

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
КИЇВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ БОРИСА ГРІНЧЕНКА

О. П. Сергєєнкова, О. А. Столярчук,  
О. П. Коханова, О. В. Пасєка

# ВІКОВА ПСИХОЛОГІЯ

НАВЧАЛЬНИЙ ПОСІБНИК

*Рекомендовано  
Міністерством освіти і науки України  
для студентів вищих навчальних закладів*

Київ  
«Центр учбової літератури»  
2012

УДК 159.922(075.8)

ББК 88я73

В 43

*Гриф надано  
Міністерством освіти і науки України  
(Лист № 1/11–12276 від 29.12.2010 р.)*

**Рецензенти:**

**Рибалка Валентин Васильович** – провідний науковий співробітник відділу педагогічної психології і психології праці Інституту педагогічної освіти і освіти дорослих НАПН України, доктор психологічних наук, професор;  
**Сорокіна Олена Анатоліївна** – доцент кафедри соціальної роботи та практичної психології Академії праці та соціальних відносин ФПУ, кандидат психологічних наук.

**Авторський колектив:**

**Сергєнкова Оксана Павлівна** – завідувач кафедри загальної, вікової та педагогічної психології Інституту психології та соціальної педагогіки Київського університету імені Бориса Грінченка, доктор психологічних наук, професор;

**Столярчук Олеся Анатоліївна** – старший викладач кафедри загальної, вікової та педагогічної психології Інституту психології та соціальної педагогіки Київського університету імені Бориса Грінченка;

**Коханова Олена Петрівна** – викладач кафедри загальної, вікової та педагогічної психології Інституту психології та соціальної педагогіки Київського університету імені Бориса Грінченка;

**Пасєка Олена Васиївна** – викладач кафедри загальної, вікової та педагогічної психології Інституту психології та соціальної педагогіки Київського університету імені Бориса Грінченка.

**Сергєнкова О. П., Столярчук О. А., Коханова О. П., Пасєка О. В.**

**В 43** Вікова психологія. Навч. посіб. – К.: Центр учбової літератури, 2012. – 376 с.

**ISBN 978-611-01-0268-1**

У навчальному посібнику на засадах досягнень як світової, так і вітчизняної психологічної думки розкрито зміст вікової психології. Поєднання інформаційного та контрольно-дослідницького блоку у змісті книги дозволить читачеві не тільки опрацювати наукову інформацію, а й поглибити і перевірити свою компетентність шляхом розв'язування задач, пошуків відповідей на проблемні питання, проведення базових прикладних досліджень.

Для студентів вищих навчальних закладів і всіх, хто цікавиться психологією.

УДК 159.922(075.8)

ББК 88я73

ISBN 978-611-01-0268-1

© Сергєнкова О. П., Столярчук О. А.,  
Коханова О. П., Пасєка О. В., 2012.

© Центр учбової літератури, 2012.

# ЗМІСТ

<b>Передмова</b> .....	5
<b>РОЗДІЛ 1. ЗАГАЛЬНІ ПИТАННЯ ВІКОВОЇ ПСИХОЛОГІЇ</b>	
1.1. Вікова психологія як наука .....	7
1.2. Психічний розвиток людини та його особливості ...	21
1.3. Фактори психічного розвитку .....	23
1.4. Теорії психічного розвитку .....	34
1.5. Вікова періодизація психічного розвитку людини ..	55
Контрольно-дослідницький блок .....	71
<b>РОЗДІЛ 2. ПСИХОЛОГІЯ ДИТИНСТВА</b>	
2.1. Зародження психіки дитини у пренатальному періоді .....	86
2.2. Психічний розвиток новонародженого та немовляти .....	101
2.3. Психологічні особливості дітей раннього віку .....	115
2.4. Психічний розвиток дошкільнят .....	129
2.5. Психологія молодших школярів .....	145
Контрольно-дослідницький блок .....	164
<b>РОЗДІЛ 3. ПСИХОЛОГІЯ ДОРΟΣЛІЩАННЯ І ДОРΟΣЛОСТІ</b>	
3.1. Психічний розвиток підлітків .....	185
3.2. Психологія юнацтва .....	214

## Зміст

---

3.3. Психологічні особливості раннього дорослого віку ..	238
3.4. Психологія середньої дорослості .....	265
3.5. Психологічні особливості людей похилого віку .....	292
Контрольно-дослідницький блок .....	320
Словник .....	348
Ключі до тестових запитань .....	375

# ПЕРЕДМОВА

Вікова психологія є сьогодні науковою галуззю, яка привертає увагу як фахівців різного спрямування, так і пересічних людей, що прагнуть підвищити свою психологічну культуру. Однак, дана книга розрахована в першу чергу на читачів-студентів. Спираючись на багаторічний досвід викладання психології, в тому числі вікової, та рекомендуючи студентам для опрацювання підручники та посібники з даної дисципліни, автори прийшли до висновку, що при ґрунтовній змістовій базі викладу наукової інформації, цім книгам бракує яскравого стилістичного оформлення. Таке оформлення, усуваючи проблему перевантаження читача від одноманітності, водночас сприяло б кращому сприйманню, осмисленню й запам'ятовуванню ним навчального матеріалу.

Дана книга і є спробою реалізувати вище означене завдання. Її зміст поділено на два блоки, перший з яких має теоретичну спрямованість, другий – практичну. Призначенням першого, інформаційного блоку, є надання читачеві наукової інформації відповідно до змісту навчальної дисципліни. Другий, контроль-но-дослідницький блок забезпечує закріплення й поглиблення набутих знань студента та сприяє формуванню його практичної компетентності.

Інформаційний блок містить базовий виклад вітчизняних та зарубіжних підходів щодо питань вікової психології з використанням виокремлених графічно визначень основних наукових категорій та виносок – цитат, посилань на словник, коментарів, уточнень.

У традиційному для навчальних видань контрольному блоці подано диференційовані завдання – запитання для семінарів, тестові запитання, що дозволяють виявити базову поінформованість студентів у навчальному матеріалі, та питання проблемного характеру, покликані спонукати до роздумів і аналізу. Розв'язування психологічних задач сприятиме трансформації знань у вміння. Корисним для студентів, що знайомляться з теоретичними надбаннями вікової психології, є проведення практичних досліджень, що слугують поглибленню компетентності. Опис цих досліджень міститься у контроль-но-дослідницькому блоці. Щодо значної частини з них читач

## **Передмова**

---

одночасно є і дослідником, і досліджуваним, діагностуючи власні психологічні особливості.

Автори добре усвідомлюють, що не досягнули вершини майстерності у розв'язанні таких складних завдань, як компонування змісту книги та його стилістичного оформлення, тому зорієнтовані на перспективи подальшого вдосконалення посібника.

# РОЗДІЛ І

## ЗАГАЛЬНІ ПИТАННЯ ВІКОВОЇ ПСИХОЛОГІЇ

### ІНФОРМАЦІЙНИЙ БЛОК

#### 1.1. Вікова психологія як наука

##### *Предмет та завдання вікової психології*

*Тлумачення поняття «онтогенез» – у словнику*

Індивідуальний розвиток людської психіки стартує на початку онтогенезу і проходить свої перші ступені в дитинстві. Людське дорослішання порівняно з дитинством у тварин є відносно найтривалішим. Воно становить четверту частину індивідуального життєвого шляху людини. За цей час індивід перетворюється на діяльну дорослу особистість.

*Усе, що ми маємо від природи, те ми первісно дістаємо лише як можливості й згодом перетворюємо у реальність своїми діями, які поєднують нас із зовнішнім світом, з іншими людьми.*

*Аристотель*

Зміни, що відбуваються в тілесному і психічному житті людини на різних етапах її онтогенезу, визначаються природними й суспільними умовами в їх єдності. Ці зміни мають закономірний, прогресивний характер, що виявляється в послідовності вікових періодів

розвитку: зародження життя дитини змінюється немовлячим віком, його продовжує раннє дитинство, за ним, як відомо, йде дошкільний вік, що змінюється молодшим шкільним, далі настає стадія підлітка, яка закономірно переходить у юність. За юністю ідуть періоди дорослості, що закінчуються старістю.

Для кожного віку характерними є певні взаємовідносини індивіда з суспільним середовищем, особливості його психічної діяльності й фізичного стану. На з'ясуванні динамічних прогресивних змін психіки людини впродовж її життя і спеціалізується вікова психологія.

## РОЗДІЛ 1

**Вікова психологія** – це галузь психологічної науки, що вивчає закономірності розвитку та функціонування психіки людини на всіх етапах її індивідуального життя тобто онтогенезу

Виникнувши як галузь психологічної думки, вікова психологія наразі має значний обсяг накопиченої та систематизованої інформації, яка широко використовується у повсякденній практиці, що дозволяє говорити про існування вікової психології як окремої науки. Це підтверджує ряд ознак:

- визначений предмет вивчення та змістовний понятійно-категоріальний апарат,
- система наукової інформації, яка містить зафіксовані та обґрунтовані закони та закономірності психічного розвитку людини,
- методи дослідження вікової динаміки психіки, вживані науковцями та практиками,
- напрацьовані та апробовані технології оптимізації змісту та механізмів психічного розвитку людини,
- функціонування відділів, лабораторій і інших науково-дослідних установ з проблем вікової психології.

Виходячи з того, що предметом вікової психології є закономірності психічного розвитку людини, він конкретизується в її завданнях:



Рис. 1.1. Завдання вікової психології



## ЗАГАЛЬНІ ПИТАННЯ ВІКОВОЇ ПСИХОЛОГІЇ

---

При реалізації даних завдань перед науковцями постає ряд основних проблем вікової психології:

- співвідношення та механізми дії біологічного та соціального чинників психічного розвитку людини,
- проблема активності/пасивності індивіда в ході свого психічного розвитку,
- неперервний чи дискретний характер психічного розвитку людини,
- співвідношення кількісних та якісних онтогенетичних змін психіки,
- організований та стихійний характер впливу соціуму на становлення особистості.

### *Основні етапи розвитку вікової психології*

Зародження знань з проблематики вікової психології відбувалося в античності. При аналізі грецькими філософами змісту поняття душі вже фігурували припущення про її динаміку впродовж життя людини. Так, Геракліт (6-5 ст. до н.е.) вважав, що душа розвивається, підкоряючись законам космосу, та з віком стає більш «сухою та гарячою» у дорослої людини, що забезпечує їй більшу поміркованість та мудрість.

Інший філософ, Демокріт (5-4 ст. до н.е.) порушив питання співвідношення біологічного та соціального факторів психічного розвитку. Він стверджував, що моральність людини не є її вродженим надбанням, а формується внаслідок виховання, вправління. Ці засоби спрямовані навчити людину добре думати, добре говорити і добре працювати.

Продовжуючи аналізувати проблему моральності людини, Сократ (5-4 ст. до н.е.), тлумачив її як реалізоване у вчинках благо. Для розвитку моральності людина повинна пізнати суть блага. Відтак, розумом людина диференціює добро і зло, а далі діє відповідно до цих знань. Для розвитку моральності, за думкою філософа, слід пізнати самого себе.

Цікавими поглядами щодо душі вирізнявся учень Сократа Платон, який запропонував її розподіл на три компоненти:

Все зло – в незнанні.

