

**ПЛАН
ПРАКТИЧНИХ І ЛАБОРАТОРНИХ ЗАНЯТЬ
з дисципліни «ПСИХОЛОГІЯ ОСОБИСТОСТІ»**

практичні заняття, годин – 30

лабораторні заняття (тренінгові), годин – 30

Викладач – Кримова Н.О.

Обсяг в годинах	Назва та стислий зміст практичного заняття	Мета роботи
Змістовий модуль 1. ВСТУП ДО ТЕОРІЙ ОСОБИСТОСТІ		
2	Заняття 1. Концептуальна основа для опису особистості Завдання 1: за допомогою методу мозкового штурму визначити критерії для формування психологічного портрету людини. Завдання 2: скласти свій психологічний портрет. Проаналізувати.	Визначити критерії для опису особистості.
Змістовий модуль 2. ПСИХОАНАЛІТИЧНІ ТЕОРІЇ ОСОБИСТОСТІ		
2	Заняття 2. Концепція несвідомого в теорії З.Фрейда Завдання 1: використати техніку «Вікно Джогарі» для виявлення несвідомого в поведінці людини. Завдання 2: Навести і проаналізувати приклади «прориву» Libido в помилкових діях. Завдання 3: За даною схемою проаналізувати риси і проблеми «фіксованої» людини в заданих ситуаціях.	Сформувати вміння розпізнавати прояви несвідомого в симптомах і символах. Сформувати вміння розпізнавати несвідому мотивацію в «помилкових діях» людини. Сформувати вміння розпізнавати психологічні особливості людей, зафіксованих на різних стадіях.
2	Заняття 3. Захисні механізми і проблема адаптації людини Завдання: за допомогою теста LSI Р.Плутчика визначити захисні механізми і зробити аналіз адаптації у співвідношенні з базисними емоціями і захисними механізмами.	Сформувати вміння аналізувати особливості адаптації людини з точки зору психоеволюційної теорії Плутчика.
2	Заняття 4. Механізми психологічного захисту (тренінг) Завдання: скласти монолог неживого предмету і проаналізувати психологічні захисти, основні потреби, емоційний стан людини.	Сформувати розуміння механізмів психологічного захисту і вміння їх розпізнавати в поведінці людини.
Змістовий модуль 3. К.Г. ЮНГ: АНАЛІТИЧНА ТЕОРІЯ ОСОБИСТОСТІ		
2	Заняття 5. Дослідження архетипів як прояв колективного несвідомого Завдання: проаналізувати 3-5 казок різних народів. Визначити архетипи та їх характеристики з точки зору колективного несвідомого.	Довести, що колективне несвідоме є універсальним для всіх народів і проявляється однаковими архетипами.
Змістовий модуль 4. А. АДЛЕР: ІНДИВІДУАЛЬНА ТЕОРІЯ ОСОБИСТОСТІ		
2	Заняття 6. Ідентифікація життєвих стилів	Оволодіти технікою визначення стилю життя.

