. Тепловим, свідчить про те, що, незважаючи на наявність у здібностях загально психологічного, «родового», вони завжди є суто індивідуальними, а значить такими, що є результатом процесу **особистісного розвитку**.

На думку Ю. Б. Гіппенрейтер, тонкі механізми формування й розвитку здібностей ще невідомі. Між тим, відомості про сензитивні періоди формування психічних функцій, особливості мотивації, самооцінки особистості є ключовими моментами у вирішенні питань про механізми розвитку здібностей.

Формування хореографічних здібностей – розвиток єдиного комплексу, складного особистісного багаторівневого утворення, в основі якого лежать хореографічні знання, вміння, навички, задатки загального і спеціального характеру, а також сукупність основних базисних компонентів, куди входять музично-рухові можливості, інтелектуально-творчий потенціал та мотиваційно-особистісні характеристики суб'єкта, які специфічно проявляються в галузі хореографії.

Рівень та ступінь розвитку здібностей виражають поняття *обдарованість, талант, геніальність*. **Обдарованість** – загальні моменти здібностей, які зумовлюють широту можливостей людини та її розумовий потенціал та забезпечуються сукупністю задатків і природних передумов здібностей. Обдарованість – це наявність внутрішніх умов для видатних досягнень в діяльності. **Талант** – *високий рівень розвитку здібностей*, насамперед *спеціальних*, що виявляється у творчих досягненнях. Про наявність таланту можна судити за результатами діяльності людини: вони повинні відрізнятися принциповою *новизною, оригінальністю* підходу до їх досягнення. **Геніальність** – *вищий рівень розвитку здібностей* як загальних (інтелектуальних), так і спеціальних. Про наявність геніальності можна говорити лише у випадку

досягнення особистістю таких результатів творчої діяльності, що складають епоху в житті суспільства, у розвитку культури.

Завдання репродуктивного рівня (1-3 бали):

1. Користуючись підручниками та першоджерелами, дайте короткі письмові відповіді на питання до підготовки (за вибором).
2. Складіть словник основних понять з теми: дібності, задатки, нахили, інтереси, структура здібностей, загальні здібності, спеціальні здібності, обдарованість, талант, геніальність, майстерність.
3. Підготуйте письмову доповідь за однією з тем (на вибір): «Поняття про здібності та задатки», «Загальні і спеціальні здібності», «Структура хореографічних здібностей», «Розвиток і формування здібностей», «Роль спадковості та довколишнього середовища у процесі формування здібностей».
4. Випишіть з тексту слова які визначають здібності:
працелюбність, наполегливість, музикальність, творча уява, спостережливість, кмітливість, талановитість, глибина почуттів, багатство міміки, життєрадісність, винахідливість, ригідність, принциповість, ініціативність, рішучість, геніальність, емоційність.
5. Законспекуйте статтю: Кульчицька О. Проблема обдарованості в сучасній психології // Обдарована дитина. - 2008. - №1. – С.2-8

Завдання продуктивного рівня (3-6 балів):

1. Знайдіть в тексті всі знайомі вам психічні явища. Визначте до якого класу психічних явищ належить кожне з них. Доведіть, що хореографічні здібності можна розглядати як складне особистісне багаторівневе утворення.

«В процесі розробки програми цілісного формування хореографічних здібностей психологи спирались на провідні ідеї основних концепцій хореографічної освіти: розвитку хореографічних здібностей учнів шляхом залучення їх до такої хореографічної діяльності, яка вимагає вияву цих здібностей; осягнення емоційного змісту музично-хореографічного твору через художній переказ; розвитку образно-асоціативного мислення, художньо-творчої

уяви, внутрішньої свободи, зацікавленості хореографічним мистецтвом; поєднання в єдиний комплекс основних видів хореографічної діяльності (сприймання, виконання, творення) та засвоєння учнями загальнопошукових умінь у зазначених видах хореографічної діяльності, що забезпечує повноцінне формування хореографічних здібностей; стимулювання творчої самореалізації, емоційності та рухової активності школярів через організацію поетапного включення їх у творчу хореографічну діяльність; застосування у навчально-виховному процесі особистісно зорієнтованого підходу під час опанування дітьми хореографічним мистецтвом».

2. Розкрийте сутність бібліографічного методу і його значення для дослідження психологічних особливостей прояву та становлення хореографічної обдарованості.
3. Дослідіть співвідношення та якісну характеристику понять: геніальність, обдарованість, талант, майстерність. Складіть порівняльну таблицю.
4. Підготуйте реферат на тему (на вибір): «Розвиток творчих здібностей», «Шляхи дослідження і розвитку моторної обдарованості та хореографічних здібностей», «Розвиток і формування здібностей засобами хореографічного мистецтва», «Розвиток і формування організаторських та комунікативних здібностей у майбутніх керівників хореографічного колективу».
5. До якої зі складових хореографічних здібностей (інтелектуально-творчий потенціал, музично-рухові можливості, мотиваційно-особистісні властивості) можна віднести наступні психічні якості дитини:

Високий розвиток сенсорних процесів, художньо-естетична спрямованість пошукової діяльності, пластично-емоційна виразність, здатність до аналітико-синтетичної діяльності, взаємозв'язок конвергентного і дивергентного мислення, інтерес до хореографічного мистецтва, вміння знаходити нові, оригінальні нестандартні рішення рухових завдань, пізнавально-рухова активність, почуття ритму висока мотивація досягнень, працездатність.

6. Про що свідчать подібні факти? Як вони характеризують природу здібностей?

В. А. Моцарт у 4 роки почав писати музику, у 8 — створив перші сонати і симфонії, в 11 — оперу. І.Ю. Репін у 3 роки вирізував з паперу коників, а у 6 — малював фарбами. Досить рано прокинувся поетичний і малярський геній Т. Г. Шевченка. Х. Капабланка у 13 років став чемпіоном Куби, а свою першу шахову перемогу здобув у 4 роки, через кілька годин після того, як побачив гру батька з сусідом. Т. Едісон почав своє винахідництво в 12 років, коли, розвозячи газети, організував у багажному вагоні лабораторію. У. Гамільтон у 12 років володів дванадцятьма мовами.

Завдання творчого рівня (6-15 балів):

1. Психологи доводять, що необхідними умовами розвитку і становлення обдарованої особистості в області хореографічного мистецтва є наступні:

а) наявність можливості спілкування та взаємодії на різних етапах індивідуального розвитку з високоосвіченими дорослими (ціннісні орієнтири сімейного виховання та дорослих із найближчого оточення);

б) індивідуальні особливості розвитку, прояви нахилів та здібностей до хореографічного мистецтва (перші інтереси дитини, умови формування здібностей, специфіка прояву хореографічної обдарованості);

в) реалізація творчого потенціалу протягом життя (особливості професійної діяльності артиста, широта інтересів, внесок у світове мистецтво);

г) індивідуально-характерологічні якості митця.

Крім того, інтегральна особистісна структура, яка забезпечує видатні досягнення в сфері хореографічного мистецтва, охоплює: музично-руховий і інтелектуально-творчий потенціал високого рівня сформованості та комплекс особистісно-індивідуальних якостей, що складають внутрішні умови реалізації хореографічної обдарованості. До них можна віднести темпераментальні ресурси, різноманітність художніх інтересів, ціннісно-мотиваційне ставлення до хореографічної творчості як діяльності, що має особистісний сенс.

Розгляньте декілька біографій відомих діячів хореографічного мистецтва і зробіть висновки про ступінь об'єктивності такої думки.

2. Користуючись власним досвідом та біографічними відомостями відомих танцівників і хореографів наведіть приклади різного рівня розвитку хореографічних здібностей (обдарованості, таланту, геніальності).
3. Складіть психологічні рекомендації керівникові дитячого хореографічного колективу щодо розвитку та формування здібностей. Наведіть приклади ролі освітнього середовища у процесі формування хореографічних здібностей.

Тема 3. Особистість як об'єкт і суб'єкт спілкування.

Мета: розглянути поняття спілкування, його функції, види і форми, з'ясувати його роль в житті людини, визначити можливості розвитку навичок спілкування засобами танцювальної діяльності.

Питання для підготовки:

1. Соціальна психологія особистості.
2. Роль спілкування у житті людини. Функції спілкування.
3. Види і форми спілкування.
4. Закономірності спілкування і взаємодії.
5. Розвиток навичок спілкування в танцювальній діяльності. Рухові стереотипи

ЛІТЕРАТУРА

I. Основна:

1. Андреева Г. М. Социальная психология / Г. М. Андреева. – Москва : Аспект Пресс, 2001. – 384 с.
2. Загальна психологія : підручник для студентів ВНЗ / [О. В. Скрипченко, Л. В. Долинська та ін.]. – Київ : Просвіта, 2005. – 464 с. – С.381-406.
3. Кан-Калик В. А. Педагогическое общение как предмет теоретического и прикладного исследования / В. А. Кан-Калик, Г. А. Ковалев // Вопросы психологии. – 1985. – № 4. – С. 9 – 16.
4. Лабунская В. А. Невербальное поведение (социально-перцептивный подход). / В. А. Лабунская. – Ростов н/Д.: Изд-во Ростов.ун-та, 1986. – 135 с.
5. Москаленко В. В. Соціальна психологія: Підручник / В. В. Москаленко – Київ : Центр навчальної літератури, 2005. – 624 с. – С. 369-510.

6. Петровский А. В. Психология: Учебник для студентов высш. пед. учеб. заведений. / А. В. Петровский, М. Г. Ярошевский. – [3-е изд.] – Москва: Академия, 2002. – 512 с. – С. 233-261.
7. Психологія / за ред. Ю.Л.Трофімова. – Київ: Либідь, 1999. – 558 с. – С. 368-494.
8. Орбан-Лембрик Л. Е. Соціальна психологія: Навч. посібник./ Л. Е. Орбан-Лембрик. – Київ: Академвидав, 2005. – 448 с. – С.165-271.
9. Социальная психология: учебное пособие / [Отв ред А. Л Журавлев]. – Москва: ПЕР СЭ, 2002. – 351с. – С. 123-192.
- 10.Столяренко Л. Д. Основы психологии / Л. Д. Столяренко. – [5-е изд., перераб. и доп.] – Ростов-на-Дону: Феникс, 2002.- 672 с. – С. 393-420.

II. Додаткова:

1. Биркенбил В. Язык интонации, мимики, жестов./ В. Биркенбил; [пер. с нем.]. – СПб.: Питер, 1997. – 126 с.
2. Варій М. Й. Загальна психологія : підр. [для студ. вищ. навч. закл.] / М.Й. Варій - [3-тє вид.]. – Київ : Центр учбової літератури, 2009. – 1007 с. – С. 415, 523-631, 791-794, 796-800, 974-977.
3. Вердербер Р. Психология общения / Рудольф Вердербер, Кэтлин Вердербер ; [пер. с англ. И. Андреевой, А. Кулакова и др.] – Санкт-Петербург : прайм ЕВРОЗНАК, 2003. – 320 с. (Серия «Главный учебник»).
4. Зимбардо Ф. Социальное влияние. / Ф. Зимбардо, М. Ляйппе – Санкт-Петербург : Питер, 2000. – 448 с.
5. Ильин Е. П. Психология общения и межличностных отношений / Евгений Павлович Ильин. – Санкт-Петербург Питер, 2010. – 576 с. – (Серия «Мастера психологии»).
6. Кабаченко Т. С. Методы психологического воздействия: Учебное пособие. – М.: Педагогическое общество России, 2000.
7. Лепский В. Е. Манипулятивное воздействие и рефлексивное управление / В. Е. Лепский // Психологический журнал. – 1996. № 6. –Т. 17. – С. 139-144.

8. Майерс Д. Социальная психология./ Девид Майерс [пер. з англ.] – Санкт-Петербург : Питер, 1998. – 684 с. (Серия «Мастера психологии»).
9. Пиз А. Язык жестов./ А. Пиз [пер. с англ.]. – Воронеж : НПО «МОДЭК», 1992. – 218 с.
10. Реан А. А. Социальная педагогическая психология / А. А. Реан, Я. Л. Коломинский. – Санкт-Петербург : Питер Ком, 1999. – 416 с. – (Серия «Мастера психологии»).
11. Сидоренко Е. В. Психология влияния и противостояния/ Е. В. Сидоренко – Москва : Дело, 1995 – 325 с.
12. Татенко В. О. Психологія впливу: суб'єктна парадигма // Наукові студії із соціальної та політичної психології: Збірник статей. – Київ: Сталь, 2000. – Вип. 3 (6). – С. 3-18.
13. Чалдини Р. Психология влияния. / Р. Чалдини [пер. з англ.] – СПб.: Питер, 1999. – 270с.

Методичні рекомендації до вивчення теми.

Студенти мають наукове уявлення про особистість як суб'єкт діяльності (модуль 1, тема 4). На данному етапі вивчення курсу необхідно уточнити специфіку дослідження особистості в соціальній психології. **Соціальна психологія**, користуючись визначенням особистості, яке дає загальна психологія, **з'ясовує, яким чином, тобто, перш за все, в яких конкретних групах, особистість, з одного боку, засвоює соціальні впливи** (через яку з систем її діяльності) **а, з другого боку, яким чином, в яких конкретних групах вона реалізує свою соціальну сутність** (через які конкретні види спільної діяльності). Отже, для соціальної психології головним орієнтиром в дослідженні особистості є взаємовідношення особистості з групою, виявлення тих закономірностей, яким підкоряються поведінка і діяльність особистості, включеної в певну соціальну групу. Зокрема, соціальна психологія особистості вирішує спеціальні проблеми: засобом яких груп здійснюється вплив суспільства на особистість (проблема соціалізації); яким є результат активного освоєння особистістю всієї системи соціальних

зв'язків; як особистість діє в умовах активного спілкування з іншими в тих реальних ситуаціях і групах, де протікає її життєдіяльність (проблема соціальної установки).