Сократ

## РОЗДІЛ 1

*Людина володіє силою справжнього внутрішнього впливу на себе та на свої здібності.*

*Платон*

душу, що бажає (потреби людини), пристрасний дух (емоції та почуття) та розумну душу (інтелект та воля). Саме розумна душа як візник керує колісницею, запряженою двома конями – душею, що жадає та пристрасним духом. Платон започаткував ідею саморозвитку, наголошував на необхідності досягнення гармонії душі та тіла, а також на відповідальності душі за справи тіла після смерті людини.

Родоначалник психології як науки Аристотель (4 ст. до н.е.) опонував Платону щодо відокремлення душі від тіла, вважаючи їх єдиним цілим. Здійснюючи розподіл душі на рослинний, почуттєвий та розумовий компоненти, філософ спробував визначити основні кроки її розвитку, виходячи з етапів еволюції органічного світу. Процес психічного розвитку Аристотель тлумачив як перетворення природних можливостей людини у дійсність. Запропонувавши першу періодизацію дитинства (3 семирічки), він наголошував на необхідності використання різних виховних методів на певних етапах зростання дитини. Аристотель також аналізував зміст онтогенетичного розвитку пізнавальних процесів та описував зміни характеру людини впродовж її життя.

*Задоволення і страждання є помилковими судженнями про сьогодні, а бажання і страх – про майбутнє.*

Представники філософської течії стоїцизму підкреслювали негативний вплив почуттів (афектів) на розум людини. Наголошуючи на пріоритеті мислення в психічній організації людини, стоїки виявляли ступені переходу дитини від відчуттів до чуттєвого, а згодом абстрактного мислення.

В ранньому середньовіччі питання тлумачення душі та її змін впродовж життя людини підпорядковувались християнському віровченню та обґрунтовувались схоластикою. Душевні акти пізнання світу та себе людиною вважались підпорядкованими волі Божій.

Повернення до ідеї зв'язку психіки з природою, організмом та активізація принципу розвитку були здійснені арабським філософом Ібн Сіною (Авіценною) (10-11 ст. н.е.). Виховання дорослими дитини, на думку Авіценни, пробуджує її почуття, які формують характер. Філософ акцентував увагу на зв'язку

розвитку організму та психіки в різні вікові періоди життя людини.

*Я мислю, отже, я існую.*

*Декарт*

Епоха Відродження привертає увагу прогресивних мислителів до питань оптимізації процесу навчання підростаючого покоління. Для цього вихователі повинні орієнтуватись у особливостях психічного розвитку дитини. Ця традиція зберігає актуальність і під час епохи Просвітництва, яка характеризується ще й зміщенням акцентів дослідження – з поняття душі до поняття свідомості. Так, філософ Рене Декарт (16-17 ст.) розмежував роботу тіла та свідомості, головним знаряддям якої є мислення. Вчення про пристрасті Декарта відображає його ідеї щодо вікового розвитку психіки людини. Розвивав цю думку мислитель Бенедикт Спіноза (17 ст.). Він вважав, що впродовж життя людини відбувається перетворення первинних афектів у більш складні пристрасті. Філософ наполягав на цілісності тіла та психіки впродовж їх розвитку.

Просвітництво підносить на новий рівень проблему співвідношення природи та середовища у психічному розвитку людини. Більшість мислителів схиляється до панівної сили виховання. Так, педагог-практик Ян Амос Коменський (16-17 ст.), обґрунтовуючи принцип природовідповідності навчання і виховання підростаючого покоління, втілював його у створених ним підручниках та дидактичній системі. Ідею врахування індивідуальних психічних особливостей дітей пропагував і Жан-Жак Руссо (18 ст.). Він також зазначав, що існують і загальні закономірності розвитку психіки дітей, які урахував при створенні періодизації їх розвитку.

Засновник англійської асоціативної психології Девід Гартлі (18 ст.) наполягав на прижиттєвому формуванні психіки. Виховання дитини залежить від наданого суспільством матеріалу для асоціацій, які стають змістом психіки.

Французькі філософи вісімнадцятого століття також переймалися питанням співвідношення біологічного та соціального факторів. Клод-Адріан Гельвецій наполягав на виключному домінуванні середовища, тоді як Дені Дідро, не заперечуючи ролі соціального фактору психічного розвитку, підкреслював вагомість вроджених задатків.

## РОЗДІЛ 1

---

Дев'ятнадцяте століття ознаменувалось значним кроком у становленні вікової психології – численними спробами послідовно описати весь онтогенез психіки. Зі спробами розв'язання цього завдання пов'язане ім'я англійського психолога Віктора Прейєра, автора книги «Душа дитини» (1882), в якій подано детальний опис фізичного та психічного розвитку дитини від народження до трьох років. Праця Прейєра започаткувала використання дослідних методів у вивченні розвитку психіки, що стало фундаментом для остаточного виокремлення вікової психології як наукової галузі. З кінця 19 століття почали організовуватись товариства дитячої психології, виходити книги з її проблематики.

Змістовим підґрунтям розвитку вікової психології у двадцятому столітті стала розробка численної кількості концепцій сутності та розвитку особистості, зокрема психоаналізу З.Фрейда, біхевіоризму Дж.Уотсона, гештальтпсихології К.Кофки, когнітивної теорії Ж.Піаже, гуманістичного підходу А.Маслоу та ряду інших.

*За ініціативи Г.С. Костюка було створено Український інститут психології*

Радянський період розвитку вітчизняної вікової психології пов'язаний з іменами таких російських та українських корифеїв, як Л.С. Виготський – автор теорії культурно-історичного розвитку людської психіки, О.М. Леонтьєв, що досліджував роль діяльності у психічному розвитку, С.Л. Рубінштейн, який співвідносив роль біологічного та соціального факторів становлення особистості, Г.С. Костюк, що підкреслював провідну роль навчання і виховання у психічному розвитку, Л.І. Божович, яка досліджувала динаміку становлення особистості й її самосвідомості, та багатьох інших.

Сучасний стан розвитку вікової психології, за думкою М.В. Савчина та Л.П. Василенко, характеризується наступними тенденціями:

- розширенням хронологічних меж дослідження психічного розвитку. З другої половини 20 століття, порушуючи традицію вивчення лише психології дітей, підлітків та юнаків, з'явилися та поповнюються дослідження, спрямовані на з'ясування психології дорослих, в тому числі людей похилого віку;

## ЗАГАЛЬНІ ПИТАННЯ ВІКОВОЇ ПСИХОЛОГІЇ

---

- перехід від дослідження вікового розвитку окремих психічних процесів та властивостей людини до цілісного аналізу її психічного та особистісного розвитку. Психологія розвитку відображає спроби створення комплексної характеристики всього онтогенезу психіки;
- поєднання досліджень загальновікових тенденцій психічного розвитку з вивченням його індивідуального варіанта зі з'ясуванням відхилень та аналогії;
- створення інтегральних концепцій вікового розвитку та поєднання зусиль дослідників різних сфер наукового знання для реалізації системного підходу до вивчення вікового розвитку людини;
- удосконалення методики і методів дослідження вікового розвитку.

Науковий поступ сучасної вітчизняної вікової психології відбувається завдяки діяльності лабораторій Інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України, очолюваному нині академіком С.Д. Максименком, науково-дослідних інститутів та кафедр психології університетів.

Отже, сучасна вікова психологія спирається на результати розробок та обґрунтувань проблеми генетичного розвитку психіки, що здійснювались впродовж багатьох століть історії людства.

## РОЗДІЛ 1

---

### **Зародження в античності ідей онтогенетичного розвитку психіки людини:**

- спроби Піфагора, Гіппократа, Аристотеля, спрямовані на визначення основних етапів розвитку психіки людини,
- виявлення стійкими стадій онтогенетичного розвитку мислення



### **Тлумачення філософами та педагогами сутності і механізмів психічного розвитку людини:**

- обґрунтування Я.А. Коменським принципу природовідповідності навчання,
- формулювання проблеми співвідношення природного і соціального факторів психічного розвитку



### **Виокремлення вікової психології як наукової галузі:**

- започаткування Ч.Дарвіним наукового підходу до вивчення психічного розвитку людини, вивчення І.М. Сеченовим механізмів розвитку психічних функцій у дітей,
- використання експериментальних методів дослідження вікової динаміки психіки, розробка концепцій психічного розвитку людини



### **Сучасний стан розвитку вікової психології:**

- уточнення та розширення предмету вивчення,
- поглиблення та систематизація знань щодо розвитку психіки впродовж онтогенезу людини,
- збільшення науково-дослідних установ з проблематики вікової психології

*Рис. 1.2. Етапи розвитку вікової психології*

### *Структура та міжпредметні зв'язки вікової психології*

На основі остаточного відокремлення психології від філософії, становлення як самостійної науки, накопичення наукової інформації відбувається диференціація психологічних знань і утворення окремих наукових галузей в рамках психології. Так, внаслідок цієї диференціації виокремилася генетична психологія, яка, в свою чергу, поділилась на порівняльну, етнопсихологію та вікову психологію.

Накопичення величезної кількості інформації з питань закономірностей роботи психіки людини впродовж її онтогенезу дозволило систематизувати та впорядкувати вікову психологію за допомогою галузевої структури. Ця структура містить наступні розділи:

- дитяча психологія, предметом вивчення якої є розвиток психіки дитини від зародження до 10 років,
- підліткова психологія, що спеціалізується на вивченні психологічних особливостей підлітків 10 – 15 років,
- психологія юнацтва, яка охоплює розвиток психіки людини з 15 до 21 року,
- психологія ранньої та середньої дорослості, що з'ясовує зміст і зміни психіки особистості впродовж 21 – 60 років її життєвого шляху,
- психологія людей похилого віку – геронтопсихологія, що вивчає психологічні особливості людини після 60-річного віку її життя.

Вікова психологія перебуває у тісному зв'язку з іншими гуманітарними науками, зокрема з педагогікою, якій надає теоретичну базу для правильної організації навчання та виховання дітей та молоді; з анатомією та фізіологією людини щодо питань фізіологічного підґрунтя психічного розвитку. Філософські ідеї виступають методологічною базою для розробки науковцями питань механізмів становлення особистості, її взаємодії з соціумом.

Найбільше предмет вивчення вікової психології – закономірності розвитку психіки людини – ріднить її з іншими галузями психології, а саме загальною, педагогічною, соціальною, диференціальною, спеціальною, сімейною тощо.

## РОЗДІЛ 1



Рис 1.3. Структура вікової психології

### Основні методи вікової психології

Тлумачення поняття «метод психології» - у словнику

Вікова психологія як наукова галузь охоплює як загальнонаукові методи, так і спеціалізовані. Такий діапазон дослідницького інструментарію у віковій психології дозволяє науково ґрунтовно вивчати психічні прояви представників всіх вікових періодів.

❗ **Метод вікової психології** – це спосіб наукового вивчення змісту та механізмів психічного розвитку людини впродовж її онтогенезу

В залежності від етапів дослідження, на яких використовуються методи та їх функцій, вони поділяються на чотири групи: організаційні, емпіричні, обробки даних та інтерпретаційні (за Скрипченком О.В).