	Завдання: згадати і записати спогад раннього дитинства. Використати схему контент-аналізу РС і скласти формулу життєвого стилю.	
2	Заняття 7. Дослідження особистості за допомогою методу ранніх спогадів (тренінг) Завдання: Проаналізувати зміст (що?) і процес (як?) ранніх спогадів. Визначити тему цілей, визначити тип характеру.	Сформувати розуміння життєвих стилів, фіктивних цілей та уміння ідентифікувати типи характеру.
Змістовий модуль 5. ТЕОРІЯ ТРАНЗАКТНОГО АНАЛІЗУ Е. БЕРНА		
	Заняття 8. Розпізнавання его-станів за теорією Е.Берна Завдання 1: в заданих ситуаціях простежити поведінку однієї людини в різних его-станах. Завдання 2: простежити діалоги в різних ситуаціях, скласти схеми трансакцій. Проаналізувати почуття та результати спілкування.	Оволодіти вмінням розпізнавати его-стани в процесі спостереження за поведінкою людини.
	Заняття 9. Ідентифікація життєвих сценаріїв (тренінг) Завдання: переказати вибрану казку від будь-якого її персонажу. Дозволяється змінювати сюжет і кінцівку. Проаналізувати зміст (що?) і процес (як?). Визначити тему сценарію і основний драйвер.	Сформувати розуміння життєвих сценаріїв та уміння ідентифікувати типи сценаріїв і сценарні процеси.
Змістовий модуль 6. ЕГО-ПСИХОЛОГІЯ ТА ПОВ'ЯЗАНІ З НЕЮ ТЕОРІЇ ОСОБИСТОСТІ		
	Заняття 10. Кризи психосоціального розвитку (тренінг) Завдання: в груповій роботі в процесі аналізу ситуацій, визначити, яка із стадій більше вплинула на розвиток особистості, збіг яких факторів зробив стадію найважливішою.	Сформувати розуміння факторів, які негативно впливають на рішення специфічних завдань кожного періоду.
	Заняття 11. Невротична особистість (за К.Хорні). Міжособистісні орієнтації людини (тренінг). Завдання 1: на основі першоджерела «Невротична особистість нашого часу» визначити ознаки невроту у людини та умови, що його формують. Завдання 2: згадати настанови батьків, реакцію дитини в ситуаціях, негативних для неї, її почуття. Завдання 3: на основі згаданих життєвих ситуацій визначити установки, пов'язані з ідеалізованим Я, поведінку, пов'язану з «повинністю» («Я повинен»), психологічні захисні механізми і зробити висновок про домінуючу міжособистісну орієнтацію.	Оволодіти знанням основних ознак невротичної особливості. Сформувати вміння діагностувати міжособистісні орієнтації людини на основі виявлення невротичних паттернів.
	Заняття 12. Гуманістична теорія Е.Фромма Завдання: написати коротке оповідання про себе (тема визначається). Визначити,	Сформувати розуміння механізмів внутрішнього конфлікту особистості.

	яка орієнтація – набуття чи володіння – проявилась у розповіді, який спосіб рішення внутрішнього протиріччя вибраний.	
Змістовий модуль 7. БІХЕВІОРАЛЬНИЙ НАПРЯМ В ТЕОРІЇ ОСОБИСТОСТІ		
	Заняття 13. Техніки оперантного навчання за Ф.Скіннером Завдання: в заданих ситуаціях простежити поведінку людини, оцінити, визначити техніки оперантного навчання, які можуть її змінити.	Оволодіти техніками оперантного навчання.
Змістовий модуль 8. КОГНІТИВНИЙ НАПРЯМ В ТЕОРІЇ ОСОБИСТОСТІ		
	Заняття 14. Дослідження індивідуальної системи особистісних конструктів (за Келлі) (тренінг). Завдання: використовуючи РЕП-тест, визначити особистісні конструкти. Проаналізувати результати дослідження.	Оволодіти методикою діагностики особистісних конструктів.
	Заняття 15. Дослідження причинних схем Завдання: виконати вправи: «Я–висловлювання», «Я-джерело», «Розумове сміття».	Засвоїти основні принципи та методи.
Змістовий модуль 9. СОЦІАЛЬНО-КОГНІТИВНИЙ НАПРЯМ В ТЕОРІЇ ОСОБИСТОСТІ		
	Заняття 16. Навчання через моделювання: основні процеси (тренінг) Завдання: виконати вправи: «Кожний третій», «Роби, як я».	Засвоїти основні моделі навчання.
	Заняття 17. Контроль рівня самоефективності Завдання: на основі заданої схеми скласти програму самоефективності	Оволодіти технікою складання програми самоефективності.
Змістовий модуль 10. ДИСПОЗИЦІЙНЕ НАПРАВЛЕННЯ У ТЕОРІЇ ОСОБИСТОСТІ		
	Заняття 18. Визначення типів особистості за теорією Г.Айзенка (тренінг) Завдання: провести діагностику індивідуальних психологічних рис за допомогою методики FPI Айзенка. Проаналізувати результати.	Сформувати розуміння біологічної обумовленості типів особистості.
	Заняття 19. Індивідуальні риси особистості і їх прогностична цінність за теорією Кеттела Завдання: провести діагностику 1-2 факторів за методикою 16PF Кеттела. Спрогнозувати поведінку в заданих ситуаціях.	Виявити основні риси особистості і оцінити їх прогностичну спроможність.
Змістовий модуль 11. ГУМАНІСТИЧНИЙ НАПРЯМ В ТЕОРІЇ ОСОБИСТОСТІ		
	Заняття 20. Теорія мотивації А.Маслоу (тренінг). Завдання: провести діагностику основних потреб за методикою «Ступінь задоволеності основних потреб». Проаналізувати результати.	Оволодіти умінням діагностувати основні потреби людини.
	Заняття 21. Практичне використання	Оволодіти умінням діагностувати основні