Соціально-психологічні властивості особистості розглядаються як «вторинні» по відношенню до «базових» властивостей, що вивчаються в загальній психології. В контексті дослідження **соціально-психологічних здібностей** важливим питанням є проблема формування соціального інтелекту особистості та її соціальної компетентності. **Соціальний інтелект** – набір психічних властивостей особистості, який дозволяє людині шляхом розумових операцій ефективно взаємодіяти з іншими людьми, здатність до усвідомлення і вирішення в розумовому плані різних завдань і проблем, що постають в реальних ситуаціях життя. **Соціальна компетентність** – базисна, інтегральна характеристика особистості, що відображує її досягнення в розвитку стосунків з іншими людьми, забезпечує повноцінне оволодіння соціальною реальністю і дає можливість ефективно вибудовувати свою поведінку в залежності від ситуації й у відповідності з прийнятими в соціумі на даний момент нормами й цінностями. До її складу входять:

- уміння орієнтуватись в соціальних ситуаціях;
- уміння правильно обирати особистісні особливості та емоційні стани інших людей;
- уміння обирати адекватні засоби спілкування і поводження з людьми, а також реалізовувати їх в процесі взаємодії.

Крім того, у людини повинні бути певні знання (включаючи вузькоспеціальні), особливі способи мислення і навички. Вищі рівні компетентності передбачають ініціативу, організаторські здібності, здатність оцінювати наслідки своїх дій.

Афіліація (від англ. affiliation – з'єднання, зв'язок) – потреба (мотивація) у спілкуванні, в емоційному контакті, дружбі, любові. Афіліація виявляється у прагненні бути в спілкуванні з іншими людьми, взаємодіяти з оточуючими, давати комусь допомогу і підтримку і приймати її від іншого.

Спілкування – це складний багатоплановий процес встановлення й розвитку контактів між людьми, породжуваний потребою спільної діяльності й обміну інформацією, що включає в себе вироблення єдиної стратегії взаємодії, сприйняття й розуміння іншої людини.

Враховуючи, що спілкування є досить складним феноменом, для більш ґрунтовного розуміння слід розглянути його структуру. Найбільш поширеною є структура трьох взаємозалежних сторін (функцій за Г. М. Андрєєвою): комунікативної, інтерактивної й перцептивної.

Комунікативна сторона спілкування, або комунікація у вузькому змісті слова, полягає в обміні інформацією між індивідами, що спілкуються.

Інтерактивна сторона полягає в організації взаємодії між індивідами, що спілкуються, тобто в обміні не тільки знаннями, ідеями, але й діями.

Перцептивна сторона спілкування означає процес сприйняття й пізнання один одного партнерами по спілкуванню й установа на цій основі взаєморозуміння.

Міжособистісна комунікація визначається як процес обміну інформацією, який призводить до розвитку і *зміни останньої в загальному інформаційному полі*, яке створюється партнерами зі спілкування. Комунікативний акт завжди складається як *мінімум з двох партнерів*, які пов'язані між собою *єдиним інформаційним простором*. Людина, яка в процесі спілкування передає партнеру інформацію, в соціальній психології іменується *“комунікатором”*. Партнер, який приймає й інтерпретує інформацію – *реципієнт*. *Зворотний зв'язок* – це інформація про те, як реципієнт сприймає комунікатора, як оцінює його поведінку і слова.

В теорії комунікації було представлено різні структурні моделі комунікації, Серед яких найбільшого поширення набула лінійна модель що була сформульована Г.Д. Лассуеллом. Вона включає п'ять елементів:

- 1) хто? (передає повідомлення) – комунікатор;
- 2) що? (передається) – зміст комунікації;
- 3) як? (здійснюється передача) – засоби комунікації;

- 4) кому? (направлено повідомлення) – аудиторія;
- 5) з яким ефектом? – ефекти впливу.

За характером впливу інформація, що йде від комунікатора, може бути спонукальною і констатуючою. **Спонукальна інформація** виявляється в наказі, проханні, інструкції, пораді. Вона розрахована на те, щоб стимулювати певні дії реципієнта.

Констатуюча інформація виступає у формі повідомлення і передбачає зміну поведінки не прямо, а опосередковано і поступово. Залежно від спрямованості інформації, яка йде від комунікатора, виокремлюють аксіальну та ретиальну комунікації. **Аксіальна** (від лат. – axis – вісь, осьовий) – спрямовує свої сигнали до якогось *окремого отримувача* інформації (індивідуального чи групового). **Ретиальна** (від лат. – rete – мережа) – має своїм адресатом *багатьох реципієнтів*, великі соціальні *групи*, які розосереджені у просторі й у більшості випадків є анонімними для комунікатора.

В умовах комунікації можуть виникати так звані **комунікативні бар'єри**. Бар'єри, пов'язані із комунікативними особливостями учасників взаємодії, мають соціальний або психологічний характер. Розрізняють **бар'єри ставлення, розуміння та соціально-культурні**.

Інтерактивна сторона спілкування – це сукупність компонентів спілкування, які пов'язані із взаємодією людей, з безпосередньою організацією спільних дій. У ході спілкування для учасників надзвичайно важливо не тільки обмінятися інформацією, але й організувати «обмін діями», спланувати спільну діяльність.

Інтерація може проявлятися у самому загальному вигляді як два типи взаємодії: *кооперація й конкуренція*.

Кооперація – характеризується об'єднанням зусиль учасників для досягнення спільних цілей при одночасному поділі між ними функцій, ролей і обов'язків.

Конкуренція – характеризується досягненням індивідуальних або групових цілей і інтересів в умовах протиборства з іншими індивідами або групами та відрізняється сильною залученістю і частковою деперсоналізацією.

В процесі взаємодії, безумовно, здійснюється певний вплив однієї особистості на іншу. У соціальній психології розрізняють одинадцять основних типів впливу: *переконання, самопросування, навіювання, зараження, наслідування, прихильність, прохання, примус, критика, ігнорування, маніпулювання*. Зазначені типи впливу відрізняються змістом та засобами впливу.

Переконання – свідомий аргументований вплив на іншу людину або групу людей, що має на меті зміну їх судження, відносини, намірів або рішення.

Самопросування – оголошення своїх цілей і пред'явлення свідчень своєї компетентності і кваліфікації для того, щоб бути оціненим гідно і завдяки цьому отримати довіру, переваги на виборах, при призначенні на посаду та ін.

Навіювання – свідомий неаргументований вплив на людину або групу людей, що має своєю метою зміна їх стану, ставлення до чого-небудь і схильності до певних дій.

Зараження – передача свого стану або відношення іншій людині чи групі людей, які якимось чином (поки що не знайшли пояснення) переймають цей стан або ставлення; або процес переходу емоційного стану від одного індивіда до іншого на психофізіологічному рівні контакту, фактор спонтанного соціального згуртування. При виході з-під контролю психічне зараження (індукція) призводить до розпаду нормативно-рольової поведінки, виникає деструктивний "ефект натовпу".

Наслідування – це усвідомлений або неусвідомлений процес слідування особистістю за будь-яким еталоном, прикладом, який проявляється у прийнятті, запозиченні і відтворенні зовнішніх (поведінкових) або внутрішніх (психологічних) особливостей іншої людини чи групи людей.

Формування прихильності – залучення до себе мимовільної уваги адресата шляхом прояви ініціатором власної непересічності і привабливості, висловлювання сприятливих суджень про адресата, наслідування йому або надання йому послуги.

Прохання – звернення до адресата з закликом задовольнити потреби чи бажання ініціатора впливу.

Примус – загроза застосування ініціатором своїх контролюючих можливостей для того, щоб домогтися від адресата необхідної поведінки. Контролюючі можливості - це повноваження у позбавленні адресата будь-яких благ або в зміні умов його життя і роботи. У найбільш грубих формах примусу можуть використовуватися погрози фізичної розправи. Суб'єктивно примус переживається як тиск: ініціатором - як власне тиск, адресатом - як тиск на нього з боку ініціатора або "обставин".

Деструктивна критика – висловлення зневажливих або образливих суджень про особистість людини та (або) грубий агресивний осуд, зневага, осміяння її справ і вчинків. Руйнівність такої критики - в тому, що вона не дозволяє людині "зберегти обличчя", відволікає його сили на боротьбу з виниклими негативними емоціями, забирає в нього віру в себе.

Ігнорування – (лат. – не знать) – метод впливу на людину з метою керування її поведінкою, що складається в неуважності, зневазі, невизнанні її дій і слів. Ігнорування - це цілеспрямоване, навмисна демонстрація наміру не помічати, не бачити, не спілкуватись. Ігнорування у вихованні використовується як метод покарання за провину, як метод відлучення, відчуження людини від спілкування зі значимими людьми, від участі в значимих справах. Діти дуже болісно сприймають вплив цього методу, тому тривало ним користуватися не можна.

Маніпуляція – приховане спонування адресата до переживання певних станів, прийняття рішень та (або) виконання дій, необхідних для досягнення ініціатором своїх власних цілей. Маніпуляція може бути розглянута як система засобів ідеологічного і соціально-психічного впливу з метою зміни позицій і поведінки людей всупереч їх інтересам.

Уявлення про іншу людину у процесі соціальної перцепції. Враження, які виникають при цьому, грають важливу регулятивну роль у процесі спілкування. По-перше, тому, що, пізнаючи іншого, формується й сам індивід, який пізнає. По-друге, тому, що від міри точності розуміння іншої людини залежить успіх

організації з нею погоджених дій. Тому необхідно розуміти психологічні механізми соціальної перцепції, які представлені далі.

Ідентифікація – буквально означає ототожнення себе з іншим. Це, зрозуміло, не єдиний спосіб, але в реальних ситуаціях взаємодії люди часто користуються таким прийомом, коли припущення про внутрішній стан партнера будується на основі спроби поставити себе на його місце. У цьому плані ідентифікація виступає в якості одного з механізмів пізнання й розуміння іншої людини.

Емпатія – усвідомлення емоційного стану іншої людини і здатність розділити її досвід. Може проявлятися у вигляді співпереживання (коли відбувається переймання почуттів іншого як своїх) та співчуття (коли є відокремлення власних почуттів від почуттів іншого).

Процеси ідентифікації та емпатії є дуже схожими, але особливістю емпатії є те, що, на відміну від ідентифікації, не відбувається уподібнення власної поведінки поведінці іншого.

Рефлексія – усвідомлення діючим індивідом того, як він сприймається партнером по спілкуванню.

Стереотипізація – процес формування уявлення про людину, яку сприймаємо на основі вироблених стереотипів. **Стереотип** – це деякий стійкий образ певного явища або людини, що пов'язаний з неправдою й неточностями. Як правило, стереотип виникає на основі досить обмеженого минулого досвіду, у результаті прагнення будувати висновки на базі обмеженої інформації. Процес стереотипізації може проявитись в ефектах, найбільш дослідженими з яких є наступні:

1) **ефект ореола** полягає у формуванні специфічної установки на сприймання людини через приписування їй певних якостей: інформація, одержана про якусь людину, категоризується певним чином, а саме - накладається на той образ, що вже був створений заздалегідь. Цей образ, який існував раніше, виконує роль «ореола», що заважає бачити дійсні риси й прояви об'єкта сприйняття. Загальне сприятливе враження приведе до позитивних оцінок і невідомих якостей

сприйманого й, навпаки, загальне несприятливе враження сприяє перевазі негативних оцінок;

2) **ефекти первинності** полягає у тім, що у ситуації сприйняття незнайомої людини перша інформація про неї виявляється найбільш значимою;

3) **ефекти новизни** пов'язаний з наданням найбільшого значення новій інформації у ситуації сприйняття знайомої людини;

4) **ефект останньої інформації** виявляється в тім, що остання отримана про людину інформація може змінити уявлення про людину і відношення до неї.

Каузальна атрибуція – своєрідна суб'єктивна інтерпретація та оцінка людиною причин і мотивів поведінки інших на основі буденного життєвого досвіду. Вона може стосуватися не тільки сприймання окремих людей, а й соціальних груп та самої себе. Так звана **фундаментальна помилка атрибуції** (Лі Росс) полягає в тому, що відбувається недооцінка ситуативного фактору при оцінюванні себе і переоцінка особистісного при оцінці інших.

Часто результатом спілкування є виникнення **атракції** – процесу формування привабливості якоїсь людини для того, хто її сприймає, й продукт цього процесу - вид соціальної установки на іншу людину, де переважає емоційний компонент, коли цей «інший» оцінюється переважно в категоріях, властивих афективним оцінкам. На думку вчених виникненню атракції сприяють повторювані контакти, спільне переживання емоцій, схожість вербальних і невербальних характеристик, фізична привабливість.