## ЗАГАЛЬНІ ПИТАННЯ ВІКОВОЇ ПСИХОЛОГІЇ



Рис. 1.4. Методи вікової психології

Альтернативна назва методу у зарубіжній психології – міжвіковий проект

У віковій психології порівняльний метод («поперечний зріз») використовується для виявлення динаміки певної психічної функції через її одночасне дослідження у представників різних вікових періодів – дітей, підлітків, юнаків чи дорослих. Таким чином з'ясовуються особливості розвитку

та виявів цієї функції психіки. Недоліком застосування цього методу може бути нівелювання індивідуальних особливостей психічного розвитку та ефект когорти (неоднакові якості психіки досліджуваних різних вікових груп через специфічні соціально-економічні особливості формування їх особистості).

## РОЗДІЛ 1

Психолог Л. Термен протягом 50-ти років вивчав розвиток обдарованості та ввів поняття коефіцієнту інтелектуальності

Також у віковій психології використовується *лонгітюдний метод*, спрямований на вивчення психологічних особливостей одних і тих же досліджуваних впродовж тривалого часу (місяці, роки, десятки років). Наприклад, спостереження, здійснюване за дитиною аж до досягнення її дорослості, дозволяє виявити розвиток психічних функцій, їх зміни впродовж становлення особистості. Такий метод є складним у застосуванні через довготривалість та значні економічні витрати.

Специфікою *комплексного методу* є поєднання регулярного системного вивчення досліджуваних різних вікових груп впродовж певних проміжків часу. Такі особливості даного методу, що поєднують переваги порівняльного та лонгітюдного методів, дозволяють виявити справді еволюційні зміни та закономірності психічного розвитку.

Розповсюдженням серед науковців способом оформлення результатів тривалого спостереження є так звані дослідницькі щоденники

До найбільш вживаних емпіричних методів відносяться *спостереження*, експеримент, методи опитування, тестування та біографічний. Спостереження як метод психології виявляється у фіксації зовнішніх проявів психіки досліджуваних – висловів, міміки, жестів, дій і вчинків. Цей метод корисний тим, що виявляє природну поведінку досліджуваного, прояви його цілісної особистості. Однак спостереження потребує послідовності й систематичності у

застосуванні та чітких критеріїв фіксації й аналізу даних. Різновидом означеного методу є *самоспостереження*, яке практикується щодо досліджуваних більш старшого віку, починаючи з підліткового. Цей метод має дослідницькі завдання, схожі до спостереження, однак суб'єктом вивчення є сам досліджуваний.

Історична назва методу – інтроспекція

При використанні *експерименту* дослідник сам створює умови, за яких виявляється задана психічна якість досліджуваного і може кілька разів повторювати дослід, перевіряючи здобуті результати. У віковій психології практикується використання різних видів експерименту:

## ЗАГАЛЬНІ ПИТАННЯ ВІКОВОЇ ПСИХОЛОГІЇ

- *природного*, коли у звичних для досліджуваного умовах виявляються його психологічні особливості відповідно до віку; в школах практикується як психолого-педагогічний експеримент;
- *лабораторного*, де в спеціально обладнаних приміщеннях із використанням приладів вивчаються психічні функції досліджуваного певного віку;
- *констатувального*, який виявляє актуальні психічні прояви досліджуваного;
- *формувального*, що спрямований на формування бажаних якостей психіки.

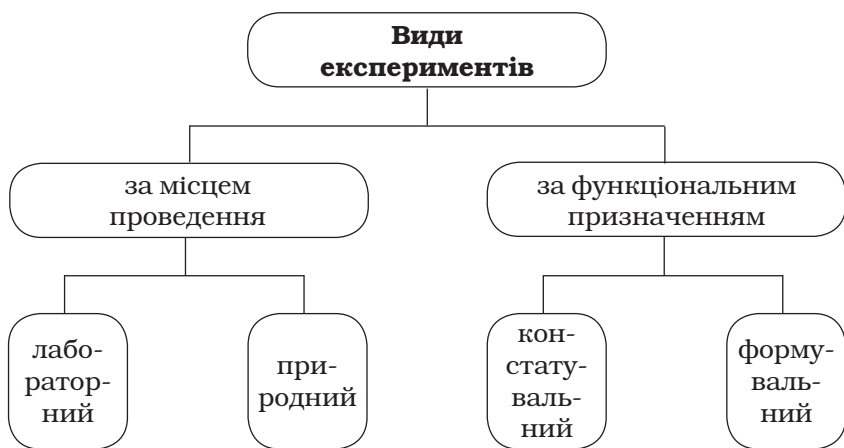


Рис 1.5. Види експериментів

Усні опитування дають можливість сприймати невербальні реакції досліджуваного, а письмові забезпечують швидкий збір значної кількості інформації

Значною інформативністю володіє метод опитування, який передбачає отримання відповідей досліджуваного на заздалегідь сформульовані запитання, які виявляють його означені психічні якості. Залежно від форми опитування буває усним – *бесіда* чи *інтерв'ю*, спрямовані на вивчення індивідуальних психологічних особливостей представників певного вікового періоду, та письмовим – *анкетування* чи *особистісний опитувальник*,

## РОЗДІЛ 1

які дозволяють виявити типові психологічні прояви людей певного віку, так як можуть одночасно використовуватись щодо великої кількості досліджуваних. Під час бесіди чи інтерв'ю дослідник має створити невимушену, доброзичливу атмосферу та уникати упередженого ставлення до відповідей досліджуваного. При використанні анкети як засобу діагностики слід ретельно формулювати зміст запитань та варіанти відповідей при закритій формі анкетування.

Ще в 1896 році франц. психолог А. Біне вперше запропонував комбіноване тестування психологічних якостей дитини

*Тестування* – стандартизоване випробування, спрямоване на вивчення індивідуальних психологічних особливостей досліджуваного. Знаряддям тестування є тести, які поділяються на різновиди в залежності від якостей особистості, що підлягають дослідженню. Так, розрізняють *тести інтелекту*, що діагностують розумові здібності людини залежно від її віку, *тести*

*досягнень*, спрямовані на виявлення актуального рівня засвоєння досліджуваним знань, вмінь чи навичок після завершення навчання (саме ці тести як засоби контролю використовуються в навчальному процесі шкіл, коледжів, інститутів, університетів тощо) і *тести особистісних якостей*, використання яких з'ясує визначені психологічні особливості особистості – якості темпераменту, риси характеру, інтереси та ціннісні орієнтації, тип самооцінки та зміст образу «Я» і т. і. При всій інформативності тестування дослідникам слід зважати на недоліки цього методу – відсутність якісного аналізу змісту відповідей та причин, що зумовили вибір даних відповідей.

Коли потрібно з'ясувати динаміку певної психічної функції, її походження та механізми формування в загальному процесі становлення особистості, використовують *біографічний метод*. При аналізі життєвого шляху людини виявляється вплив подій на розвиток її психічних функцій.

Від грец. «практис» – дія, діяльність

Виправдано популярним у практиці досліджень вікової психології є *праксометричний метод* (тобто метод аналізу процесу та продуктів діяльності), змістом якого є виявлення психологічних особливостей людини шляхом розгляду й аналізу її творів, листів, малюнків, технічних

*Серед проєктивних найбільш вживаними щодо дослідження психіки дітей є малюнкові методики, на кшталт малюнку людини, сім'ї, неіснуючої тварини*

виробів і інших результатів діяльності. При здійсненні аналізу продуктів діяльності психолог спирається на відображення (проєкцію) індивідуальних психологічних особливостей досліджуваного у результатах його діяльності. Тому часто вживається поняття *проєктивних* діагностичних методик. Використання проєктивних методик у дослідницькій практиці повинно супроводжуватись їх поєднанням з іншими

діагностичними методами та спиратись на ґрунтовну наукову підготовку дослідника.

Внаслідок використання емпіричних методів дослідник отримує значну кількість первинної інформації, яку опрацьовує за допомогою методів обробки даних. Специфікою *методу кількісного аналізу* є статистичне опрацювання даних, а *метод якісного аналізу* передбачає диференціацію матеріалу

за групами, видами, визначення типових тенденцій та винятків.

*При вивченні мислених якостей дітей дослідник генетичним методом з'ясовує рівні розвитку мислення впродовж періодів дитинства, а структурним методом вивчає зв'язок мислення з іншими пізнавальними процесами*

При тлумаченні опрацьованих даних дослідження використовуються генетичний та структурний методи. Специфікою *генетичного методу* є інтерпретація даних щодо розвитку психічних функцій, динаміки проходження ними певних стадій, етапів, а *структурний метод* дозволяє виявити зв'язки однієї психічної функції з іншими структурними компонентами психіки досліджуваного.

## 1.2. Психічний розвиток людини та його особливості

### *Поняття про психічний розвиток*

Після свого народження людська дитина є несвідомою, безпомічною і безсловесною істотою, цілком залежною від дорослих у

## РОЗДІЛ 1

виживанні. Психічні прояви та фізичні реакції новонародженого є простими, адаптація до світу лише починається. Внаслідок тривалої соціалізації дитини та розгортання її психічного розвитку відбувається становлення зрілої, автономної та автентичної особистості.

! **Психічний розвиток** – процес накопичення кількісних та якісних прогресивних змін психіки, що зумовлюють формування особистості

Таким чином, психічний розвиток є процесом, так як має динамічний характер – розпочавшись ще до народження дитини, розгортається та триває, за думкою більшості вчених, все життя людини. В ході психічного розвитку відбувається накопичення кількісних та якісних перетворень психіки, які забезпечують формування і функціонування особистості.

### *Особливості психічного розвитку людини*

Хоча темпи і результати онтогенетичного становлення особистості є дещо різними, варіативними, та сам процес психічного розвитку індивіда характеризується рядом типових особливостей. Розкриємо зміст найголовніших з цих особливостей:

Тлумачення поняття «суперечності» – у словнику

1) *суперечності як основа психічного розвитку*. В основі психічного розвитку, як і будь-якого іншого, лежать суперечності, які бувають *внутрішніми* (між складовими психіки самого індивіда) та *зовнішніми* (між індивідом та соціумом). Між цими видами суперечностей існує стійкий взаємозв'язок, зовнішні є первинними, виникаючими внаслідок контактів індивіда з соціумом, однак саме ці суперечності трансформуються у внутрішні, активізуючи людину до дій та зумовлюючи прогрес психіки;

2) *неперервність психічного розвитку*. Розпочавшись ще до народження дитини і бурхливо розгортаючись після її народження, психічний розвиток триває кожного дня без перерв, «відпусток»

## ЗАГАЛЬНІ ПИТАННЯ ВІКОВОЇ ПСИХОЛОГІЇ

чи відпочинку. Навіть уночі мозок продовжує переробляти інформацію, що надійшла вдень. Виняток становить лише явище затримки психічного розвитку, спричинене тяжкими фізичними або психічними травмами мозку, але воно досить рідкісне і відноситься до відхилень;

3) *дискретність* – розподіл онтогенезу людини на окремі вікові періоди зі специфікою психічного розвитку у кожному. Розподіл цей умовний, так як, хоча межі вікових періодів і визначені науковцями чітко, але психіка переходить від одного періоду до іншого поступово;

4) *незворотність*. Ті прогресивні зміни, які сформувались внаслідок психічного розвитку, вже не зникають, а залишаються надбанням особистості і впливають на подальше психічне функціонування. Регресивні тенденції можна помітити лише як окремі форми захисної поведінки людини, що досліджувались З.Фрейдом;

5) *взаємозв'язок психічного з іншими напрямками розвитку – фізичним, соціальним, фізіологічним*. Так, у немовлячому віці психіка дитини розвивається на основі фізичних надбань – наприклад, коли немовля навчається самостійно сидіти, то значно розширюється коло його сприймання дійсності, і також руки дитини використовуються для дослідження предметів.