	теорії мотивації А.Маслоу (тренінг). Завдання: на основі результатів тестування «Ступінь задоволеності основних потреб» скласти програму стимулювання студентів в навчальному процесі.	потреби людини і знаходити засоби їх задоволення.
	Заняття 22. Основні принципи гуманістичної психології (тренінг) Завдання: написати оповідання на тему: «Самоактуалізована людина – хто вона?» і визначити основні характеристики самоактуалізованої людини.	Виявити такі категорії: індивід як єдине ціле; внутрішня природа людини; творчий потенціал людини, акцент на психічному здоров'ї людини.
Змістовий модуль 12. ФЕНОМЕНОЛОГІЧНИЙ НАПРЯМ В ТЕОРІЇ ОСОБИСТОСТІ		
	Заняття 23. Феноменологічний напрям у теорії особистості (тренінг) Завдання: виконати вправу «Мікролабораторія».	Ознайомити з основними поняттями о групах зустріч та технічними прийомами напрямку.
	Заняття 24. Практичне значення теорії К. Роджерса Завдання: визначити психологічну реальність людини; Я-концепцію в ситуаціях.	Сформувати вміння аналізу основних принципів теорії в конкретних прикладах.
Змістовий модуль 13. КОНСТИТУЦІОНАЛЬНИЙ НАПРЯМ		
	Заняття 25. Конституційні типи особистості (тренінг) Завдання: визначити конституційний тип конкретної людини і, користуючись короткою шкалою темпераменту по Шелдону, визначити її темпераментальні риси.	Здобуття вміння розпізнавати конституційні типи особистості та їх темпераментальні риси.
	Заняття 26. Аналіз поведінки людини в теорії Шелдона Завдання: визначити збіг та розходження темпераментальних рис з типовою поведінкою конкретної людини в заданих ситуаціях.	Здобуття вміння співвідносити конституційні типи особистості та їх темпераментальні риси з типовою поведінкою.
Змістовий модуль 14. ГЕШТАЛЬТ-НАПРЯМ В ТЕОРІЇ ОСОБИСТОСТІ		
	Заняття 27. Гештальт-підхід до вивчення особистості Завдання: техніка «навпаки»; незавершена справа; проєктивні ігри на уяву: «У мене є таємниця».	Засвоїти деякі техніки у рамках гештальт-підходу.
Змістовий модуль 15. ЕКЗИСТЕНЦІЙНИЙ НАПРЯМ В ТЕОРІЇ ОСОБИСТОСТІ		
	Заняття 28. Основні поняття екзистенційної психології (тренінг) Завдання: написати коротке оповідання «Я у світі». Визначити, які уявлення екзистенційної психології про свободу, відповідальність, смисл життя, проявились у розповіді.	Визначити модуси буття (просторовість існування, темпоральність існування, тілесність, людське існування у розділеному світі, динаміка та розвиток існування).
	Заняття 29. Основні категорії екзистенційних теорій (тренінг) Завдання: сформувати атмосферу емоційного включення, здійснити аналіз вербальних і невербальних послань, сформувати закриті та відкриті питання	Формування професійних навичок сприйняття людини в екзистенції її існування.

	щодо основних понять теорії.	
Змістовий модуль 16. ТЕОРІЇ ОСОБИСТОСТІ У РОБОТАХ ВІТЧЕЗНЯНИХ ПСИХОЛОГІВ		
	<p>Заняття 30. Порівняльний аналіз теорій особистості</p> <p>Завдання: в груповій роботі порівняти теорії щодо впливу біологічних або соціальних чинників; адаптації; захисних механізмів; мотивації на формування структури особистості дорослої людини.</p>	Сформувати вміння порівнюючого аналізу теорій.