Оскільки спілкування з його формами і способами існування суспільства та окремої людини є всією характеристикою світу людей, то спілкування є поліфункціональним явищем. В літературі існують різні підходи до виділення і аналізу функцій спілкування:

- інформаційно-комунікативна; регулятивно-комунікативна; афективно-комунікативна (Б. Ф. Ломов);
- організація сумісної діяльності, пізнання людьми одне одного, формування і розвиток міжособистісних відносин;

- розглядаються і такі функції спілкування: 1) інструментальна функція, яка полягає в тому, щоб організувати діяльність шляхом передачі інформації, суттєвої для виконання дії; 2) синдикативна – функція об'єднання. Завдяки цій функції спілкування має на меті укріплення спільності між людьми в рамках певних груп. Об'єднання людей в цьому випадку виступає як передумова для вирішення різних задач; 3) функція самовираження, котра зорієнтована на контакт індивідів, на їх взаєморозуміння; 4) трансляційна функція – функція передачі конкретних способів діяльності, оціночних критеріїв і програм. Ця функція лежить в основі як направленої соціалізації (через спілкування відбувається інституціональне навчання, організоване державою), так і стихійної (через спілкування відбувається включення індивідів в різні форми діяльності, в процесі контактів з людьми відбувається передача даному індивідові вмінь, способів діяльності) (А.А. Брудний).

Легко помітити, що вся ця багатоманітність функцій є свідченням того, що спілкування всіма своїми сторонами пов'язано з різноманітною діяльністю людини.

Передача будь-якої інформації можлива лише за допомогою знакових систем. У соціальній психології виокремлюють два **види комунікації**: *вербальну і невербальну*.

Вербальна комунікація використовує у якості знакової системи людське мовлення, тобто систему фонетичних знаків. За допомогою мовлення здійснюються кодування й декодування інформації: комунікатор у процесі говоріння кодує, а реципієнт у процесі слухання декодує цю інформацію.

Невербальна комунікація включає наступні основні знакові системи:

1. **Оптико-кінестетична (кінесика)**: жести (жестові рухи окремих частин тіла); міміка (рухи м'язів обличчя); пантоміміка (моторика всього тіла і пози, постава, нахили, хода); контакт очей; одяг.
2. **Акустична**: паралінгвістика (система вокалізації, тобто якість голосу, його діапазон, тональність; екстралінгвістика (включення в мовлення пауз, темпу, покахикування, плачу, сміху).

3. **Тактико-кінестетична (такесика):** дотики; рукостискання; поцілунки.
4. **Ольфакторна:** запах тіла; запах косметики.
5. **Просторово-часова (проксеміка):** відстань між суб'єктами; тривалість комунікації.

Сукупність цих засобів покликана виконувати наступні функції: доповнення мовлення, заміщення мовлення, репрезентація емоційних станів партнерів по комунікативному процесу.

В соціальній психології існує також класифікація **видів спілкування**, згідно з якою виділяються *ритуальне, монологічне і діалогічне* спілкування.

Ритуальне – це, по суті, рольовеспілкування, людина підтверджує в ньому свої соціальні ролі. Особливість такого спілкування – в його безособистісності, в ньому партнери сприймають себе формально, як носія ролі, як елемент ритуалу.

Монологічне – передбачає позиційну нерівноправність партнерів. Один партнер – автор впливу, носій цілей і права їх реалізувати. Реалізація його цілей пов'язана з іншим партнером, який розглядається як об'єкт цілеспрямованого впливу. Виділяють два різновиди монологічного спілкування: імператив і маніпуляція. **Імперативне** спілкування – це авторитарна, директивна форма дії на партнера. Особливість її в тім, що кінцева ціль спілкування – тиск на партнера – не завуальована. Засоби такого спілкування – накази, вимоги, покарання. **Маніпулятивне** спілкування відрізняється від імперативного тим, що партнер не інформується про справжні цілі спілкування, вони приховані від нього. Це приховане управління особистістю. Імператив і маніпуляція об'єднані як різновиди монологічного спілкування на тій підставі, що в них людина, розглядаючи іншу як об'єкт впливу, по суті, спілкується сама з собою, ігноруючи співрозмовника.

Діалогічне спілкування. Монологічному спілкуванню протиставляється інший його вид, в якому особистість сприймається як цінність, як унікальна індивідуальність, як творець власного життя і спілкування. Таке спілкування у вітчизняній науці отримало назву *діалог*.

Діалогічне спілкування знаходить виявлення, по-перше, у можливості індивіда через відношення до інших індивідів об'єктувати свою суб'єктивність (самосвідомість, самооцінку, потребу зовнішнього вираження свого духовного світу і т.п.), що є такою ж необхідною умовою розвитку особистості, як і зумовленість його зовнішніми умовами життєдіяльності.

По-друге, діалогічне спілкування впливає на виявлення і формування здібностей індивідів, посилюючи чи послаблюючи їх психічну і фізичну енергію, що особливо є помітним в ситуації сукупного суб'єкта сумісної діяльності.

По-третє, діалогічне спілкування є важливим джерелом творчості індивіда. Це зумовлено тим, по-перше, що в акті взаємодії виникає щось нове у порівнянні з дією кожного окремого індивіда, розкриваються психічні якості, внутрішній, духовний світ особистості, по-друге, тим, що в процесі спілкування виявляються нові сторони предметів культури, які є посередником спілкування. Розпредметнення цих нових сторін предмета в результаті включення його в суспільні зв'язки стає джерелом творчості особистостей.

Психологами давно доведено, що виразні рухи, дії та жести мають вагомe значення в людському спілкуванні, виступають важливим засобом комунікації та характеристики емоційного стану людини, а отже, є одним з факторів пізнання особистості (С.Л.Рубінштейн, О.М. Леонтьєв, Б.Ф. Ломов). Водночас, аналіз специфіки хореографічного мистецтва свідчить, що виразні рухи є джерелом образної природи цього виду мистецтва, крім того, першоосновою мови пантомімічних та танцювальних рухів (А.Л. Волинський). Існує органічний зв'язок між умовною мовою танцю – узагальнено образними пантомімічними та танцювальними рухами, їх "пластичними інтонаціями" (Б.Г. Асаф'єв, М.І.Коган), темпоритмічними характеристиками та літературною мовою і мовою музики. Завдяки цьому танцю властива драматургія, що втілена в сюжеті та взаєминах різнохарактерних персонажів, "наскрізна" музична дія, розвиток музично-хореографічних образів, використання танцювальних та пантомімічних рухів і жестів як властивостей виразної лексики. Тому до розвитку комунікативних здібностей в хореографічній діяльності треба підходити не як до формальної

комбінації рухів, а як до створення нових музично-пластичних образів, де усвідомлення й розуміння значення, змісту, семантики окремих рухів, жестів та їх поєднань має вирішальне значення. Таким чином, заняття танцювальною діяльністю сприятиме розвитку навичок спілкування, розширенню репертуару невербальної поведінки, формуванню комунікативної культури особистості.

Руховий стереотип (динамічний стереотип) — стійкий індивідуальний комплекс умовно-рефлекторних рухових реакцій, реалізованих у певній послідовності в забезпеченні позно-тонічних функцій (хода, почерк, поставу). Як видно із цього визначення, основний психофізіологічний смисл динамічного стереотипу полягає у формуванні автоматизму ходіння, постави, розподілу активності м'язів різного призначення в підтримуванні пози і рухової активності, не пов'язаної із професійними рухами, що є базою для їхньої реалізації. Це індивідуальна пластика, грація, поза, особливості жестикуляції, що дозволяють безпомилково впізнати знайому людину за ходом. Це доволі стійке явище. І невдало сформований руховий стереотип може заважати формуванню нових танцювальних рухів. Усвідомлення і аналіз власної рухової активності дозволяє людині зрозуміти як вона сприймається іншими людьми в контексті прийнятих соціальних стандартів невербальної комунікації. Збагачення рухового репертуару в хореографічній діяльності може допомогти подолати обмеження стихійно сформованих рухових стереотипів, розширити свої соціально-перцептивні, комунікативні та інтерактивні можливості в області невербального спілкування.

Завдання репродуктивного рівня (1-3 бали):

1. Користуючись підручниками та першоджерелами, дайте короткі письмові відповіді на питання до підготовки (за вибором).
2. Складіть словник основних понять з теми: мова, мовлення, знак, знакова система, спілкування, комунікація, інтеракція, соціальна перцепція, рефлексія, емпатія, каузальна атрибуція, стереотип, стерео типізація, ідентифікація, діалог, монолог, атракція, вербальна і невербальна комунікація.
3. Наведіть аргументи, що підтверджують тезу, що спілкування – це:

- вид самостійної діяльності людини,
- атрибут інших видів діяльності людини,
- взаємодія суб'єктів.

4. Користуючись навчальними посібниками проаналізуйте функції спілкування, наведені у дослідженнях науковців.
5. За допомогою психологічного словника визначте та проаналізуйте поняття «інтеракція», «взаємодія», «соціальна взаємодія», «діяльність», «активність», «дія», «комунікація». Складіть із наведених термінів логічний ланцюжок так, щоб дані поняття розташовувались від більш загального до менш загального.

Завдання продуктивного рівня (3-6 балів):

1. Користуючись навчальними посібниками та додатковою літературою розкрийте поняття, що характеризують основні види психологічних впливів (переконання, самоспростування, навіювання, зараження, спонукання до наслідування, формування прихильності, прохання, наказ, деструктивна критика, ігнорування, маніпуляція) Дайте психологічну характеристику цим соціально-психологічним явищам, наведіть приклади з власного досвіду, що їх ілюструють.
 2. Дослідіть співвідношення та якісну характеристику понять: міжособистісні відносини та спілкування. Складіть порівняльну таблицю.
 3. Підготуйте реферат на тему (на вибір): «Соціальна психологія особистості», «Культура спілкування» «Перешкоди на шляху спілкування», «Стилі комунікативного впливу», «Розвиток навичок спілкування в танцювальній діяльності».
 4. Законспекуйте розділ «Педагогічне спілкування» в монографії А. О. Реана та Я. Л. Коломінського «Соціальна педагогічна психологія» (Реан А. А. Социальная педагогическая психология / А. А. Реан, Я. Л. Коломинский – Санкт-Петербург, 1999. – с. – С.265-320).
 5. Ознайомтесь зі статтями Роговик Л.С. та складіть словник нових для вас понять.
- А) Роговик Л.С. Використання тілесних символів як засобів комунікації в танцювальному психомоторному тренінгу [Електронний ресурс] / Л. С. Роговик //

Педагогіка – Наукові праці – 2009. – вип. 95. – Том 108. – С. 62-67. – Режим доступу : <http://lib.chdu.edu.ua/pdf/naukpraci/pedagogika/2009/108-95-11.pdf>

Б) Роговик Л.С. Психологічна інтерпретація танцювального тексту [Електронний ресурс] / Л. С. Роговик . – Режим доступу : <http://vuzlib.com/content/view/518/>

В) Роговик Л.С. Психосемантика рухів у контексті танцювально-психомоторного тренінгу // Актуальні проблеми психології. – Том X. – Частина 1 / за ред. академіка С.Д.Максименка. – Київ: Главник, 2007. – 320 с. – С. 234-245.

6. Ознайомтесь з текстовим фрагментом з книги: Козлов В. В. Интегративная танцевально-двигательная терапия / В. В. Козлов, А. Е. Гиршон, Н. И. Веремеенко. – Санкт Петербург : Речь, 2006. – 286 с. – С. 130-134. Дайте відповіді на наступні питання : Що таке руховий стереотип? Які рівні рухових стереотипів виділяють психологи, і в чому полягають їх психологічний смисл? Яке позитивне чи негативне значення мають рухові стереотипи для комунікативної діяльності особистості, як вони пов'язані з її самосвідомістю?

7. Англійський дослідник А. Хаскелл вважає, що «танець - це засіб вираження емоцій шляхом постійної зміни рухів, що підкорені певному ритму». Про яке психологічне поняття йдеться? Розкрийте його психологічний зміст і значення в хореографічній діяльності. Чи можливо розвивати психічну функцію. Про яку йдеться засобами хореографічної діяльності. Аргументуйте відповідь.

8. Американський вчений А. Ломакс писав, що «танець як такий являє собою ескіз чи модель життєво необхідного комунікативного зв'язку, що фокусує в собі найбільш розповсюджені моторно-рухові зразки, що найчастіше та найуспішніше використовують у житті більшість людей даної культурної спільноти». Прокоментуйте думку А. Ломакса в термінах соціальної психології. Про які закономірності спілкування йдеться в наведеному тексті?

9. Прочитайте текст і складіть порівняльну характеристику видовищного та ігрового танців за наступними критеріями:

- 1) суб'єкти взаємодії;
- 2) комунікативні канали;

- 3) активність суб'єктів взаємодії (ступінь ініціативності, організації комунікації, соціально-психологічного впливу);
- 4) інтенсивність та психологічні характеристики соціального мислення кожного суб'єкта комунікації;
- 5) особливості комунікативних, перцептивних, інтерактивних дій кожного суб'єкта комунікації;
- 6) потенційні можливості танцю щодо розвитку комунікативних, творчих здібностей суб'єктів комунікації.

«Діяльність у різних типах танцю спрямована на різні результати. У видовищному танці кінцевий результат праці постановника й виконавця оцінюється реакцією й захватом глядачів із приводу рівня майстерності й мистецтва виконання. У цьому випадку хореограф транслює свій продукт, свій практичний досвід, матеріалізуючи у виконавцях своє образне художнє мислення. Розучуючи танець, виконавець сприймає світ очами хореографа, його пластикою, його художньою фантазією.