У підлітків процес статевого дозрівання зумовлює зміни образу «Я», починається усвідомлення себе як дорослого – це є підтвердженням зв'язку фізіологічного та психічного розвитку. Взаємозумовленість психічного та соціального розвитку легко простежити на прикладі вступу 6-річної дитини до школи – новий соціальний статус школяра спричинює суттєві зміни психіки. Отже, коли науковці хочуть

підкреслити взаємозв'язок даних напрямків розвитку індивіда, то згадують про його зростання, дозрівання та соціалізацію;

6) *нерівномірність*. В певному віковому періоді одні компоненти психіки розви-



Тлумачення понять «дозрівання», «зростання» – у словнику

## РОЗДІЛ 1

*Дана якість потрібна, щоб уникнути перевантаження психіки*

ваються прискорено, а інші – уповільнено, а в наступному віковому періоді вони чергуються (ті функції, що розвивались повільно, прискорюються, а ті, що прискорено – уповільнюються). Так, щодо розвитку пізнавальної сфери дитини можна простежити наступну динаміку: впродовж немовлячого періоду інтенсивно розвиваються відчуття та сприймання, активізується пам'ять, а мислення та уява лише зароджуються, в наступному – ранньому віці найпотужніше розвивається пам'ять і мислення, в дошкільному на перше місце за темпами розвитку виходить уява;

*Володіючи системою узагальнених, абстрактних операцій при розв'язуванні задачі людина може при потребі вдаватися до конкретних дій і навіть до наочно-дійових способів мислення*

7) *перехід від нижчих психічних структур до вищих*. Нові структури психічної діяльності виникають шляхом диференціації наявних структур, тобто цілісних форм, виділення окремих функцій і нової їх інтеграції, тобто об'єднання у нове ціле. Інакше кажучи, процес цей іде не від елементів до цілого, а від структурно нижчого до вищого цілого. Кожна нова психічна структура виникає на основі попередньої, а не на чистому місці (перша структура своєю основою має безумовно рефлекторну системну роботу мозку). Вона не просто виявляється, а утворюється з того, що є вже в індивіда, і що він засвоює із суспільного середовища. Доказом того, що генетично раніші структури не зникають з виникненням пізніших, є можливість повернення до них;

8) *«спіралеподібний» характер розвитку психіки*. Визнання прогресивної спрямованості онтогенезу людської психіки як

*Загострене прагнення до самостійності, що виявляється наприкінці раннього віку в неслухняності, упертості, норовливості, конфліктах з дорослими, повторюється у дитей-семиліток і у підлітковому віці, але з новими змістом і формами.*

*Г.С. Костюк*

переходів від менш до більш досконалих її форм не означає, що він іде прямолінійно. Як зазначають деякі дослідники, у ньому спостерігаються ніби повернення до пройдених етапів, повторення на новій основі раніше пережитих взаємовідносин індивіда із



суспільним середовищем, тобто, образно кажучи, психічний розвиток іде не по прямій, а «по спіралі»;

9) *взаємозв'язок кількісних та якісних змін психіки*. Психічний розвиток людини є процесом, в якому кількісні накопичення психічних функцій спричинюють якісні перетворення, забезпечуючи формування якісних психічних новоутворень. При цьому психічні процеси та властивості дитини мають здебільшого якісні відмінності щодо психіки дорослих;

*Дитинство говорить про людину, як ранок про прийдешній день.*

*Дж. Мільтон*

10) *планомірність та наступність психічного розвитку*. Планомірність становлення особистості виявляється через систематичний, впорядкований характер психічних змін, що є стійкими в часі і незалежними від варіативних факторів (на кшталт настрою, зовнішності людини тощо). Наступність психічного розвитку має місце як взаємозв'язок попередніх та перспективних, майбутніх психічних змін в загальній динаміці становлення особистості, нашарування новоутворень психіки на її попередні прогресивні вияви.

Таким чином, *психічний розвиток* являє собою не послідовність окремих, неузгоджених між собою змін, а носить цілісний, системний характер, внаслідок чого зміни в одній області психіки викликають зміни інших психічних проявів.

### *Показники психічного розвитку*

Для визначення адекватності змісту та темпів психічного розвитку індивіда психологи спираються на *показники* – ознаки, що підтверджують формування прогресивних змін психіки. Ці показники виявляються у різних сферах психічної діяльності – інтелектуальній, афективно-вольовій, мотиваційній та комунікативній.

## РОЗДІЛ 1



Рис. 1.6. Показники психічного розвитку людини

### *Поняття про вікові та індивідуальні особливості психічного розвитку, їх співвідношення*

Для діагностики адекватності психічного розвитку окремого індивіда вчені спираються на поняття вікових та індивідуальних особливостей психічного розвитку людини.

Всі індивіди проходять у нашому суспільстві одні й ті самі ступені психічного розвитку, але проходять їх по-різному. Існують типологічні й індивідуальні відмінності у самому процесі розвитку та його результатах. Вони виявляються у функціональних особливостях нервової системи, у розумових, емоційних, моральних, вольових якостях, у потребах, інтересах, здібностях і характерологічних рисах дітей та молодих людей. У процесі розвитку складається неповторна індивідуальна своєрідність особистості.

▼ Вікові особливості психічного розвитку – типові ознаки розвитку психіки в певному віковому періоді, що виступають нормативами для визначення темпів психічного розвитку індивіда

▼ Індивідуальні особливості психічного розвитку – специфічні для конкретного індивіда темпи та особливості розвитку його психіки

Індивідуальні особливості психічного розвитку співвідносно з віковими поділяються на адекватні (ті, які відповідають віковим) та неадекватні (невідповідні віковим). Останні, в свою чергу, можуть характеризуватися прискореними темпами розвитку компонентів психіки дитини, випередженням та відображати відставання, повільні темпи розвитку певних проявів психіки індивіда.

У конкретного індивіда можуть одночасно спостерігатись всі вищезазначені види, приміром, на фоні випереджаючих темпів інтелектуального розвитку дитини може мати місце відставання у формуванні її комунікативної компетентності.

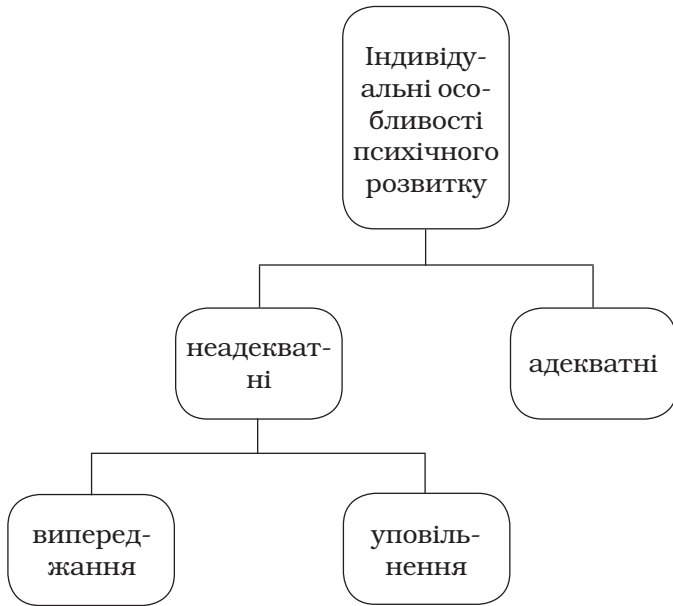


Рис. 1.7. Види індивідуальних особливостей психічного розвитку

### 1.3. Детермінанти психічного розвитку людини

#### *Поняття про фактори та умови психічного розвитку людини*

від лат. «детермінаре» – визначати

Психічний розвиток людського індивіда – зумовлений процес. Визнання його детермінованості та правильне її розуміння – основа оптимізації психічного розвитку конкретного індивіда. Правильно ж розуміти її можна, розглядаючи цей процес в єдності з історією життя людства. Історія окремого індивіда аж ніяк не може бути відірвана від історії попередніх або сучасних йому індивідів, а визначається нею.

## ЗАГАЛЬНІ ПИТАННЯ ВІКОВОЇ ПСИХОЛОГІЇ

Історія попереднього розвитку людського життя впливає на його онтогенез двома шляхами: *біологічним і соціальним*. Людський індивід розвивається як біологічна істота, як представник *Homo sapiens* – виду живих істот, і водночас як член людського суспільства.

У зв'язку з цим і виникла давно поставлена людською думкою проблема ролі біологічного, природного і соціального, громадського у становленні індивіда як особистості. В її розв'язанні здавна виявилися дві протилежні точки зору. Представники першої з них вважали, що онтогенез людини, її психіки визначається філогенезом, надбання якого закріплюються в організмі й спадково передаються індивідові, що психічні властивості індивіда зумовлюються його природою. Згідно з другою точкою зору, психічний розвиток індивіда визначається не природою, а суспільними умовами його життя.

*При поясненні більшості аспектів людського розвитку біологія та навколишнє середовище нероздільні, як сіамські близнята, у яких спільне серце.*

*Д.Халтерн*

Зараз в науці утвердилась думка про те, що у розв'язанні цієї проблеми не можна протиставляти біологічне й соціальне, так як в онтогенезі психіки людини має місце єдність біологічних і соціальних умов, в якій провідна роль належить соціальному середовищу, що забезпечує соціалізацію особистості шляхом її навчання і виховання.

При розгляді питання детермінації психічного розвитку людини фігурують поняття «фактори» і «умови».

! Фактори психічного розвитку – обов'язкові та незмінні чинники розвитку психіки, загальні для всіх індивідів

! Умови психічного розвитку – специфічні особливості розвитку психіки конкретного індивіда, що мають варіативний та змінний характер

На фоні типових, загальних для всіх людей факторів психічного розвитку проявляються специфічні умови становлення особистості. Так, загальний фактор – соціальне середовище – про-

## РОЗДІЛ 1

---

являється через конкретні умови соціалізації певного індивіда, зокрема впливу його родини, психологічного мікроклімату в ній, характеру стосунків, змісту сімейного виховання тощо.

Виокремлюються такі фактори психічного розвитку, як *біологічний, соціальний та активність самої особистості*.

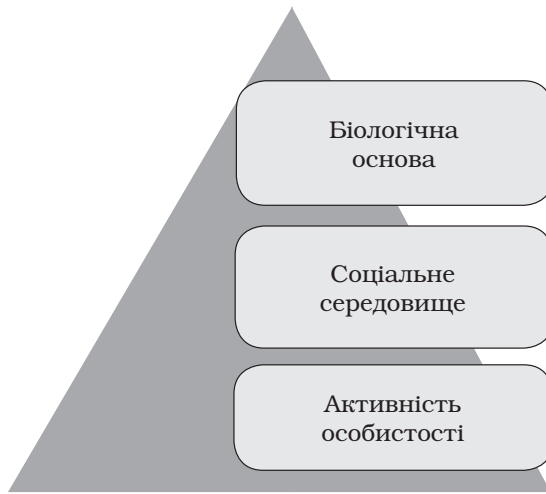


Рис. 1.8. Фактори психічного розвитку людини

### *Біологічна основа як фактор розвитку психіки, її складові компоненти*

На основі взаємозв'язку психічного розвитку людини зі зростанням і дозріванням її організму розгортається дія першого фактору становлення особистості – біологічної основи.

**! Біологічний фактор психічного розвитку** – базові індивідні властивості людини, що виступають основою, вихідним чинником становлення особистості

## ЗАГАЛЬНІ ПИТАННЯ ВІКОВОЇ ПСИХОЛОГІЇ

Біологічний фактор психічного розвитку людини формується і вступає в дію ще до народження дитини, тому вважається основою, підґрунтям для розгортання психічного розвитку. Даний фактор включає в себе:

- спадковість (якості, передані індивіду від батьків через генотип),
- природжені ознаки (особливості внутрішньоутробного розвитку дитини та процесу її народження),
- результати дозрівання нервової системи (зростання та формування зв'язків аксонів та дендритів, мієлінізація нейронів).

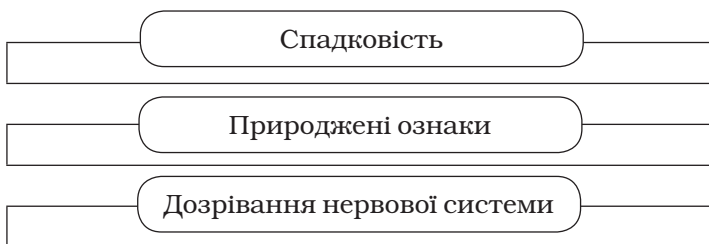


Рис. 1.9. Компоненти біологічного фактору психічного розвитку

Психічні хвороби та відхилення, що схильні передаватися спадково: шизофренія, олігофренія, суїцидальні нахили, схильність до алкоголізму, злочинні нахили, маніакально-депресивний психоз, депресія (ендогенного тобто органічного походження), гіперактивність, неврози

*Спадковість* розглядається як здатність живих організмів відтворювати свої родові ознаки. Механізм передачі спадковості – генотип. Для психіки спадковість в першу чергу дає *сприятливі* вияви – будова мозку, його функції, здатність до формування свідомості, однак

іноді мають місце і *несприятливі* ознаки – соматичні та психічні хвороби та відхилення.

Про роль спадковості у розвитку здібностей і характерологічних рис особистості зазвичай судять у щоденному житті і в наукових дослідженнях за *схожістю* цих властивостей у дітей і батьків. Так, зроблено ряд спроб виявити, якою мірою діти бувають схожі на своїх батьків, наприклад, своєю здатністю

навчатися, розумовим розвитком і спеціальними здібностями. Здобуті статистичні дані показали, що є значна, але далеко не повна схожість між дітьми і батьками. Проте ці дані тільки констатують наявність схожості, що є результатом розвитку, в якому беруть участь і природні і суспільні фактори. Питання про їх співвідношення знаходиться в полі наукових досліджень, оскільки потребує подальшого з'ясування.

*Задатки не є готовими психічними властивостями, а лише природними можливостями їх виникнення та розвитку.*

*О.В. Скрипченко*

*Природжені ознаки* – нейропсихічні особливості, що формуються під час пренатального розвитку дитини та впродовж її народження. Вони в цілому дають сприятливі засади для психічного розвитку – тип ВНД, задатки; до *несприятливих* виявів відносяться хвороби та відхилення, зумовлені порушеннями пренатального розвитку й/чи народження дитини. Між спадковістю та природженими ознаками існує складний зв'язок – спадковість не тотожна вродженим задаткам, а стає підґрунтям для їх формування.

Однією із природжених ознак є задатки. Вони позначаються на динаміці вироблення нових мозкових механізмів, створюють більш чи менш сприятливі внутрішні умови для успішного засвоєння людського досвіду, оволодіння суспільними цінностями в певних галузях і тим самим для формування здібностей та інших психічних властивостей особистості. Але задатки самі не визначають їх змісту і структури.

*Дозрівання нервової системи* відбувається від народження дитини до підліткового віку (перші 10–12 років життя). Воно виявляється у зростанні нейронних закінчень мозку – аксонів та дендритів та ускладненні зв'язків між ними (на рівні психіки це забезпечує накопичення й обробку інформації), і мієлінізації нейронів – покритті їх ізолюючою оболонкою (відповідним психічним наслідком є зростання регуляції поведінки й емоцій індивіда).



### *Соціальне середовище як умова та джерело психічного розвитку особистості*

Суспільне оточення, в якому народжується індивід, і специфіку якого поступово засвоює, впливає на його розвиток своєрідними, історично закріпленими шляхами. Вироблені духовні надбання попередніх поколінь передаються нащадкам не через хромосомний апарат, а через спілкування дітей із старшим поколінням. Вони втілюються в знаряддях праці, у мові, витворах науки, техніки й мистецтва, у звичаях, нормах суспільної поведінки. Молодше покоління оволодіває цими матеріальними й духовними цінностями, залучаючись до пізнавальної та практичної діяльності.

Соціальне середовище, що впливає на дитину, – це передусім люди, їх взаємини, створені ними речі, знаряддя діяльності, мовні засоби, духовні цінності.

■ **Соціальний фактор психічного розвитку** – сукупність зовнішніх суспільних умов, з якими індивід взаємодіє в ході становлення своєї особистості

*Людина лише в суспільстві може досягнути того виняткового становища, яке їй призначила сама природа. Не будь цивілізації, людина була б найпримітивнішою і нерозумною істотою.*

*Г. Ітард*

З розвитком дитини змінюються конкретні умови її життя, стає доступним те, що раніше не було таким. Соціальне середовище дитини не тільки розширюється територіально, а й збагачується своїм змістом. Спочатку колом взаємин для дитини є сім'я, близькі люди, які доглядають за нею. Пізніше в життя дитини входять вихователі й діти з дитячого садочка. Згодом основним середовищем стає школа, колектив педагогів і товаришів, шкільні й позашкільні малі групи, широке суспільне оточення. Впливи суспільного оточення здійснюються засобами радіомовлення, телебачення, кіно, газет, Інтернету та інших джерел інформації. Відповідно, залежно від ступеню контакту з індивідом соціальне середовище поділяється на *мікросоціум* (сім'я, друзі, педагоги – близьке оточення дитини) та *макросоціум*

## РОЗДІЛ 1

---

(країна з її суспільними та економічними особливостями, менталітетом, цінностями та регіон, місто чи село, де проживає дитина тощо).

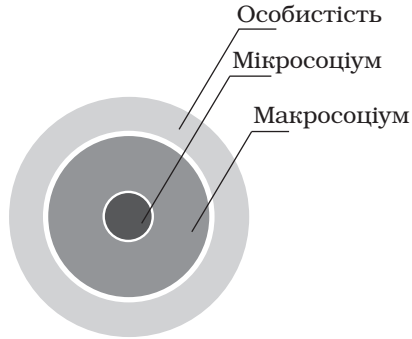


Рис. 1.10. Сфери вияву соціального фактору

Між обома рівнями вияву соціального фактору існує тісний взаємозв'язок, наприклад, родина як представник мікросоціуму відображає ті цінності та тенденції, які є актуальними для країни. Мікросоціум має найбільш потужний вплив на формування особистості дитини, особливо це стосується сімейного виховання. Залежно від наслідків взаємодії індивіда з соціальним середовищем, воно може нести *конструктивний*, позитивний вплив на його психіку чи навпаки, *деструктивний*, нерідко одночасно і той, і інший. Так, телебачення може бути джерелом інформації для дитини пізнавального й розвивального змісту, а може спричинити агресивні поведінкові реакції. Родина та школа – це соціальні інститути, що здійснюють *організований* вплив на формування особистості дитини, в той час як ровесники та засоби масової інформації є агентами *стихійного* впливу.

## ЗАГАЛЬНІ ПИТАННЯ ВІКОВОЇ ПСИХОЛОГІЇ

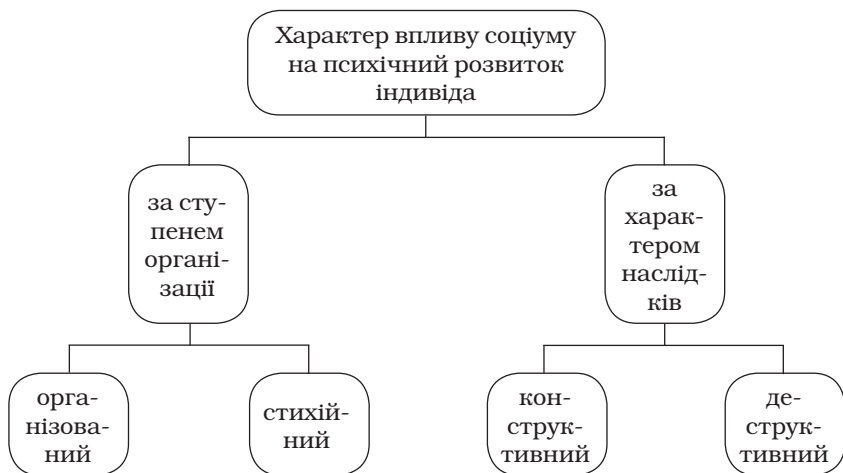


Рис. 1.11. Аспекти впливу соціуму на психічний розвиток індивіда

Вплив соціального середовища на психічний розвиток індивіда забезпечує його соціалізацію. Паралельно з розгортанням соціалізації індивіда, він включається в процес індивідуалізації.

▼ **Соціалізація** – процес засвоєння соціального досвіду індивідом, що забезпечує його інтеграцію в суспільство

▼ **Індивідуалізація** – процес формування специфічних, неповторних ознак та властивостей особистості, що визначають її індивідуальність

Діти не люблять слухати своїх батьків, зате хочуть їх наслідувати.  
Г.К. Честертон

По мірі дорослішання індивіда механізми засвоєння ним соціального досвіду змінюються, що зумовлює проходження таких стадій становлення особистості (за А.В. Петровським):

- **адаптація** – пристосування дитини до вимог дорослого, ототожнення з ним та наслідування його поведінки; ця стадія є провідною впродовж дитинства,

## РОЗДІЛ 1

- *індивідуалізація* – пошуки змісту власної особистості, індивідуальних ознак; дана стадія розгортається як провідна у підлітковому періоді,
- *інтеграція* – пошук та встановлення психологічної близькості з іншими людьми, що актуалізується в юності.

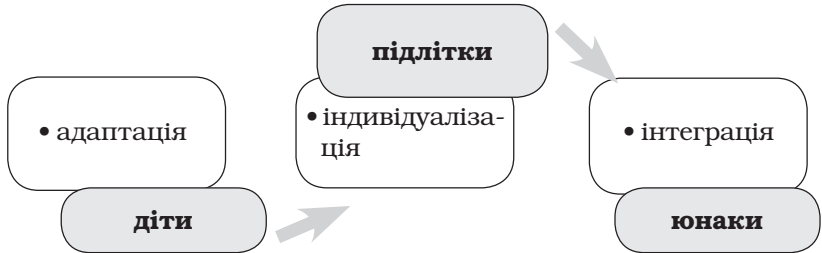


Рис. 1.12. Стадії становлення особистості

Перехід від одного етапу до іншого відбувається поступово. Так, впродовж дитинства провідним процесом є адаптація, однак в кінці цієї епохи вже спостерігаються ознаки індивідуалізації. Коли підлітки шукають ознаки власної індивідуальності, вони все ще частково пристосовуються до вимог дорослих, тобто спостерігаються залишки адаптації.