В ігровому танці діяльність учасника стає творчістю творення свого «Я». Граючи своїми смислами, інтересами він створює власний світ, власний психофізичний і соціальний образ, матеріалізує своє образне художнє мислення. В ігровому танці відбувається цілісне бачення (відчування) образу, у той час як у видовищному танці хореограф передає виконавцеві фрагментарне бачення образу (ролі).

Ігровий танець є продуктом творення й майстерності кожного суб'єкта. Дитина як суб'єкт творчої діяльності, що живе своїм дійсним життям, усвідомлює її особливим образом в ігровому танці. Через власне «Я» він упередметнює свою ініціативу, свою життєву силу».

11. Прочитайте рекомендації психолога танцівникам, і дайте відповіді на запитання.

«Багато танцівників переконані, що головне - це стабільність у підготовці й концентрація на своїх завданнях, що дозволяють не втрачати контроль під час виступів пари. Насправді про все це можна забути, якщо танцівники забули, що

необхідне уважне ставлення й гнучкість у розумінні людей, які тебе оточують, зокрема, партнера. Якщо ти думаєш тільки про свої бажання й потреби, не звертаючи увагу на бажання й потреби партнера, ніхто не буде до тебе прислухатися. Якщо ви поставите себе на місце вашого партнера, то зможете уявити, відчувати й подумати про речі з його «точки зору». Це потрібно робити завжди, коли вам необхідно робити щось спільно. Інакше ніякого здорового взаєморозуміння між вами не вийде».

Про які механізми соціальної перцепції йдеться у тексті? Дайте визначення поняттю егоцентризм, та розкрийте його роль у міжособистісному розумінні.

Завдання творчого рівня (6-15 балів):

1. Законспекуйте розділ «Рухи» з книги Хорста Рюкле (Рюкле Х. Ваше тайное оружие в общении / Х. Рюкле. – Москва : АО Интерэксперт, – 1996. – С. 46-50), та розділ «Погляд» (там же С. 89-96). Наведіть приклади передачі інформації розглянутими засобами невербальної комунікації в хореографічній діяльності.
2. Ознайомтесь зі змістом книги: Пиз А. Язык телодвижений. Как читать мысли окружающих по их жестам / А. Пиз. – Москва: Издательство Эксмо, 2007. – 288 с. Перегляньте будь-яку хореографічну постановку. Проаналізуйте, чи використовував хореограф засоби невербальної комунікації, про які йдеться у книжці А. Піза. Чи однаково розуміють смисл цих засобів хореограф і автор книги?
3. Складіть комплекс хореографічних вправ спрямованих на розвиток навичок невербальної комунікації. Як ви вважаєте, чи сприятиме розширення засобів невербальної комунікації, якими володіє людина, розвитку її соціально-перцептивних навичок?
4. Напишіть реферат на тему (за вибором): «Розвиток соціального інтелекту засобами хореографічного мистецтва», «Складові соціальної компетентності хореографа», «Розвиток навичок спілкування засобами хореографії».

Тема 4. Особистість у структурі групових відносин.

Мета: сформуванню наукового уявлення про соціальну групу, розкрити її структурно-динамічні характеристики та з'ясувати їх вплив на діяльність і розвиток особистості.

Питання для підготовки:

1. Поняття та психолгічна характеристика малої соціальної групи.
2. Статус особистості як показник становища в групі.
3. Роль як реалізація статусу і позиції особистості. Невербальні засоби комунікації як засіб презентації соціальної ролі.
4. Динаміка групових процесів. Групова згуртованість. Міжособистісна сумісність.
5. Групові конфлікти.
6. Соціально-психологічний клімат в соціальних групах.
7. Соціально-психологічні характеристики дитячих, підліткових та юнацьких груп.
8. Розвиток міжособистісних відносин засобами групового танцювання.

ЛІТЕРАТУРА

I. Основна:

1. Загальна психологія : підручник для студентів ВНЗ / [О. В. Скрипченко, Л. В. Долинська та ін.]. – Київ : Просвіта, 2005. – 464 с. – С.365-380.
2. Мельникова, Е.П. Хореографический коллектив как средство развития творческой самореализации личности / Е.П. Мельникова // Вестник МГУКИ. - 2011. - №5. - С.158-162.
3. Москаленко В. В. Соціальна психологія: Підручник / В. В. Москаленко – Київ : Центр навчальної літератури, 2005. – 624 с. – С. 511-585.
4. Орбан-Лембрик Л. Е. Соціальна психологія: Навч. посібник./ Л. Е. Орбан-Лембрик. – Київ: Академвидав, 2005. – 448 с. – С. 136-164, 288-254.
5. Социальная психология: учебное пособие / [Отв ред А. Л Журавлев]. – Москва: ПЕР СЭ, 2002. – 351с. – С. 193-230.
6. Столяренко Л. Д. Основы психологии / Л. Д. Столяренко. – [5-е изд., перераб.

и доп.] – Ростов-на-Дону: Феникс, 2002.- 672 с. – С. 421-473.

II. Додаткова:

1. Анцупов А. Я. Конфликтология / А. Я. Анцупов, А. И. Шипилов – Москва : ЮНИТИ, 2002. – 591 с.
2. Берн Э. Игры, в которые играют люди. Люди, которые играют в игры. / Э. Берн; [пер. с англ.]. – Минск: Современный литератор, 2002. – 447 с.
3. Горностай П. П. Личность и роль : Ролевой подход в социальной психологии личности : монография / Павел Петрович Горностай. – Киев: Интерпресс ЛТД, 2007. – 312 с.
4. Гришина Н. В. Психология конфликта / Н. В. Гришина. – СПб.: Питер, 2003. – 464 с.
5. Донцов А. И. Проблемы групповой сплоченности. / А. И. Донцов. – М.: Изд-во МГУ, 1979. – 128 с.
6. Ильин Е. П. Психология общения и межличностных отношений / Евгений Павлович Ильин. – СПб.: Питер, 2010. – 576 с. – (Серия «Мастера психологии»).
7. Кричевский Р. Л. Социальная психология малой группы. / Р. Л. Кричевский, Е. М. Дубовская. – Москва: Аспект Пресс, 2001. – 318 с.
8. Майерс Д. Социальная психология / Девид Майерс [пер. з англ.] – Санкт-Петербург : Питер, 1998. – 684 с. (Серия «Мастера психологии»).
9. Москаленко В. В. Психологія соціального впливу: навч. посібник. / В. В. Москаленко – Київ. Центр учбової літератури, 2007. – 448 с.
10. Парыгин Б. Д. Социально-психологический климат коллектива / Б. Д. Парыгин; [под ред. В. А. Ядова] – Ленинград : Наука, 1981. – 192 с.
11. Скотт Дж. Г. Конфликты. Пути их преодоления./ Дж. Г. Скотт – Киев : Вышторгиздат, 1991. – 222 с.
12. Чалдини Р. Психология влияния. / Р. Чалдини [пер. з англ.] – Санкт-Петербург: Питер, 1999. – 270с.

Методичні рекомендації до вивчення теми.

Хореографу в своїй професійній діяльності доводиться взаємодіяти з іншими людьми. Тому він має бути обізнаним у тих закономірностях виникнення, функціонування і прояву явищ, що є результатом взаємодії людей та їх груп. Важливо навчитись правильно розуміти, що відбувається з людиною в малих групах, як впливають її поведінку групові процеси.

У соціальній психології прийнято розглядати великі (нація, натовп, публіка тощо) і малі соціальні групи.

Мала група – це нечисленна по складу, добре організована, самостійна одиниця соціальної структури суспільства, члени якої об'єднані загальною метою, спільною діяльністю й перебувають у безпосередньому особистому контакті (спілкуванні) і емоційній взаємодії тривалий час.

Малі групи діляться на умовні й реальні, формальні й неформальні, слаборозвинені й високорозвинені, референтні й нереферентні. **Формальні групи** – це групи, які мають офіційно задану ззовні структуру. **Неформальні групи** – це групи, які утворюються на основі особистісних переваг. Формальна група функціонує відповідно до заздалегідь установленого, звичайно суспільно фіксованими цілями, положеннями, інструкціями, уставами. Неформальна група складається на основі особистих симпатій і антипатій її членів. Структуру неформальних груп досліджують за допомогою **соціометричних методик**. **Слаборозвинені групи** – це групи, що перебувають на початковому етапі свого існування. **Високорозвинені групи** – це групи давно створені, що відрізняються наявністю єдності цілей і спільних інтересів, високорозвиненої системи відносин, організації, згуртованості тощо. Дифузійні групи – це групи випадкові, у яких люди об'єднані лише загальними емоціями й переживаннями. Групу найвищого рівня розвитку у вітчизняній психології прийнято називати **колективом**, у західній – **командою**. **Референтні (еталонні) групи** – це групи, на які люди орієнтуються у своїх інтересах, особистісних перевагах, симпатіях і антипатіях. **Нереферентні групи (групи членства)** – це групи, у яких люди реально включені й трудяться.

Умовно соціально-психологічні характеристики можна поділити на: *групову статичку і групову динаміку*.

Групова статика включає: композицію (склад групи), структуру, норми, систему санкцій. **Композиція групи** може мати такі ознаки: вікові, професійні, соціальні характеристики членів групи. **Структура групи** – це система стійких відносин в групі, які склалися в результаті кристалізації (закріплення) ролей і статусів членів групи на основі групових норм і санкцій. Розрізняють структуру міжособистісних комунікацій, рольову структура, структуру симпатій/антипатій та ін. Комунікативна структура групи — це сукупність зв'язків між її членами, які характеризуються процесами прийому й передачі інформації, що циркулює в групі. **Норми** – деякі правила, які напрацьовані групою для забезпечення суспільної діяльності її членів, колективні погляди і стандарти поведінки, які регулюють взаємодію в групі. Бувають імпліцитні та експліцитні. **Імпліцитні** – неусвідомлювані, неформальні групові стандарти. Усвідомлюються, коли порушуються. **Експліцитні** – формально затверджені групові норми, найчастіше виражені у вигляді статуту.

Групові норми – усереднений варіант індивідуальних уподобань і орієнтацій. Функція норм полягає, перш за все, у стабілізації групи. Серед основних функцій розрізняють:

- групове просування – норми допомагають досягати мети (усі повинні вірити і керуватися одними принципами);
- збереження постійності групи через підтримування постійних контактів;
- створення загальної системи координат (єдині вимоги до тих, хто хоче бути членом групи);
- визначення взаємовідносин із соціальним середовищем

Змінити норми дуже важко.

Санкції – сукупність механізмів і способів, за допомогою яких група стимулює нормативну поведінку. Вони можуть бути „+” і „-”. Санкції не зводяться до покарання, це механізм стимулювання до змін.

В контексті аналізу групи важливо, перш за все, розібратись у процесах, які відбуваються в ній. Мається на увазі **групова динаміка** як сукупність процесів, які відбуваються в групі в кожен даний момент часу і які визначають її розвиток і перехід від однієї стадії до іншої (згуртованість, лідерство і керівництво, конфлікти, прийняття групових рішень та ін.).

Групова згуртованість – це утворення, розвиток і формування особливого типу зв'язків у групі, котрі дають змогу зовнішньо задану структуру перетворити на психологічну спільність людей, злагоджений психологічний організм, який живе за своїми законами й нормами, відповідно до цілей і цінностей групи. Л.Фестінгер був одним із перших, хто запропонував аналізувати згуртованість на основі частоти і міцності комунікативних зв'язків. **Групову сумісність** розглядають у ролі соціально-психологічного показника згуртованості, що відображує можливість безконфліктного спілкування й погодження дій її членів за умов спільної діяльності.

Конфлікт – це відкрите протистояння між членами взаємодії, яке виникає внаслідок взаємовиключних інтересів і позицій. **Соціально-психологічний конфлікт** – це особливий вид міжособистісної взаємодії, в основі якої лежить об'єктивна суперечність цілей, інтересів і думок учасників. На психологічному рівні ця суперечність виявляється в сильних негативних переживаннях учасників щодо ситуації, опонентів і самих себе. Суперечність, яка лежить в основі соціально-психологічного конфлікту, породжує так звану **об'єктивну конфліктну ситуацію**. Об'єктивна ситуація має свою структуру, яка графічно може бути зображена так. **Сторони конфлікту** представлено конкретними людьми і їх цілями, які є близькими в рамках однієї сторони і знаходяться в суперечності з цілями опонентів – тих, хто складає іншу сторону. Учасників конфліктів може бути дуже багато, а сторін – не менше двох. Кожна сторона займає в конфлікті певну **позицію**. Позиція в даному випадку – це більш?менш точна і відповідна реальності відповідь учасників на питання причин участі у конфлікті. **Внутрішня позиція** – це сукупність мотивів, реальних інтересів, цінностей, що спонукають людину або групу приймати участь у конфлікті.

Внутрішня позиція може не усвідомлюватись учасниками, частіше вони пред'являють собі і спостерігачам **зовнішню позицію**. Вона являє собою мотивацію, яка звучить соціально і сприймається особистісно. **Об'єкт** соціально-психологічного конфлікту – це реальний або ідеальний предмет, заволодіти яким прагнуть всі учасники даної взаємодії. Взаємодія, яка має у своїй основі таку структуру, має багато шансів перетворитись в психологічний конфлікт, якщо об'єктивна суперечність пройде стадії **ідентифікації і формування суб'єктивного образу конфліктної ситуації**.