Варто наголосити на тісних взаємозв'язках двох означених факторів – біологічного та соціального – у психічному розвитку людини. Спираючись на дію біологічного фактору як основи для психічного розвитку індивіда, соціальне середовище стає

джерелом, яке наповнює змістом процес становлення особистості. Однак індивід – не пасивна істота, що підпадає під вплив цих факторів, а активний суб'єкт взаємодії з соціумом, «будівник» власної особистості.

*Питання не в тому, що впливає на особистість в більшому ступені – спадковість чи середовище, а в тому, як вони взаємодіють між собою в процесі розвитку людини.*

*Г. Крайг*

## ЗАГАЛЬНІ ПИТАННЯ ВІКОВОЇ ПСИХОЛОГІЇ

### Активність особистості як детермінанта розвитку психіки

Особистість, що формується, не є пасивним продуктом взаємодії біологічного та соціального факторів. Взаємодія цих факторів реалізується через активність дитини.

**! Активність особистості** – умова і результат психічного розвитку індивіда, що виявляється в його діяльності

Засобом активності дитини, що виявляється в діяльності, відбувається двостороння взаємодія підростаючої особистості з соціумом. Впродовж дорослішання індивіда й ускладнення його психічної організації активність теж збагачується, як змістом, так і засобами її вираження. На різних стадіях розвитку дитини її активність виявляється на таких рівнях (за Г.О. Люблінською):

- а) *репродуктивний* (копіювання дій дорослого в словах, іграх, манері поведінки),
- б) *виконавчий* (виконання дитиною поставлених дорослим завдань і на цій основі вироблення нових вмінь),
- в) *самостійний* (самостійна постановка завдань, пошуки та апробація способів їх вирішення).



Рис. 1.13. Рівні вияву активності дитини

## РОЗДІЛ 1

Спочатку свою активність діти спрямовують на дорослого, зумовлюючи зворотний вплив з його боку. Згодом, починаючи з переддошкільного віку, дитина спрямовує свою активність на самопізнання і самовдосконалення.

*В межах свого соціального простору та віку індивід створює складну мережу стосунків, що визначається його інтересами, прагненнями та ставленнями до навколишньої дійсності та самого себе.*

*Я.Л. Коломинський*

У міру формування мотивації та самосвідомості індивід стає вибірково сприйнятливим до впливів середовища, чутливим до того, що відповідає його життєвим прагненням, і байдужим до того, що не пов'язується з ними. Соціальне оточення змінюється для індивіда внаслідок

його зростання, збільшення фізичних і розумових можливостей, становлення нових видів діяльності. Те, що приваблює в навколишньому світі дитину-дошкільника, втрачає актуальність для молодшого школяра. Психологічні потреби різні в підлітковому і юнацькому віці. Особистісна динаміка спостерігається й впродовж всіх періодів дорослості.

Вплив суспільного середовища на психічний розвиток індивіда залежить від розвитку його спрямованості та здатності сприймання, наслідування, від становлення його потреб і прагнень. Має місце *вибірковість* вияву та спрямованості активності особистості. Навіть в одній сім'ї діти-сиблінги, маючи одних батьків, розвиваються по-різному залежно від того, як складаються їх дієві взаємовідноси-

Тлумачення поняття «сиблінги» – у **словнику**

ни з навколишніми людьми, як значимі дорослі здійснюють виховання цих дітей. Відмінності активності індивіда позначаються на всіх аспектах його психічного життя – змісті та способах пізнання навколишньої дійсності і себе, регуляції емоцій та поведінки, побудові взаємин з іншими людьми, що, зрештою, стає підґрунтям для формування *індивідуальності* особистості.

*Дані досліджень показують, що навіть у дітей-близнюків, які мають ідентичні генотипи і живуть в одній сім'ї, часто формуються різні емоційні, вольові, характерологічні риси внаслідок того, що в їх взаєминах одна дитина частіше виступає як ініціатор, лідер, а інша – як виконавець, підлеглий, і цей однобічний поділ функцій залишається поза увагою дорослих або й стимулюється ними*

*Не стільки сім'я соціалізує дитину, скільки дитина сама соціалізує оточуючих її близьких, підкоряє їх собі, намагається сконструювати зручний і приємний для себе світ...*

*Д.Б. Ельконін*

В процесі дорослішання дитина, виявляючи свою активність у взаємодії з дорослими, не тільки розвивається сама, а й видозмінює стосунки у нові, більш складні форми і навіть трансформує психічний світ значимих близьких людей. Тобто активність дитини, будучи внутрішньо локалізованим фактором психічного розвитку, визначає впливовість дії зовнішнього – соціального середовища, і навіть за певних умов може модифікувати дію біологічного фактору.

### 1.4. Теорії психічного розвитку


Усвідомлення всієї складності та багатогранності психічного розвитку людини та прагнення науковців пояснити його зміст призвели до розробки ряду теорій людського розвитку. Кожна з них аналізує важливі аспекти становлення особистості, однак жодній не вдалося описати психічний розвиток людини у всій складності й багатоманітності. Для аналізу та диференціації змісту цих теорій беруться до уваги наступні проблемні аспекти, подані в рис. 1.14.

Аналізуючи теоретичні погляди, які пояснюють розвиток людини, можна виділити такі підходи:

1) *біогенетичний*, в центрі уваги якого знаходяться проблеми розвитку людини як індивіда, наділеного певними антропологічними властивостями, що проходить різні стадії дозрівання по мірі реалізації філогенетичної програми в онтогенезі (біогенетичні теорії С.Холла, М.Гетчинсона, психоаналітичний підхід З.Фрейда);

2) *соціогенетичний* – акцент на вивченні процесів соціалізації людини, засвоєння нею соціальних норм і ролей, набуття соціальних установок і ціннісних орієнтацій (теорії научіння Дж.Уотсона, Б.Скіннера, А.Бандури), згідно яким набуття людиною різних форм поведінки відбувається шляхом научіння;

## РОЗДІЛ 1



<b>співвідношення ролі біологічного та соціального факторів у психічному розвитку</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• біологічні фактори превалюють над соціальними,</li> <li>• обидва фактори однаково важливі,</li> <li>• соціальні фактори переважають над біологічними</li> </ul>
<b>активність чи пасивність індивіда у психічному розвитку</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• індивід є активною істотою, відіграючи основну роль у власному психічному розвитку,</li> <li>• розвиток психіки індивіда зумовлений впливом інших людей та зовнішніми обставинами</li> </ul>
<b>неперервність чи дискретність психічного розвитку</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• різні форми психіки поступово нашаровуються одна на одну, кількісно накопичуючись,</li> <li>• психіка розвивається поетапно, накопичуючи якісні перетворення</li> </ul>

*Рис. 1.14. Аспекти диференціації теорій психічного розвитку*

3) представники *персоногенетичного* підходу (А.Маслоу, К.Роджерс) в центр уваги ставлять проблеми активності, самосвідомості й творчості особистості, формування людського «Я», самореалізації особистісного вибору, пошуку смислу життя;

4) теорії *когнітивного* напрямку (Дж.Брунер, Ж.Піаже) займають проміжний напрям між біоенетичними і соціоенетичними підходами, оскільки провідними детермінантами розвитку вважають генотипічну програму і соціальні умови, в яких дана програма реалізується;

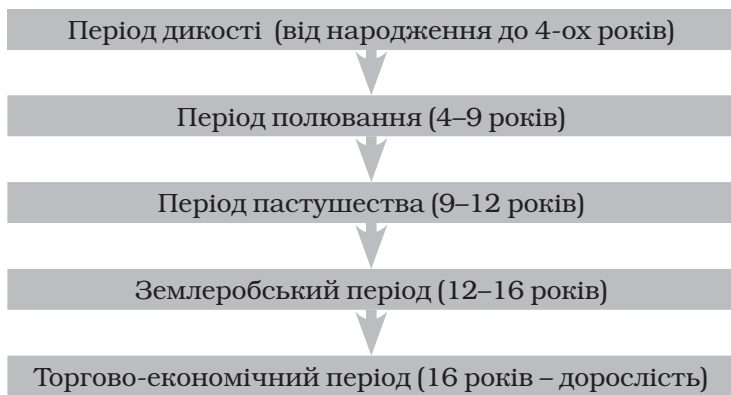
5) популярною і впливовою теорією розвитку стала *модель екологічних систем* (У.Бронфенбреннер), яка розглядає психічний розвиток як двоякий процес реструктурування індивідом свого життєвого середовища і переживання впливу зі сторони елементів цього середовища.



### *Біогенетичні підходи до психічного розвитку*

Власне науковий підхід до вивчення психічного розвитку людини став можливим на основі еволюційного вчення Ч.Дарвіна. В межах біогенетичного підходу основними теоріями є теорії рекапітуляції Е.Геккеля і С.Холла, психоаналітична теорія З.Фрейда.

Основою теорії рекапітуляції є твердження, що людський організм у своєму внутрішньоутробному розвитку повторює весь ряд форм, які пройшли тварини-предки за сотні мільйонів років – від одноклітинних істот до первісної людини. Інші вчені розширили часові межі біогенетичного закону за межі утробного розвитку. Так, Стенлі Холл вважав, що якщо зародок за 9 місяців повторює всі стадії розвитку від одноклітинної істоти до людини, то дитина в період дорослішання проходить весь хід розвитку людства від первісної дикості до сучасної культури. Ця думка була розвинута М.Гетчинсоном, який виділив 5 періодів людської культури, відповідно до яких змінюються інтереси і потреби дитини від народження до дорослості:



*Рис. 1.15. Періоди відтворення людської культури в онтогенезі*

Так, під час періоду дикості дитина прагне копатися в землі, тягне все до рота, їстівність є мірилом всього. У онтогенезі людини цей період триває від народження до 4-ох років, максимуму розвитку досягає в 3 роки. Змістом періоду полювання

## РОЗДІЛ 1

і захоплення здобичі є страх дитини перед чужими, дії потайки, жорстокість, участь у діях дитячих угруповань, ігри в полонених, схованки. Він триває з 4 до 9 років, головні риси проявляються у віці 7-ми років. Період пастушества виявляється через ніжність дитини до тварин, прагнення мати власну домашню тварину, будівництво шалашів, підземних споруд. Тривалість цього етапу становить від 9 до 12 років, пік настає в 10 років. Наступний, землеробський період реалізується як прагнення до садівництва, триває з 12 до 16 років, пік припадає на 14 років. Специфікою промислово-торгового періоду є грошові інтереси, обмін, торгівля. Цей етап починається з 16 років і триває й у дорослості, піку розвитку сягає в 18-20 років.

Етологія – вивчення еволюційних передумов поведінки

Арнольд Гезелл запропонував *етологічне* тлумачення еволюційних передумов поведінки людини, вважаючи, що основою психічного розвитку дитини є сформовані в ході філогенезу і закладені генами інстинкти. За думкою вченого, першочерговим проявом інстинкту новонародженого є плач, що формує в подальшому житті емоційні прихильності дитини. Базові інстинкти новонародженого дають основу для формування соціального досвіду дитини під час її сенситивних періодів. Геззелом було розроблено і впроваджено систему діагностики психічного розвитку дитини від народження до завершення юнацького віку, що впроваджувалась на основі лонгітюдного дослідження.

*Діти, неначе рослини, «розквітають», дотримуючись паттерна чи розкладу, передбаченого генами.*

*А.Геззел*

### *Психоаналітичне тлумачення психічного розвитку*

Предметом вивчення *психоаналітичної* школи, засновником якої є Зигмунд Фройд, стали глибинні структури психіки. Фройд тлумачить психічний розвиток як пристосування, адаптацію індивіда до оточуючого, переважно ворожого середовища. Рушійні сили психічного розвитку – емоції, мотиви дітей, тому психоаналітичне розуміння психічного розвитку зводиться до мотиваційного, особистісного становлення. Фройд

## ЗАГАЛЬНІ ПИТАННЯ ВІКОВОЇ ПСИХОЛОГІЇ

*Основи майбутньої дорослої особистості закладаються в її ранньому дитинстві.  
З. Фрейд*

пропагував підхід до розвитку як адаптації до середовища, трактував рушійні сили психічного розвитку як завжди вроджені та несвідомі.

Згідно психоаналізу, психічний розвиток – процес конфліктогенний, зумовлений боротьбою базових сексуальних і агресивних інстинктів з вимогами суспільства, а три компоненти особистості – Воно, Я і Над Я сперечаються між собою, Я (Его) є ніби ареною боротьби протилежних тенденцій. **Енергія лібідо, яка пов'язана з інстинктом життя, є також основою розвитку особистості, характеру людини.** Виходячи із закономірностей психосексуального розвитку, Фрейд створив відповідну періодизацію:

Таблиця 1.1

### Стадії психосексуального розвитку за Фрейдом

Стадія	Тривалість	Опис
1	2	3
Оральна	Від народження до 1 року	Отримання задоволення від оральних дій: в першому півріччі – смоктання, в другому – через кусання і жування. Процес годування задовольняє енергію лібідо немовляти
Анальна	1 – 3 роки	Навички туалету (процес дефекації) – основні засоби задоволення сексуального інстинкту. Фіксація дитиною заборон та вимог дорослих щодо її поведінки
Фалічна	3 – 6 років	Отримання задоволення через стимуляцію геніталій. Розвиток сексуальних бажань, спрямованих на одного з батьків протилежної статі. Формування комплексу Електри у дівчаток і Едіпового комплексу у хлопчиків

## РОЗДІЛ 1

### Продовження таблиці 1.1

1	2	3
Латентна	6 – 11 років	Травми фалічної стадії викликають пригнічення сексуальної енергії, яка спрямовується на навчання та рухливі ігри. Інтенсивне засвоєння моральних норм дитиною
Генітальна	11 років і старше	Статеве дозрівання викликає сексуальні потреби, які задовольняються соціально прийнятними шляхами. Здоровий сексуальний інстинкт реалізується у шлюбі та дітонародженні

*Ідеальним Фройд вважав генітальний характер, що виявляється в зрілості та відповідальності людини щодо соціально-сексуальних відносин і здатності до продуктивної діяльності*

В залежності від успішності проходження індивідом вищеозначених стадій психосексуального розвитку формується певний тип характеру. Наприклад, впродовж першого півріччя оральної стадії за умов надмірної

чи недостатньої стимуляції дитини, у неї формується *орально-пасивний* характер. Він виявляється в оптимізмі і життєрадісності людини, однак і її довірливості, незрілості та надмірній залежності. Проблеми другого півріччя життя немовляти можуть спричинити *орально-агресивний* тип характеру, що виражається в таких рисах особистості, як любов до суперечок, сарказм, песимізм, цинізм. Порушення ходу другої стадії формують *анальний* характер в двох формах – *анально-утримуючого та анально-агресивного типу*. Фіксація на наступній стадії психосексуального розвитку дитини створює особистість з фалічним характером.

Одним із найважливіших аспектів психоаналітичної теорії З.Фрейда була ідея про несвідому мотивацію людини та структурованість її психіки. Дискусійними залишаються питання щодо провідного впливу сексуальності на психічний розвиток людини та його виключно біологічну детермінацію.

Популярність психоаналітичної теорії породила ряд послідовників З.Фрейда, які, однак, часто змінювали,

## ЗАГАЛЬНІ ПИТАННЯ ВІКОВОЇ ПСИХОЛОГІЇ

модифікували його ідеї. Серед них і Ерік Еріксон, котрий є автором теорії *психосоціального розвитку*. Психолог переніс акценти з сексуального інстинкту як рушійного психічного розвитку індивіда на соціальні чинники. Еріксон також вважав, що саме Его як базовий компонент психіки відіграє адаптивну і реалізаційну роль у пристосуванні індивіда до вимог суспільства. Важливою є й думка психолога про превалювання культурних факторів розвитку над біологічними.

*Особистість виростає з результатів розв'язання соціального конфлікту, виникаючого у вузлових точках розвитку.*

*Е. Еріксон*

Ключовим поняттям теорії є набуття *Его-ідентичності*, що є ядром особистості і формується внаслідок взаємодії біологічних потреб людини і вимог суспільства. Е.Еріксон вказував, що впродовж всього життя людина розв'язує вісім основних криз

психічного розвитку, при позитивному розгортанні подій і конструктивному подоланні кризи формується позитивне психічне новоутворення і навпаки.

Таблиця 1.2

### Стадії психосоціального розвитку за Еріксоном

Вік людини	Позитивне новоутворення	Негативне новоутворення
Народження – 1 рік	Базова довіра до світу	Недовіра до світу
1-3 роки	Автономія	Сором і сумніви
3-6 років	Ініціативність	Почуття провини
6-12 років	Працелюбність	Почуття неповноцінності
12-20 років	Ідентичність	Змішування (дифузія) ролей
20-40	Близькість	Ізоляція
40-65	Генеративність	Стагнація
Більше 65 років	Цілісність Его	Відчай

Отже, Е.Еріксон розглядав психічний розвиток як динамічний процес, що триває все життя і забезпечує набуття найбільш важливих пристосувань до соціального оточення та змін самої особистості.

### *Теорії соціального навчіння*

*Дайте мені дюжину здорових немовлят, і я на власний розсуд виховано їх лікарями, адвокатами чи жебраками, незалежно від їх культурного чи біологічного походження.*  
Дж. Уотсон

Дослідження в області фізіології школи І.П. Павлова стали підґрунтям для формування концепції *біхевіоризму*. Його представники вивчали психіку через її зовнішній прояв – поведінку, а психічний

розвиток зводили до *навчіння* як наслідку потужного впливу соціуму на індивіда. Так, за думкою засновника біхевіоризму Джона Уотсона, дитина народжується вільною від досвіду чи схильностей, і виключно батьки несуть відповідальність за те, якою вона стане. Психічний розвиток людини ототожнюється з її навчінням, тобто будь-яким набуттям знань, умінь та навичок, і не тільки тих, які спеціально формуються, а й тих, що виникають стихійно. Дослідження розвитку психіки – це виявлення механізмів формування поведінки, зв'язків між стимулами і реакціями, які на них виникають.

Деталізуючи біхевіоральний підхід, Беррес Фредерік Скіннер дослідив, що людські звички розвиваються як результат унікального досвіду *оперантного навчіння*. Тобто, люди схильні повторювати ті дії, що призводять до приємних суб'єктивно позитивних наслідків, і уникають того, що викликало негативні результати. Наприклад, якщо маленька дівчинка отримає похвалу і цукерку від батьків за співчуття до іншої дитини, то надалі реакція співпереживання стане її звичкою. Відповідно покарання, отримане хлопчиком від дорослих за розбиту вазу, буде стримувати його від маніпуляцій з подібними речами.

## ЗАГАЛЬНІ ПИТАННЯ ВІКОВОЇ ПСИХОЛОГІЇ

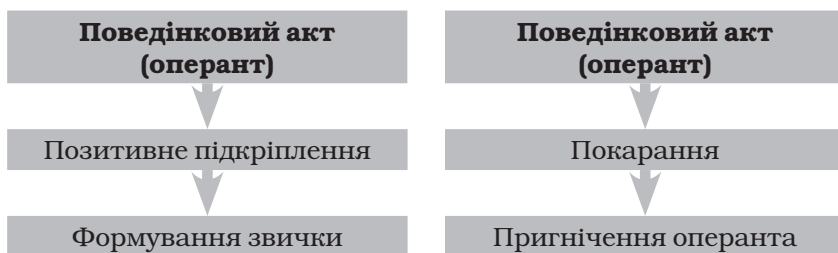


Рис. 1.16 Схеми дії оперантного наuczіння за Б.Скіннером

Виходячи з такого погляду на психіку, біхевіористи дійшли висновку, що її розвиток залежить від соціального оточення, від умов життя, тобто стимулів, які надає середовище.

Однак інший представник теорії соціального наuczіння – Альберт Бандура стверджував, що нагорода і покарання недостатні для того, щоб навчити новій поведінці. Формування досвіду дитини через імітацію, наслідкування, ідентифікацію – найважливіші форми наuczіння.

Вчений помітив, що багато способів поведінки ґрунтується на основі *спостереження* за поведінкою інших представників суспільства. Навчання дитини відбувається не шляхом спроб і помилок, а в ході спостереження, здебільшого свідомого. Бандура виокремив два види наuczіння:

Від грец. «вікаріос» – замісний

- 1) чисте наслідкування, характерне для раннього розвитку дітей;
- 2) вікарне навчання – суб'єкти усвідомлюють і очікують позитивні наслідки дій, які вони наслідують.

До схеми «стимул – реакція» Альберт Бандура включає чотири проміжні процеси для пояснення того, як наслідкування призводить до формування нової реакції:

Діти постійно вчать як бажаним, так і небажаним реакціям, «тримаючи очі та вуха відкритими».  
А. Бандура

- 1) увага дитини до дії моделі – людини як зразка для наслідкування;
- 2) пам'ять, яка зберігає інформацію про дії моделі;
- 3) наявність у дитини необхідних сенсорних можливостей і рухових навичок, які дозволяють відтворити те, що вона сприймає у моделі для наслідкування;

- 4) мотивація, яка визначає бажання дитини виконати те, вона бачить у моделі для наслідування.

Дитина вже в ранньому дитинстві відчуває, що її особисте благополуччя залежить від готовності поводитися так, як від неї очікують інші, тому малюк починає усвідомлювати дії, які приносять задоволення йому та його батькам, навчається діяти «як інші».

### *Когнітивний підхід до психічного розвитку*

Від латин. «когні-  
цію» – знання

В ході адаптації  
людина прагне  
встановити рівно-  
вагу між зовніш-  
нім середовищем  
і власними струк-  
турами мислення.  
Ж.Піаже

Засновник когнітивного підходу Жан Піаже вважав, що основою онтогенезу психіки людини є розвиток її інтелекту. Відповідно, етапи психічного розвитку – це етапи розвитку інтелекту. В процесі розвитку відбувається адаптація людини до оточуючого середовища. Інтелект тому і є стрижнем розвитку психіки, бо саме розуміння забезпечує адаптацію до оточуючого світу. При цьому адаптація – не пасивний процес, а активна взаємодія індивіда з середовищем. Ця активність являє собою необхідну умову розвитку, оскільки схема оточуючого світу не дається дитині в

готовому вигляді при народженні, немає її в оточуючому світі. Схема випрацьовується лише в процесі активної взаємодії людини із середовищем, внаслідок чого встановлюється рівновага між ними.