Наступний крок у перетворенні об'єктивної суперечливості в психологічний конфлікт – це **формування в опонентів образу конфліктної ситуації**. Суб'єктивний образ конфліктної ситуації включає уявлення про себе в конфлікті (цілі, цінності, можливості), про опонентів, про ситуацію, в рамках якої розгортається конфліктна взаємодія. Оскільки в суб'єктивних образах конфлікту відбувається трансформація об'єктивної ситуації конфлікту, то можливі викривлення останньої.

В теоретичній моделі, що розроблено у вітчизняній психології Л.А. Петровською, соціально-психологічний конфлікт проходить чотири стадії розвитку: виникнення об'єктивної конфліктної ситуації, інциденту, конфліктних дій, завершення.

Особливість функціонування групи полягає в тім, що саме тут можливий прояв різноманітних **групових ефектів**. Серед основних виокремлюють такі: соціальна фасилітація/інгібіція, соціальна ліність, деіндивідуалізація, конформізм (вплив більшості на меншість), вплив меншості на більшість, огруплення мислення, групова поляризація, групова згуртованість та сумісність.

Соціальна фасилітація – покращення ефективності діяльності людини у присутності інших (спостерігачів, або людей, які виконують таку саму діяльність). **Соціальна інгібіція** – зниження ефективності діяльності людини у присутності інших. Характер виникнення фасилітації чи інгібіції залежить від рівня володіння навичкою: якщо дія проста, знайома і доведена до автоматизму, то фасилітація,

адже більшою є концентрація на виконанні, якщо дія мало знайома, нова, то інгібіція, адже збудження заважає.

Соціальна ліність – прагнення витратити менше зусиль, перекладаючи частину роботи на інших членів групи.

Деіндивідуалізація – втрата самоусвідомлюваності і страху оцінки, які виникають у групових ситуаціях, котрі забезпечують анонімність і не концентрують увагу на окремих індивідах. Зниження контролю за власною поведінкою збільшує імпульсивність дій і сприйнятливність до стану та поведінки інших.

Конформізм – беззаперечне погодження з поглядами групи, залежність від поглядів групи. Слід розрізняти конформізм і поступливість. Конформізм - це поступка у відповідь на непряму вимогу, але відчутний тиск, а поступливість – поведінка, яка здійснюється у відповідь на пряму директивну вимогу. Виокремлюють зовнішній конформізм (змінюється поведінка) і внутрішній конформізм (змінюються погляди). **Нонконформізм** – незалежність від поглядів інших.

Негативізм – протиставлення поглядам групи своєї думки і підкреслення цієї відмінності.

Огруплення мислення – режим мислення, який виникає у людей у тому випадку, коли пошук згоди стає настільки домінуючим для згуртованості групи, що вона схильна відкидати реалістичні оцінки альтернативного способу дії.

Соціальний статус – це чітко визначене соціальне місце особистості в соціальній ієрархії суспільних відносин. Цей статус зобов'язує особистостей виконувати певні соціальні ролі, які є сукупністю вимог (норм), що пред'являються особистості суспільством. Отже, соціальна роль – це практична реалізація статусу і позиції особистості в процесі спілкування.

Соціальна роль – це існуюча в суспільстві система очікувань щодо поведінки індивіда, який займає певне положення у його взаємодії з іншими індивідами. Класифікують ролі за різними критеріями. Найчастіше має місце розподіл ролей на формальні і неформальні. Стосовно формальних ролей, – в

учасників взаємодії присутні більш єдині й чіткі уявлення про права й обов'язки носіїв цих ролей, які часто бувають навіть зафіксовані в писемній формі, ніж права й обов'язки носіїв неформальних ролей. Р.Лінтон виділяє ролі **активні** й **латентні**. Цей розподіл обумовлюється тим, що індивід як член суспільства бере участь у багатьох відносинах і є одночасно носієм багатьох ролей, але в кожен даний момент він може активно виконувати лише одну роль. Саме вона буде активною, а інші будуть залишатися латентними, кожна з яких може стати активною залежно від виду діяльності індивіда й конкретних обставин. Людина обирає роль відповідно до умов та характеру її оточення, і зі зміною цих умов можлива зміна ролі. Кожен лідер може стати аутсайдером, і навпаки.

Психологічний клімат - це стан міжособистісних і групових зв'язків у колективі, що відбиває діловий настрій, трудову мотивацію і ступінь соціального оптимізму персоналу організації. Найважливіші ознаки сприятливого психологічного клімату: довіру і висока вимогливість членів групи один до одного; доброзичлива і ділова критика; вільне вираження власної думки при обговоренні питань, що стосуються всього колективу; відсутність тиску керівників на підлеглих і визнання за ними права приймати значимі для групи рішення; достатня інформованість членів колективу про його завдання та стан справ при їх виконанні; задоволеність приналежністю до колективу; висока ступінь емоційної включеності і взаємодопомоги в ситуаціях, що викликають стан фрустрації у кого-небудь з членів колективу; прийняття на себе відповідальності за стан справ у групі кожним з її членів. Психологічний клімат є комплексною психологічною характеристикою, що відбиває стан взаємовідносин і ступінь задоволеності різними факторами життєдіяльності колективу.

Завдання репродуктивного рівня (1-3 бали):

1. Користуючись підручниками та першоджерелами, дайте короткі письмові відповіді на питання до підготовки (за вибором).
2. Складіть словник основних понять з теми (список за вибором): група, колектив; умовна, реальна, офіційна, неофіційна та референтна групи; групова

ідентифікація, групова інтеграція, атракція, групова згуртованість, колективіське самовизначення; криза, конфлікт, конформізм, конконформізм.

3. За допомогою психологічного словника визначте та проаналізуйте поняття «суспільство», «колектив», «група», «мала група», «соціальна група», «референтна група», «мікрогрупа». Складіть із наведених термінів логічний ланцюжок так, щоб дані поняття розташовувались від більш загального до менш загального.
4. Законспекуйте:
 - Визначення конфліктної ситуації // Гришина Н. В. Психологія конфлікту. – СПб., 2000. – С. 171-187;
 - Моделі розвитку міжособистісної конфліктної ситуації // Гришина Н. В. Психологія конфлікту. – СПб., 2000. – С. 271-279.

Завдання продуктивного рівня (3-6 балів):

1. Складіть таблицю (або схему) «Класифікація груп в соціальній психології», розкрийте особливості кожного їх виду.
2. Підготуйте письмову доповідь за однією з тем (на вибір): «Статус особистості як показник становища в групі», «Роль як реалізація статусу і позиції особистості», «Динаміка групових процесів», «Групова згуртованість», «Міжособистісна сумісність», «Поняття та види міжособистісного впливу», «Конфлікт та його види», «Чинники впливу на гостроту конфлікту».
3. Проаналізуйте зміст концепції транзактного аналізу Е.Берна (Берн Э. Игры, в которые играют люди. - Л., 1992). Дайте оцінку стратегіям поведінки людини з позицій «Батьків», «Дорослого», «Дитини». Наведіть приклади виявлення даних позицій з власного досвіду.
4. Підготуйте реферат на тему (на вибір): «Мотиваційні основи міжособистісного впливу», «Шляхи оптимізації соціально-психологічного клімату в танцювальному колективі», «Психологічні особливості міжособистісних відносин в дитячому хореографічному колективі», «Психологічні особливості міжособистісних відносин в підлітковому хореографічному колективі», «Психологічні особливості міжособистісних

відносин в юнацькому хореографічному колективі», «Розвиток міжособистісних відносин засобами групового танцювання», «Невербальні засоби комунікації як засіб презентації соціальної ролі».

5. Ознайомтесь із доповіддю Ніни Рубштейн. Які основні рольові позиції представлені в системі міжособистісного спілкування у сфері спортивних танців? Дайте характеристику визначених ролей. Як представлені відповідні рольові сценарії? Які вимоги ставить професійна спільнота до суб'єктів зазначених ролей. Що повинні знати суб'єкти взаємодії один про одного для покращення її ефективності? В чому полягають основні очікування суб'єктів у відношенні один до одного? Які соціальні санкції виступають регуляторами взаємодії в професійному полі суб'єктів взаємодії?

(Рубштейн Н. Тренер-танцор-родитель – психологія взаимоотношений [Електронний ресурс] / Н. Рубштейн // тезиси доклада на Национальном Конгрессе судей и тренеров ФТС, 2004. – Режим доступа: <http://rubstein.ru/extra/ftsr2004.html>).

6. На думку відомого психолога Ніни Рубштейн, яка займається проблемами відносин між учасниками взаємодії в сфері спортивних танців, більш складними є відносини між тренером, танцором та батьками ніж між тренером, танцором і суддями. Дайте теоретичне пояснення цьому факту.
7. Прочитайте рекомендації психолога танцівникам, і дайте відповіді на запитання.

«Вам належить розширити свою увагу, щоб охопити досить простори для розгляду позицій інших людей навколо вас і зокрема вашого партнера по танцях. Можливо ви не цінуєте партнера й сліпо жадаєте танцювати тільки із кращими танцюристами, які доступні вам. Таке відношення практично зупиняє розвиток вашої пари, оскільки будь-які, будь те латиноамериканські танці або бальні мають на увазі почуття у відносинах, принаймні, під час танцю».

В якому сенсі автор розуміє і використовує поняття увага? Про які рівні міжособистісних взаємин йдеться? Опишіть особливості взаємодії і спілкування

на цих рівнях. Чи ефективною буде професійна діяльність партнерів, якщо вони будуть взаємодіяти лише на міжособистісному рівні?

Завдання творчого рівня (6-15 балів):

1. Напишіть біографічний твір на тему «Народження і розвиток моєї академічної групи». При складанні плану спирайтесь на знання про основні етапи розвитку малої соціальної групи, про особливості структурно-динамічних характеристик групи на кожному етапі розвитку.
2. Напишіть біографічний твір на тему «Коли я був новачком..., і як я з цим упорався». При складанні плану спирайтесь на знання про основні етапи входження в колектив за А. В. Петровським, про особливості поведінки особистості та її міжособистісних відносин на кожному етапі. Чи вдалося вам стати повноправним членом колективу? За якими критеріями це можна визначити?
3. Розгляньте конфліктну ситуацію:

...Репетиційна зала балетної школи. Молодий хореограф-репетитор заходить до зали і збирається привітатися. Всі уні стоять до нього спиною і на звукові сигнали (оплески, акорди музичного інструменту) не реагують.....

Запропонуйте розгортання даної ситуації так, щоб був продемонстрований певний вид поведінки у конфлікті :

- Конкуренція (його сутність «Щоб я переміг, ти маєш програти»);
- Пристосування (його сутність «Щоб ти виграв, я маю програти»);
- Уникнення (його сутність «Мені байдуже виграєш ти чи програєш: я знаю, що в цьому я участі не беру»);
- Компроміс (його сутність «Щоб кожен з нас щось виграв, кожен з нас має щось програти»);
- Співробітництво (його сутність «Щоб виграв я – ти теж маєш виграти»).

При обговоренні результатів дайте відповіді на питання:

Як даний вид поведінки в конфлікті впливає на емоційний стан, на почуття учасників взаємодії? Чи могли б інші види поведінки в цій ситуації бути більш корисними для учасників? Що змушує людей вибирати той або інший стиль

поведінки в конфлікті? Який стиль поведінки є найбільш конструктивним у взаєминах між людьми?

4. Напишіть анотацію на книгу: Донцов А. И. Проблемы групповой сплоченности. / А. И. Донцов. – Москва : Изд-во МГУ, 1979. – 128 с.

Тема 5. Психологічні основи керівництва хореографічним колективом.

Мета: з'ясувати специфіку понять керівництво та лідерство в контексті різних психологічних теорій, розглянути поняття авторитет, імідж керівника та стиль керівництва в контексті проблем управління хореографічним колективом.

Питання для підготовки:

1. Поняття про лідерство і керівництво.
2. Теорії сутності та виникнення лідерства.
3. Стилi лідерства та керівництва.
4. Авторитет лідера та фактори, що його визначають.
5. Особливості керівництва хореографічним колективом.
6. Імідж керівника танцювального колективу.

ЛІТЕРАТУРА

I. Основна:

1. Карамушка Л. М. Психологія управління: Навч. Посібник / Л. М. Карамушка – Київ : Міленіум, 2003. – 344 с.
2. Коломінський Н. Л. Психологія менеджменту в освіті (соціально-психологічний аспект): [Монографія] / Н. Л. Коломінський – Київ : МАУП, 2000. – 286 с.
3. Мельник Л. П. Психологія управління : Курс лекцій / Л. П. Мельник – Київ: МАУП, 1999. – 176 с.
4. Москаленко В. В. Соціальна психологія: Підручник / В. В. Москаленко – Київ : Центр навчальної літератури, 2005. – 624 с. – С. 586-591.
5. Моргунов Е. Б. конспекты по психологии. Личность и организация / Е. Б. Моргунов – Москва : Тривола, 1996. – 112 с.

6. Обран-Лембрик Л. Е. Соціальна психологія: Посібник / Л. Е. Обран-Лембрик – Київ : Академвидав, 2003. – 448 с. – С. 318-332.
7. Столяренко Л. Д. Основи психології / Л. Д. Столяренко. – [5-е изд., перераб. и доп.] – Ростов-на-Дону: Феникс, 2002.- 672 с. – С. 460-472, 527-529.
8. Шакуров Р. Х. Социально-психологические основы управления: руководитель и педагогический коллектив / Р. Х. Шакуров – Москва : Просвещение, 1990. – 208 с.

II. Додаткова:

1. Бендас Т. В. Психология лидерства: Учеб. пособие./ Т. В. Бендас. – Санкт-Петербург: Питер, 2009. – 448 с.
2. Генов Ф. Психология управления /Ф. Генов; за ред. Б. Ф. Ломова, В. Ф. Веды; [пер. с болг].– Москва : Прогресс, 1988. – 422 с.
3. Карамушка Л. М. Психологія управління закладами середньої освіти./ Л. М. Карамушка – К.: Ніка-Центр, 2000 – 331 с.
4. Коломінський Н. Л. Психологія педагогічного менеджменту./ Н. Л. Коломінський. – К.: МАУП, 1996. – 176 с.
5. Колпаков В. М. Управление развитием персонала : учеб. пособие для студентов вузов / В. М. Колпаков – К. : МАУП, 2006. – 712 с.
6. Краско Т. И. Психология рекламы / Т.И.Краско; под ред. Е. В. Ромата – Харьков : Студцентр, 2002. – 216 с.
7. Моргунов Е. Б. Конспекты по психологии. Личность и организация / Е. Б. Моргунов – Москва : Тривола, 1996. – 112 с.
8. Орбан-Лембрик Л. Е. Психологія управління: Навч. посібник./ Л. Е. Орбан-Лембрик. – К.: Академвидав, 2003. – 568 с.

Методичні рекомендації до вивчення теми.

Структура соціальної влади в малій групі – це система взаємного розташування членів групи в залежності від їх здатності здійснювати вплив в групі. Соціальна влада в групі, яка реалізується через потенційне чи актуальне право на впливові дії з боку певних членів групи. Вона може здійснюватися в

різних формах, серед яких найбільш дослідженими є феномени лідерства і керівництва.

Керівництво – здійснюваний індивідом чи колективним суб'єктом соціально-психологічний вплив на інших людей з метою структурування дій та відносин у групі. Керівництво є суто управлінським феноменом. Цей процес офіційно регламентований. Реалізують функції керівництва спеціалізовані структури (наприклад, адміністрація школи або районний відділ освіти), а також безпосередньо керівник.

Керівник – індивід, на якого офіційно покладені функції управління і організації діяльності в групі (установі, фірмі та ін.). Керівник – провідник соціального контролю. Керівник – це формальний лідер, який призначається або вибирається, набуваючи таким чином офіційного статусу. Завдання його полягає у визначенні цілей спільної діяльності, структуруванні діяльності й відносин в офіційній групі під час розв'язання нею різноманітних завдань, у впливі на персонал.

Лідерство (англ. *leader* – провідний, керівник) – один з процесів організації й управління малою соціальною групою, який сприяє досягненню групових цілей в оптимальні терміни та з оптимальним ефектом. Визначний принцип лідерства – це визнання за людиною здатності розуміти інтереси інших людей і керувати ними у відповідності до цих інтересів. Лідерство спрямоване на пробудження в членів групи мрії, до якої вони прямуватимуть, наснаження їх необхідною для цього енергією. Феномен лідерства визначається взаємодією ряду чинників, серед яких основними є:

- психологічні характеристики самого лідера;
- соціально-психологічні характеристики членів малої групи;
- особливості ситуації, в якій знаходиться група;
- характер вирішуваних задач.

Лідер – наділений найбільшим ціннісним потенціалом індивід, який має провідний вплив у групі. Лідер – це член групи, який добровільно взяв на себе значну міру відповідальності у досягненні групових цілей, ніж того вимагають

соціальні норми або формальні приписи. Лідер не висувається групою на відповідну посаду, а спонтанно займає керівну позицію за явної чи прихованої її згоди. Найчастіше він перебирає роль неофіційного керівника, а з його особистістю ідентифікується специфічна система групових норм та цінностей. Ця система, доречі може бути не тотожна офіційній системі.

Лідерство слід розглядати як групове явище, адже лідер завжди є елементом цієї структури. Психологічна сутність лідерства полягає у здатності впливати на індивідів і групу, спрямовувати їхні зусилля на досягнення цілей. Функції лідера: інтеграційна, об'єднуюча, регулятивна функція, спрямовані встановлення і підтримку сприятливих соціально-психологічних відносин, вироблення і підтримку групових норм. Виконання лідерських функцій дає можливість компенсувати недоліки і прорахунки у діяльності групи та її керівника.

Між змістом понять лідерство і керівництво, лідер і керівник існують певні відмінності. Найбільш чітко їх проаналізовано і систематизовано В.Д.Паригінім.

Незважаючи на відмінності, керівник і лідер часто вирішують взаємопов'язані проблеми, покликані стимулювати групу, націлювати її на розв'язання групових завдань. Чимало спільних рис містять і психологічні характеристики їх діяльності, зокрема: керівник і лідер є координаторами, організаторами соціальної групи; керівник і лідер, хоч і різними засобами, здійснюють соціальний вплив у групі; керівник і лідер використовують субординаційні відносини.

Актуальним для соціальних психологів остається питання: Чи є доцільним поєднання в одній особі керівника і групового лідера? З одного боку є твердження, що лідерські можливості збільшують силу впливу керівника, за умови активної реалізації керівником якостей ділового і мотиваційного лідера зростає задоволеність індивідів членством у групі. З іншого – є міркування, що ролі керівника і лідера у групі мають належати різним особам. Щодо цього використовують різні аргументи. Наприклад, вважають, що діяльність лідера і керівника має неоднакову спрямованість. Керівник зорієнтований на реалізацію завдань групи, лідер — на її внутрішні інтереси. Експресивний лідер, стаючи

формальним керівником, розвалює групову діяльність або змушений переорієнтуватися на інструментальні функції (ділова сфера). Це може спричинити його конфлікт з групою (він або не стає керівником, або перестає бути лідером). Об'єктивно існує не так багато груп, в яких функції керівника та лідера виконує одна особа. У багатьох групах (хореографічний колектив, дитячий колектив) таке поєднання неможливе через вікові, статусні відмінності керівника і групи.

Розуміння сутності лідерства, механізмів його виникнення та впливу на функціонування групи буде повним і чітким, якщо ознайомитись з основними соціально-психологічними теоріями лідерства.

Автори **теорії рис** або особистісної теорії лідерства (К.Берд, Р. Стокділл, П.Сміт, М. Тейб) доводять, що лідером може бути особа з певними особистісними якостями (сукупністю певних психологічних рис).

У надрах теорії рис зародилася **харизматична концепція**, згідно з якою людина народжується із задатками лідера, лідерство послане окремим видатним особистостям як благодать, "харизма" (грец. charisma – дар, милість, божа благодать). Харизматичний лідер користується у групі абсолютною довірою, спонукає до схиляння перед собою.

Представники **ситуаційної теорії лідерства** (О.Крегер, Дж.Тьюсон, Ф.Фідлер) не відкидаючи теорії рис, вважають лідерство продуктом ситуації. Згідно з цими уявленнями: в конкретній ситуації актуальною є конкретна якість, значить лідером стає наділений нею індивід.

Синтетична (системна) теорія лідерства сформувалася на основі узагальнення напрацювань у межах попередніх підходів. Лідерство в рамках цієї теорії тлумачать як процес організації міжособистісних стосунків у групі, вважаючи лідером суб'єкта управління цим процесом. Власне феномен лідерства аналізують як продукт спільної групової діяльності при розв'язанні конкретного завдання, коли індивіди мають змогу виявити свою здатність організувати групу на розв'язання групової проблеми. Отже, спільна діяльність (актуальність мети, широта завдань, різноманітність умов для їх розв'язання тощо) сприяє

виникненню і формуванню лідерства, появи конкретного лідера. Більшість вітчизняних досліджень лідерства здійснюється саме в рамках цієї теорії.

Важливим для здійснення в майбутньому професійної діяльності є усвідомлення студентами сутності і механізмів функціонування таго феномену як авторитет. В широкому сені під авторитетом розуміють загально визнаний неформальний вплив, в узькому, – одна з форм здійснення влади. **Авторитет** – особливий вид впливу на людей, який виявляється у здатності людини не прибігаючи до примуса спрямовувати думки та вчинки інших людей. Можна визначити авторитет як визнання людини іншими людьми. Лідер завжди авторитетний. Інакше він не може бути лідером. Всі харизматичні особистості, безумовно були авторитетними. Керівник може зовсім не мати авторитету у підлеглих.

Авторитет лідера і керівника будь-якого рангу – величина перемінна: він може зростати або знижуватись під впливом різних факторів. Для високого авторитету лідер повинен мати високу компетентність і соціальну зрілість, творчий підхід до справи, підприємливість у своїй діяльності, високу конкурентоспроможність. Все ж таки найбільш значущим фактором прийнято вважати особистісний рівень розвитку. Збереження авторитету вимагає від лідера постійного самоконтролю за кожною своєю дією, повної самовіддачі.

Розрізняють формальний, особистий і повний авторитет керівника. **Формальний авторитет** керівника впливає з його прав як посадової особи розпоряджатися підлеглими, давати їм завдання, вимагати виконання їх, контролювати і стимулювати їхню працю. **Особистий авторитет** керівника визначається комплексом його особистих якостей як людини, таких як людяність, толерантність, етичність та ін. **Повний авторитет** керівника, або авторитет лідера, виявляється при поєднанні формального і особистого авторитету особи, яка обіймає керівну посаду.

У кожного керівника (лідера) формуються певні **стереотипи діяльності**, які при виконанні спільної діяльності виявляють себе як **стилі керівництва (лідерства)**. Попри суттєві відмінності у сутності феноменів лідерства і

керівництва, в науці й на рівні буденного мислення вони не завжди розмежовуються. Традиційно соціальна психологія зорієнтована на дослідження стилю лідерства, а не керівництва. Між тим, нерідко лідерство трактують як стиль керівництва. **Стиль лідерства** – спосіб, метод роботи, манера поведінки індивіда, типова для лідера система принципів, норм, індивідуальних особливостей впливу на підлеглих. Соціальна психологія найчастіше розглядає три стилі – **авторитарний, демократичний, ліберальний**. В дослідженнях останніх років частіше фігурують такі назви стилів:

Директивний (командно-адміністративний, авторитарний, за якого керівник є прихильником єдиноначальності, підпорядкування людей своїй волі). **авторитарний керівник** залежно від проблеми і складності завдання структуру свого впливу на підлеглих організовує за принципом «керівництво – підкорення». Тип такого керівника характеризують: надмірна централізація влади, ігнорування думки спеціалістів; використання різних соціально-психологічних механізмів впливу, зокрема аморальних (інструктаж, тиск, погрози, категоричність висловлювань тощо); унеможливлення критики на його адресу, ігнорування думок підлеглих, доцільності вироблення спільних рішень; недовіра до підлеглих, нехтування реальним людським потенціалом, обмежене спілкування з персоналом; неухважність до індивідуальних особливостей підлеглих, міжособистісних відносин; велика соціальна дистанція, офіційність у неформальних ситуаціях взаємодії.

Однозначно негативно оцінювати авторитарний вплив в управлінні не слід. Адже трапляються ситуації (занедбаність роботи, відсутність дисципліни, безвідповідальність, екстремальні умови тощо), що потребують жорстких форм централізованого впливу.

Колегіальний (демократичний, за якого керівник надає підлеглим самостійність, довіряє їм). Демократичний стиль, який засвідчує вмиле використання влади і таких психологічних механізмів впливу, як порада, делегування повноважень і відповідальності, переконання, навчання та ін. Усе це забезпечує позитивну саморегуляцію спільноти, розвиток індивідуальної та

групової ініціативи. З керівником-демократом пов'язаний психологічний феномен, що спонукає керівників нижчого рангу відстоювати інтереси співробітників перед вищим керівництвом. Високопродуктивними є взаємовплив, зворотний зв'язок, що забезпечує спрямування інформації не тільки від керівника до підлеглого, а й від співробітників до керівника. Керівник-демократ може безпосередньо впливати на групу, індивідів або впливати на співробітника через групу. Водночас йому необхідно враховувати, що група може і негативно впливати на її індивідів, ігноруючи, заперечуючи оригінальні ідеї талановитих людей, спонукувати індивіда до вчинків, які не узгоджуються з його етичними та іншими нормами. При цьому можуть бути використані нелегітимні психологічні, матеріальні механізми впливу (вербування, підкуп, шантаж, наклеп тощо). Керівники, що дотримуються демократичного стилю, такі методи впливу вважають для себе недопустимими. Недемократичні стилі можуть бути пов'язані з неправовими, аморальними засобами впливу.

Ліберальний (за якого керівник не керує групою, не виявляє організаторських здібностей, не розподіляє обов'язки тощо). **Ліберальний стиль** часто кваліфікують як бездіяльний, що породжує вседозволеність, анархію. Невпливовість людини-ліберала а може бути наслідком суб'єктивних особливостей особистості (невпевненість, слабка сила волі, надмірна довірливість тощо), непрофесіоналізму. За таких умов може взяти ситуацію під контроль неформальний лідер, який ініціативно візьметься за розв'язання управлінських рішень. Ліберальний стиль керівництва може бути ефективним, а керівник впливовим, якщо робота має індивідуалізований характер, у групі інтелектуалів, де понад усе ціниться вільна, творча атмосфера, у колективі з високим рівнем індивідуальної та свідомої відповідальності.

Характеризуючи зв'язок стилів лідерства і керівництва з феноменом психологічної влади, слід пам'ятати, що ефективний вплив керівника на групу та індивідів не допускає бездумного наслідування будь-якого стилю, а потребує вироблення власного неповторного стилю діяльності та впливу.

Завдання репродуктивного рівня (1-3 бали):

1. Підготуйте письмову доповідь за однією з тем (на вибір): «Теорії сутності та виникнення лідерства», «Стилі лідерства та керівництва», «Авторитет лідера та фактори, що його визначають».
2. Складіть словник основних понять з теми (список за вибором):
3. Законспекуйте:
 - Психологічні особливості планування і прийняття управлінських рішень // Орбан - Лембрик Л.Е. Психологія управління. - К.: Академвидав, 2003. - С. 345-366;
 - Психологічна готовність керівників закладів середньої освіти до управління // Карамушка Л.М. Психологія управління закладами середньої освіти. – К.: Ніка-Центр, 2000. – С. 94-114.

Завдання продуктивного рівня (3-6 балів):

1. Визначте критерії і складіть порівняльну характеристику соціально-психологічних явищ «керівництво» та «лідерство» (Дуткевич Т.В. Конфліктологія з основами психології управління. - К., 2005. – С.238).
2. Дайте визначення понять авторитет, авторитарний стиль керівництва, автоматизована дія. Проаналізуйте як використовуються ці поняття в контексті наступного повідомлення.

«Деякі вчителі воліють тренувати танцюристів реагувати на дану ситуацію тільки одним способом – авторизовано "правильним" способом. Кроки й фігури визначені авторитетами так, що танцюристи мають дуже мало можливостей вибирати, якщо взагалі мають їх. Тренер може давати танцюристам хореографію, і вони повторюють її нескінченно відпрацьовуючи свої пози й свій стиль у заданих напрямках. А роль жінки подвійно автоматична – їй потрібно не тільки впливати за вказівками тренера, але ще й за своїм партнером. Індивідуальні варіації ведуть убік від його ведення, уважаються помилковими й повинні бути виключені. Рухи й стиль, що відрізняються від програми називають "неправильними".

Такі бальні танці, їхня основа – авторитети. Стандартизовані програми, студії й учителі – усе є авторитетами, що дбайливо контролюють кожну деталь, кожну форму й всі нюанси танцювання. От так ваш танець повинен виглядати. Такі кроки й фігури вам дозволено використовувати. Ви повинні їх вивчити в такій послідовності й виконувати їх у такий спосіб. Тут є й судді, які визначають правильність ваших дій. Тут є сертифікат, що свідчить про те, що авторитети вами задоволені. Із самого початку вони задають вам шаблон вашого танцювання, а ваше завдання автоматично відповідати їхньому плану, їхній карті.

Усе в порядку. Дійсно, багатьом людям потрібний якийсь рівень авторитетності в їхніх життях, і я звичайно ж не хочу сказати, що підхід бальних танців невірний. Багато хто його вважає природним і зовсім правильним. І потрібно віддати належне авторитетним бальним студіям - коли їхні критерії виконані, це здорово підвищує самооцінку» (В. Буров – викладач танців у стилі хастл).

3. Який стиль буде демонструвати керівник, який орієнтується на наступні свідомі установки:
- 1) люди не люблять працювати й при будь-якій можливості уникають роботи;
 - 2) люди воліють, щоб ними керували, у них немає честолюбства, і вони намагаються позбутися відповідальності, зводячи свої посадові повноваження до мінімуму;
 - 3) для ефективного керування необхідно застосовувати примус, твердий контроль і погрозу покарання.
4. Яка психологічна закономірність пояснює наступний факт?

«Зазвичай, хореографічні проекти, які спрямовані на широку аудиторію спожив (танцівників) тяжіють до автократичного стилю керівництва, там керівник є, автором проекту, що обирає на кастингу артистів, розробляє для них імідж, працює над репертуаром тощо. Готові альтернативні команди самі є авторами своєї творчості й керування ними можливо лише за допомогою ліберального або демократичного стилю».

5. Законспекуйте параграф «Функції управління», користуючись будь-яким підручником з психології управління із запропонованих. Порівняйте з основними функціями керівника хореографічним колективом, що наведені в тексті:

«Діяльність керівника танцювального колективу характеризується багатоаспектністю й визначає ряд виконуваних їм функцій:

1) організаційно-управлінська (керівник-хореограф виступає організатором колективу й управляє його функціонуванням);

2) балетмейстерська (керівник колективу є головним його балетмейстером-постановником, за винятком колективів, у яких працюють запрошені балетмейстери);

3) репетиторська (керівник хореографічного ансамблю здійснює репетиційний процес, виконуючи функції головного педагога-репетитора);

4) навчально-виховна (навчання виконавській майстерності й духовно-естетичного виховання танцівників є фундаментальними в роботі керівника-хореографа);

5) розвиваюча (формування всебічно розвинених особистостей в ансамблі здійснюється шляхом рівноцінного фізичного, емоційного, морального, естетичного, інтелектуального, креативного розвитку виконавців)» (Юрьева М. Н. Профессионально-педагогическое взаимодействие субъектов в процессе подготовки педагога-хореографа в ВУЗе: Дис. ... канд. пед. наук: 13.00.08. - Тамбов, 2001).

В чому полягають особливості керівництва хореографічним колективом?

6. Користуючись підручниками з психології управління, складіть таблицю «Порівняльна характеристика керівництва і лідерства.

Завдання творчого рівня (6-15 балів):

1. Підготуйте реферат на тему (на вибір): «Функції керівника хореографічним колективом», «Роль керівника в регулюванні міжособистісних стосунків в

хореографічному колективі», «Соціально-психологічні складові авторитету керівника хореографічним колективом».

2. Складіть характеристику конкурентоспроможного хореографічного колективу.
3. Ознайомтесь з розділом книги : С. 46-91. Складіть схему аналізу умов, в яких здійснюється управлінська діяльність. Спираючись на створену схему, проаналізуйте умови керівництва вашою академічною групою. Який стиль керівництва вашою групою буде ефективним? Проаналізуйте особливості власної особистості і визначте, чи зможете ви здійснювати ефективне керівництво вашою академічною студентською групою?
4. Розробіть програму формування позитивного іміджу нового хореографічного колективу.
5. Складіть анкету для визначення соціально-психологічного клімату хореографічного колективу.

Завдання для підготовки до тестового контролю.

1. Характеристика індивіда з боку динамічних особливостей його психіки – це:

А – характер; Б – поведінка; В – темперамент; Г – спрямованість.

2. Походження назв чотирьох самих відомих типів темпераменту пов'язане з теорією темпераменту:

А – гуморальною; Б – конституціональною;

В – нейродинамічною; Г – фізіологічною.

3. Тип темпераменту, якому притаманний високий рівень нервово-психічної активності та енергії дій, різкі рухи, а також сила:

А – холеричний; Б – сангвінічний; В – флегматичний; Г – меланхолічний.

4. За Е.Кречмером, замкнутість, емоційна вразливість, швидка стомлюваність характерні для:

А – пікніків; Б – астеників; В – атлетів; Г – диспластиків.

5. За І.П. Павловим, класифікація типів нервової системи повинна бути заснована на врахуванні параметрів:

А – сили;

Б – активності;

В – співвідношення рідин в організмі;

Г – особливостей будови тіла.

6. Акцентуації характеру є:

А – патологічною формою вираження характеру;

Б – крайнім варіантом норми;

В – нормативним рівнем вираження характеру.

7. Відомо, що різні типи акцентуацій характеру зумовлюють «місця найменшого опору» в поведінці людини. Визначте, для якого типу акцентуації суб'єкта складною є ситуація, де чітко регламентується поведінка, не дозволяється прояв ініціативи, має місце монотонна праця:

А — демонстративний тип;

Б — гіпертимний тип;

В — дистимний тип;

Г — тривожно-боязкий тип.

8. Співвіднесіть варіанти ставлення людини до об'єктивного світу і риси характеру, що їх виражають:

Напрямки

Риси характеру

1. Ставлення людини до своєї особистості;

А — почуття гідності;

Б — гуманність;

В — старанність;

2. Ставлення до інших людей;

Г — егоїзм;

Д — ініціативність;

3. Ставлення до праці;

Є — зверхність.

9. Співвіднесіть якості, що описують характер і темперамент:

1. Характер

А — стриманість;

2. Темперамент
- Б — емоційна стійкість;
В — сумлінність;
Г — чутливість.

10. Співвіднесіть поняття:

1. Психопатія А — сукупність найбільш яскраво виражених і водночасно стійких рис особистості, що є типовими для даної людини і проявляються в її діях;
2. Соціальний характер Б — результат динамічної адаптації людської природи до суспільного ладу;
 В — гіпертрофована вираженість окремих рис характеру, що ускладнює адаптацію людини в деяких специфічних ситуаціях;
3. Характер Г — аномалії характеру, що визначають весь психічний образ індивіда, не піддаються змінам протягом життя і заважають пристосуванню до навколишнього середовища.
4. Акцентуація

11. Співвіднесіть типи акцентуацій із їх описами:

1. Емотивний тип А — домінування потреби у визнанні, неординарність мислення і вчинків, авантюризм, фантазерство, висока адаптивність, емоційна лабільність;
2. Демонстративний тип Б — високий життєвий тонус, рухливість, висока самооцінка, енергійність, винахідливість, комунікабельність, недостатнє відчуття дистанції;
3. Гіпертимний тип В — емоційність, чутливість, тривожність, глибинапереживань, гуманність, емпатійність, загострене почуття обов'язку.

12. Яка психологічна властивість людини залежить від типу її нервової системи:

- а) характер
- б) задатки
- в) здібності
- г) темперамент

13. Здібності:

А - існують незалежно від діяльності і поза нею.

Б - розвиваються незалежно від діяльності, але в діяльності виявляються.

В - в діяльності виявляються, в ній і розвиваються.

Г - Поза діяльністю існують спеціальні здібності.

14. Під задатками слід розуміти:

А - Природжені здібності до якоїсь діяльності.

Б - Здобуті в процесі навчання і виховання властивості особистості, що характеризують її здатність до якоїсь діяльності.

В - Психологічні властивості, що є умовою успішного виконання якоїсь діяльності.

Г - Природжені анатомо-фізіологічні особливості, що є однією з передумов розвитку здібностей.

15. Співвіднесіть між собою подані нижче поняття:

1. Здібності 2. Знання 3. Вміння 4. Навички

а) індивідуально набутий теоретичний і практичний досвід людини;

б) свідомо автоматизована дія, що формується шляхом вправлення;

в) індивідуальні властивості особистості, що є умовою успішного виконання діяльності;

г) спосіб виконання дії, що забезпечується сукупністю знань і навичок.

16. Співвіднесіть між собою подані нижче поняття:

1. Научуваність 2. Інтелектуальні здібності 3. Креативність

А) здатність до використання знань;

Б) здатність до перетворення знань;

В) здатність до набування знань.

17. Про наявність здібностей до якогось виду діяльності свідчать:

А - Низький темп навчання відповідної діяльності.

Б - Великі енергетичні витрати на виконання даної діяльності.

В - Індивідуальна своєрідність виконання діяльності.

Г - Відсутність зв'язку зі спрямованістю.

18. Прийняті у суспільстві зразки поведінки, які регламентують взаємодію та взаємовідношення індивідів, мають назву:

а) соціальні ролі;

б) соціальні правила;

в) соціальні норми.

19. Актуальні ролі від латентних відрізняються за ознакою:

а) актуальні ролі виконуються у даний момент, а латентні у даній ситуації не проявляються;

б) актуальні ролі спостерігаються при наявності міжособистісних відносин, а латентні – лише у системі об'єктивних соціальних відносин;

в) актуальні ролі відповідають моральним нормам суспільства і тому не приховуються, а латентні ролі є аморальними, через що людиною стримуються та контролюються.

20. Глобальна здібність, що виникає на базі комплексу інтелектуальних, особистісних, комунікативних та поведінкових рис та забезпечує прогнозування розвитку міжособистісних ситуацій, готовність до соціальної взаємодії та прийняття рішення, у соціальній психології отримала назву:

а) соціальний інтелект;

б) соціальна інтуїція;

в) соціальний аналітизм.

21. Визначте правильні відповіді. Механізми соціальної перцепції:

а) емпатія,

б) проекція,

в) ідентифікація,

- г) соціальна рефлексія,
- д) аттракція,
- е) каузальна атрибуція,
- ж) раціоналізація,
- з) формування реакцій.

22. Як називається ефект сприймання, що характеризується необґрунтованим перенесенням враження про зовнішні особливості людини на її внутрішні особливості?

- а) ефект ореола,
- б) ефект первинності,
- в) ефект стереотипізації,
- г) ефект фізіономічної редукції.

23. Основним фактором першого враження є :

- а) фактор зверхності,
- б) фактор привабливості,
- в) фактор ставлення до спостерігача,
- г) фактор групової згуртованості.

24. Установіть відповідність:

Визначення:

Вид впливу:

1. Процес і результат зміни одним індивідом поведінки, установок, намірів, оцінок іншого індивіда.

а) особистий вплив;

б) міжособистісний вплив

2. Трансляція індивідом іншим людям своїх особистісних рис у формі взірців особистісної активності.

в) психологічний вплив

3. Застосування у міжособистісній взаємодії винятково психологічних засобів з метою впливу на стан, думки, почуття, дії іншої людини.

25. Перехід різних емоційних станів, які безконтрольно сприймаються й відтворюються людьми в ситуації їх безпосереднього спілкування є механізмом психологічного впливу, який має назву:

- а) навіювання;
- б) зараження;
- в) наслідування.

26. Відтворення індивідом рис та зразків поведінки іншої людини або групи є механізмом психологічного впливу, який має назву:

- а) зараження;
- б) навіювання;
- в) наслідування.

27. Приховане спонукання адресата впливу до переживання певних станів, до зміни ставлення, до прийняття рішень, вигідних ініціатору впливу, має назву:

- а) навіювання
- б) маніпуляція,
- в) зараження.

28. Приписування причин поведінки іншій людині в умовах дефіциту інформації є змістом поняття:

- а) каузальна атрибуція;
- б) фасцинація;
- в) емпатія.
- г) комунікація.

29. Процес використання певного стійкого образу якогось явища або предмету при зіткненні та взаємодії з цим явищем або предметом є змістом поняття:

- а) ригідність;
- б) стереотипізація;
- в) конформізм.

30. Виберіть правильний перелік якостей, значимих для процесу конструктивного спілкування:

- а) комунікабельність, контактність, інфантильність, діалогічність;
- б) комунікабельність, діалогічність, ініціативність, егоїзм;
- в) комунікабельність, контактність, діалогічність, ініціативність;
- г) комунікабельність, ініціативність, егоцентричність, альтруїзм.

31. Вибудуйте ієрархічну послідовність у порядку зростання понять:

- а) талант; б) геніальність; в) здібності; г) обдарованість.

32. Положення індивіда чи групи в соціальній системі – це:

- а) соціальна роль;
- б) соціальний статус;
- в) активна роль;
- г) ранг.

33. Встановіть закономірності між функціями психології управління та їх значенням.

Функції психології управління:

1. Гуманістична. 2. Прогностична. 3. Прикладна. 4. Соціальна.

Значення

- а) формування психологічних прогнозів щодо розвитку організацій, робочих груп, персоналу, керівника та управлінської діяльності;
- б) дотримання норм етики й моралі щодо індивіда в процесі управління і здійснення управлінської діяльності;
- в) зниження рівня соціальної напруги в організації, конфліктності на підприємстві;
- г) на основі теоретичного і емпіричного аналізу управлінських процесів розробка практичних рекомендацій з різних аспектів управлінської діяльності, що спрямовані на покращення роботи керівників, усієї системи управління.

34. Співвіднесіть поняття у відповідності до їх значення:

Поняття: 1. Керівник. 2. Менеджер. 3. Лідер

- а) член соціальної групи, наділений правом приймати рішення в значущих ситуаціях;
- б) особа, на яку офіційно покладено функції управління установою підприємством та організації її діяльності;
- в) фахівець, який здійснює управлінську діяльність в економічних та виробничих структурах; особа, котра організовує конкретну роботу певної кількості працівників, керуючись сучасними методами.

35. Член групи, за яким визначається право приймати відповідальні рішення у щоденних та визначальних для групи ситуаціях, – це:

- а) лідер;
- б) аутсайдер;
- в) доброволець;
- г) керівник.

36. Як називається поняття, яке охоплює такі характеристики: функція управління, за допомогою якої здійснюється інтеграція інших функцій; посадові особи, що очолюють організацію; діяльність керівника, спрямована на роботу з персоналом?

- А) лідерство
- Б) керівництво
- В) управління

37. Вищий рівень розвитку малої соціальної групи – це:

- А) об'єднання;
- Б) корпорація;
- В) колектив;
- Г) асоціація.

38. Особа, на яку офіційно покладено функції управління установою (підприємством) та організації її діяльності, – це:

- А) лідер;
- Б) керівник;
- В) ініціатор

Г) організатор

39. Розставте назви теорій лідерства у відповідності до опису підходів, підґрунтям яких вони є:

1. Ситуативна теорія. 2. Теорія рис. 3. Синтетична теорія.

а) на характері лідерської ролі відображається взаємозв'язок трьох змінних: особистісних якостей лідера, особистісних якостей його підлеглих чи послідовників, характер ситуації, у якій здійснюється лідерство;

б) лідером може бути тільки та людина, яка володіє необхідними управлінськими якостями;

в) лідерство залежить не скільки від активності особистості та її особистісних рис, скільки від обставин та інших ситуативних змінних.

40. Яка з теорій походження лідерства стверджує, що лідером може бути лише людина з певними особистісними якостями?

А) Синтетична теорія.

Б) Теорія рис.

В) Ситуативна теорія.

41. Як називається діяльність керівника щодо виконання множини різноманітних управлінських дій?

А) управлінські операції;

Б) організаційна;

В) функції управління;

Г) функції контролю.

42. Який тип керівника, що зіштовхуючись із проблемами, перестає бути сам собою, підкорюється обставинам та немає власної думки:

а) фасилітатор;

б) руйнівник;

в) конформіст;

г) відновник.

43. Встановіть відповідність між компонентами психологічної готовності керівників до управління та їх структурою.

Компоненти психологічної готовності керівників до управління:

1. Мотиваційний. 2. Когнітивний. 3. Особистісний. 4. Операційний

Структура компонентів:

а) риси, які пов'язані зі ставленням до управлінської діяльності, до самого себе, до учасників управлінської діяльності, до держави;

б) соціальні мотиви, управлінські мотиви, мотиви особистісного росту, мотиви зовнішньої привабливості;

в) власне управлінські вміння та навички, психолого-управлінські вміння та навички;

г) загальноуправлінські і психологічні знання.

44. Встановіть відповідність між стилями управління та їх змістом.

Стиль управління:

1. Авторитарний. 2. Демократичний. 3. Ліберальний

Зміст:

а) відмова від прямого управління;

б) жорсткі методи управління, визначення стратегії діяльності групи, обмеження ініціативи та можливості обговорення прийнятих рішень, одноосібне прийняття рішень;

в) колегіальність, заохочення ініціативи.

45. Стиль управління, при якому всі рішення ухвалюються керівником, називається:

а) демократичний;

б) авторитарний;

в) ліберальний;

г) анонімний.

46. Який з індивідуальних стилів управління характеризується зосередженням уваги керівника винятково на виробництві та незначній увазі до людського фактору:

- а) невтручання;
- б) команда;
- в) завдання;
- г) тепла компанія.

47. Яка маніпулятивна стратегія управління ґрунтується на припущенні про те, що суперництво в колективі сприяє кращому виконанню функціональних обов'язків працівників:

- а) “бий своїх, щоб чужі боялись”;
- б) “кожній сестрі по сережці”;
- в) “розділяй і владарюй”;
- г) “ефект клітки”.

48. Встановіть відповідність між стратегіями поведінки в конфлікті та їх змістом.

Стратегії поведінки в конфлікті:

1. Конкуренція
2. Уникання (втеча)
3. Пристосування
4. Співробітництво
5. Компроміс

Зміст:

- а) використовують, якщо проблема, не надто важлива; коли індивід відчуває свою неправоту, переконується у перевагах аргументів чи владних повноважень свого опонента; під час спілкування зі “складною” людиною; за необхідності прийняти рішення і дефіциту знань про те, як це вчинити; за відсутності інформації для розв'язання проблеми;

б) нагадує уникання, оскільки передбачає перенесення вирішення проблеми на пізніше. Відмінність полягає в тому, що індивід діє разом зі своїм опонентом, пристає на його вимоги, пропозиції;

в) може бути ефективним, якщо людина наділена певною владою, переконана, що її рішення чи підхід є правильними, і володіє достатнім ресурсом, щоб наполягати на них. Однак в особистих стосунках може викликати відчуження;

г) цей тип поведінки передбачає врегулювання проблеми шляхом взаємних поступок. Він є особливо ефективним, якщо сторони усвідомлюють, що одночасне досягнення одного й того ж неможливе;

д) така поведінка спрямована на пошук рішення, яке б задовольняло інтереси всіх сторін. Тому втягнуті в конфлікт сторони, захищаючи свої інтереси, намагаються плідно співпрацювати.

49. Як називається дія, спрямована на виникнення конфлікту?

А) інцидент;

Б) ескалація;

В) провокація.

50. Зверхнє ставлення до співрозмовника у формі наказу, погрози, зауважень; вихваляння власними успіхами або досягненнями; демонстративна впевненість у правильності власних дій; підвищення тону голосу під час розмови; порушення етичних норм поведінки; виявлення агресивності; егоцентрична поведінка, – це:

А) конфліктоген;

Б) конфліктна ситуація;

В) образа.

Питання, що виносяться на іспит.

1. Предмет психології як науки. Зв'язок психології з іншими науками.
2. Класифікація психічних явищ. Їх роль у діяльності людини.
3. Рефлекторний характер психічного відображення. Роль умовних і безумовних рефлексів у психічній регуляції поведінки людини.
4. Теорія психічного відображення. Властивості психічного образу.
5. Психологічна сутність танцю. Основні завдання та напрямки розвитку психології хореографічної діяльності.
6. Методи сучасної психології та їх характеристика. Психодіагностичний потенціал танцю.
7. Філогенез й антропогенез психіки. Основні форми відображення і поведінки.
8. Поняття про свідомість. Фактори, що обумовлюють виникнення свідомості а антропогенезі.
9. Поняття про свідомість. Несвідомі психічні процеси.
10. Розвиток психіки в онтогенезі (умови, фактори, рушійні сили).
11. Основні закономірності психічного розвитку дитини.
12. Врахування вікових особливостей розвитку психіки в процесі засвоєння хореографічної діяльності.
13. Поняття про діяльність. Принцип єдності діяльності та свідомості.
14. Структура діяльності: мотиви, цілі, дії, операції, рухи.
15. Загальна характеристика основних видів діяльності людини. Розвивальній потенціал танцювальної гри.
16. Рівні свідомої регуляції діяльності діяльності: автоматизований, цільовий, особистісний.
17. Навички, їх види та закономірності формування. Уміння їх загальна характеристика.
18. Рух його функції та якості. Моделювання психічної регуляції рухової дії.

19. Психомоторна діяльність та її розвиток.
20. Розкрити зміст понять: «індивід», «особистість», «індивідуальність», їх взаємовідношення.
21. Активність особистості, її біологічні та соціальні джерела.
22. Психологічна структура особистості.
23. Потреби як основа активності. Види і характеристика потреб. Ієрархія потреб.
24. Поняття про мотивацію, характеристика мотиваційної сфери особистості: інтереси, переконання, прагнення, установки.
25. Самооцінка і рівень домагань особистості, їх взаємозв'язок. Я – концепція особистості.
26. Механізми психологічного захисту. Тілесні прояви особистості.
27. Поняття про увагу. Види уваги.
28. Основні властивості уваги. Неуважність та її причини.
29. Поняття про відчуття та сприйняття. Класифікація відчуттів і сприймань.
30. Закономірності відчуттів (адаптація, синестезія, сенсibilізація).
31. Основні властивості відчуттів (адаптація, взаємодія відчуттів, сенсibilізація, синестезія) і сприймань (предметність, цілісність, структурність, вибірковість, константність, аперцепція, фігура і фон).
32. Сприйняття як дія. Рівні перцептивних дій: виявлення, розрізнення, впізнавання, спостереження.
33. Поняття про пам'ять. Види пам'яті. Індивідуальні відмінності пам'яті.
34. Процеси пам'яті, їх психологічна сутність.
35. Умови ефективного мимовільного та довільного запам'ятовування.
36. Поняття про мислення. Види мислення їх психологічна характеристика.
37. Поняття про уяву. Види уяви, їх роль у житті людини.
38. Аналітико-синтетичний характер мислення та уяви.

39. Психологічні особливості мислення хореографа. Формування культури хореографічного мислення.
40. Розвиток пам'яті, мислення та уяви в танцювальній діяльності.
41. Поняття про емоції. Природа і функції емоційних явищ.
42. Поняття про волю. Природа і функції вольових процесів.
43. Роль емоцій та почуттів в танцювальній діяльності.
44. Вольовий акт і його структура.
45. Вольові якості. Виховання і самовиховання волі танцівника.
46. Поняття про темперамент і характер, їх природа і сутність.
47. Властивості темпераменту і характеристика його типів. Вплив темпераменту на діяльність.
48. Структура характеру і його типологія. Особливості виховання характеру танцівника.
49. Поняття про характер. Акцентуації рис характеру.
50. Поняття про здібності та їх природу. Види здібностей і їх характеристика. Хореографічні здібності.
51. Структура здібностей. Проблема вимірювання здібностей.
52. Розвиток і формування здібностей. Шляхи дослідження і розвитку моторної обдарованості та хореографічних здібностей.
53. Роль спілкування у житті людини. Функції спілкування.
54. Поняття про спілкування. Види і форми спілкування.
55. Основні способи передавання інформації. Вербальне та невербальне спілкування.
56. Розвиток навичок спілкування в танцювальній діяльності.
57. Статус особистості як показник становища в групі. Роль як реалізація статусу і позиції особистості.
58. Динаміка групових процесів. Групова згуртованість. Міжособистісна сумісність.
59. Соціально-психологічний клімат в соціальних групах. Групові конфлікти.

60. Соціально-психологічні характеристики дитячих, підліткових та юнацьких груп.
61. Розвиток міжособистісних відносин засобами групового танцювання.
62. Поняття про лідерство і керівництво. Теорії сутності та виникнення лідерства.
63. Стилi лідерства та керівництва. Авторитет лідера та фактори, що його визначають.
64. Особливості керівництва хореографічним колективом. Імідж керівника танцювального колективу.