Тлумачення по-  
няття «егоцен-  
тризм» – у словни-  
ку

Вивчаючи зміст інтелектуального розви-  
тку, Ж.Піаже розглядає феномен *егоцентриз-  
му* дитини, що виявляється в своєрідності  
дитячої логіки, безпосередності сприймання  
та суб'єктивності тлумачення фактів навко-  
лишньої дійсності.

Інтелектуальний розвиток Ж.Піаже тлумачить як процес по-  
ступового ускладнення когнітивних структур, що відбувається  
через ряд послідовних стадій:



## ЗАГАЛЬНІ ПИТАННЯ ВІКОВОЇ ПСИХОЛОГІЇ

---

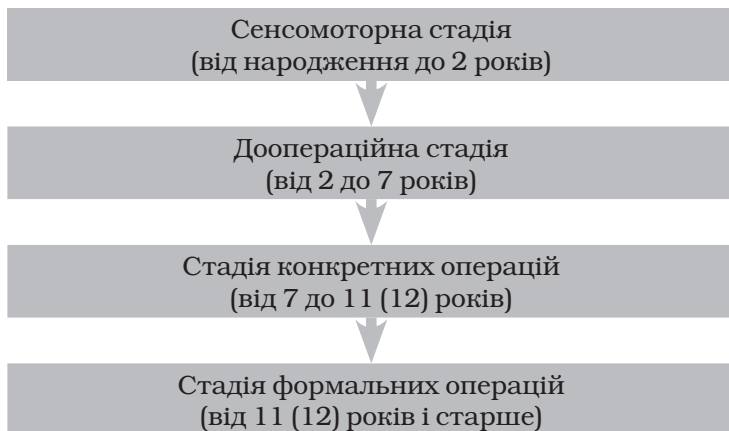


Рис. 1.17. Стадії когнітивного розвитку за Піаже

Впродовж першої стадії немовля пізнає світ через власні відчуття та дії. Дитина дивиться, слухає, мацає, нюхає і пробує на смак, мне, кидає, тягне тощо. Базою для досліджень дитиною дійсності спочатку стають природжені рефлексі, на основі яких поступово формуються нові схеми пізнання світу.

Наступна стадія характеризується оволодінням мовленням дитиною, що сприяє виконанню перших розумових операцій. Ці дії однак обмежені безпосереднім досвідом дитини, тому мають локальний, конкретний і егоцентричний характер (наприклад, уявлення про переміщення сонця чи місяця слідом за дитиною).

Під час стадії конкретних операцій дитина починає використовувати в мисленні логіку, аналіз, оцінку, також з'являється та розвивається здатність класифікувати предмети, формуються уявлення про збереження кількості речовини при зміні форми. Показово, що мислені операції здійснюються дитиною на цій стадії з опорою на конкретні зовнішні дані. Егоцентризм послаблюється і поступово зникає, замінюється зворотністю мислення – здатністю змінювати хід та зміст розміркувань.

Впродовж стадії формальних операцій усувається залежність мислення від безпосереднього досвіду індивіда, підлітки стають

## РОЗДІЛ 1

спроможними до оперування абстрактними поняттями, висувають гіпотези і формують умовисновки.

### *Аналіз базових вітчизняних концепцій психічного розвитку*

Для Лева Семеновича Виготського, автора *культурно-історичної теорії*, психічний, в тому числі й інтелектуальний розвиток дитини, є вплетеним в соціальний і культурний контексти життя, а психіка людини має *культурно-історичний характер*.

*Світ набуває для нас сенсу тільки завдяки засвоєнню значень, підтримуваних оточуючими нас людьми.*  
Л.С. Виготський

Психічний розвиток людини – це перш за все процес її культурного розвитку, оволодіння, присвоєння культурно заданих засобів дій з предметами і володіння собою, своєю психічною діяльністю, в результаті чого розвиваються власне людські, вищі психічні функції й формується особистість. Проте дитина може стати особистістю лише в спільній діяльності з дорослим, засвоюючи вироблені людством цінності, зміст та способи діяльності. Навчання Виготський вважав головним рушієм психічного розвитку, виокремлюючи провідну роль організованого соціального впливу на формування особистості. В ході навчальної взаємодії дитини з дорослим її психічний розвиток спирається на рівні когнітивного розвитку – актуального та потенційного.

▼ **Рівень актуального розвитку** – сформована у дитини здатність самостійно, без допомоги дорослого розв'язувати поставлені задачі

▼ **Зона найближчого розвитку** – відстань між актуальним рівнем самостійної діяльності дитини і потенційним рівнем її діяльності під керівництвом дорослих

Правильно організоване навчання дитини спирається на зону її найближчого розвитку і забезпечує розвиток вищих

*Навчання не є розвиток, але правильно організоване навчання дитини веде за собою розвиток, а не пристосовується до його наявного рівня.*

*Л.С. Виготський*

*Діяльність – активна взаємодія людини з оточуючою дійсністю, яка виражає ставлення до світу і сприяє задоволенню потреб.*

*О.М. Леонтьєв*

психічних функцій. Вищі психічні функції – логічна пам'ять, понятійне мислення, довільна увага – першочергово виникають у зовнішній предметній діяльності, спілкуванні дитини. І тільки потім вони переходить у внутрішній психічний план, стаючи змістом психічного розвитку дитини. Вивчаючи механізми психічного розвитку, Л.С. Виготський вводить поняття віку, соціальної ситуації розвитку, вікових криз та психічних новоутворень.

Одним з найважливіших напрямів розвитку концепції Л.С. Виготського стала розроблена Олексієм Миколайовичем Леонтьєвим *теорія діяльності*. За думкою вченого, психічний розвиток людини багато в чому складає процес розвитку її діяльності. Ним розроблена теорія провідної діяльності, як такої, яка стає центральною, основною на різних етапах розвитку і здійснює найбільший вплив на

формування свідомості, особистості дитини на цьому етапі.

Данило Борисович Ельконін спробував об'єднати між собою два основні вектори розвитку дитини: взаємостосунки зі світом речей – пізнання і оволодіння предметним світом та взаємодію зі світом людей. Діяльність дитини всередині цих векторів являє собою єдиний процес, в якому формується особистість. В кожному віковому періоді один вектор домінує над іншим, а в межах наступного вікового періоду вони ніби змінюються місцями, що відображає чергування змісту провідної діяльності.

## РОЗДІЛ 1



Рис. 1.18. Чергування змісту провідної діяльності за Д.Б. Ельконіним

За думкою Д.Б. Ельконіна, в становленні особистості є періоди, в яких відбувається домінуючий розвиток потребо-мотиваційної сфери і як результат цього засвоєння задач, мотивів і норм стосунків, і періоди переважаючого розвитку інтелектуально-пізнавальних сил, результатом чого стає засвоєння суспільно вироблених дій з предметами.

Дослідження Лідії Іллівни Божович були пов'язані з процесом формування особистості дітей, який вона розуміла як розвиток незалежності від оточуючої ситуації, коли поведінка людини визначається не зовнішньою ситуацією, а внутрішніми мотивами. Так, вчений вказує на провідну роль переживань в психічному розвитку, а потребу у враженнях тлумачить як джерело виникнення індивідуального психічного життя дитини та базу для розвитку інших психічних функцій.

Психічний розвиток, за думкою Л.І. Божович, супроводжується переживанням ряду вікових криз, в кожній з яких фігурують особистісні компоненти:

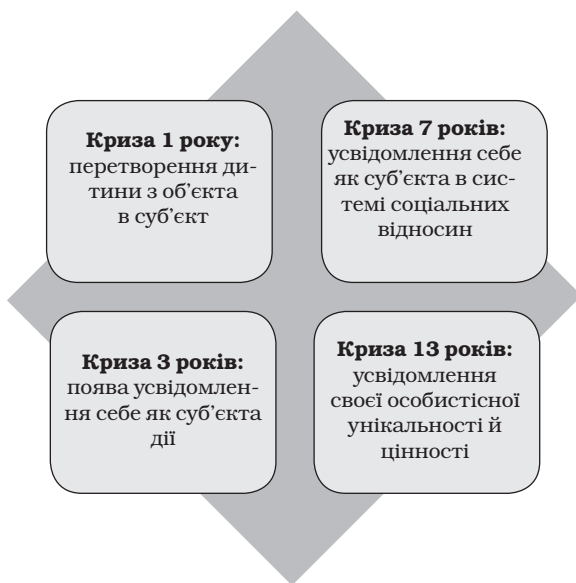


Рис. 1.19. Зміст особистісних компонентів вікових криз за Божович

Згідно позицій корифея української психології Григорія Силевича Костюка, онтогенез людського організму визначається біологічною спадковістю, джерело якої – генетичний апарат людини, а онтогенез особистості – соціальною спадковістю. Ці дві детермінанти тісно пов'язані в процесі становлення особистості.

**! Соціальна спадковість** – сукупність культурних досягнень людства, накопичених в процесі його історичного й суспільного розвитку

Психічний розвиток, згідно позиції Г.С. Костюка, характеризується якісними змінами особистості дитини в цілому, що знаменують собою її прогресуючий рух від нижчих до вищих рівнів структур психіки. Розглядаючи психічний розвиток і навчання в діалектичному взаємозв'язку, вчений підкреслював, що психічний розвиток не зводиться до простого нагромадження навчальних надбань, а являє собою цілісні прогресивні зміни особистості, її поглядів на довкілля, почуттів, здібностей.

## РОЗДІЛ 1

Онтогенетичний прогрес психіки виявляється через її кількісні та якісні зміни. Стосовно кількісних змін у психіці, то вони підготовлюють якісні, але самі їх не забезпечують. Структурне удосконалення, що складає зміст цих якісних змін, розкривалося Г.С. Костюком як діалектична єдність.



Рис. 1.20. Зміст якісних змін психічного розвитку за Костюком

Рушійні сили психічного розвитку Г.С. Костюк вбачав у характерних для суб'єкта *внутрішніх суперечностей*. До числа базових суперечностей він відносив:

- розбіжність між виникаючими в суб'єкта новими потребами і наявним рівнем володіння засобами їх задоволення;
- невідповідність досягнутого людиною рівня особистісного розвитку займаному нею місцю в системі суспільних відносин, виконуваним нею функціям;
- суперечність між тенденціями до інертності та стереотипізації, з одного боку, і до рухливості, мінливості особистості з іншого.

*Виховання ставить перед особистістю нові цілі й задачі, що усвідомлюються і приймаються нею, стають цілями і задачами її власної діяльності.*

*Г.С. Костюк*

Педагогічні впливи, відзначав Г.С. Костюк, повинні сприяти, з одного боку, розв'язанню суб'єктом його внутрішніх суперечностей у потрібному для суспільства напрямку і, з іншої, виникненню нових внутрішніх суперечностей, без яких неможливий подальший розвиток. Актуалізація внутрішніх суперечностей спонукає особистість до саморуху. Підтверджуючи ідеї Л.С. Виготського щодо випереджаючого характеру навчання стосовно психічного розвитку, Костюк уточнював, що навчання не лише сприяє розвитку, а й залежить від нього. Базуючись на здобутках психічного розвитку, навчання веде за собою розвиток.

### 1.5. Вікова періодизація психічного розвитку людини

*Проблема здійснення вікової періодизації психічного розвитку.*

*Одиниці поділу онтогенезу*

Однією з найбільш вживаних категорій вікової психології є вік. Це поняття тлумачиться як тривалість життя людини, але може вживатись і для позначення конкретного відрізка життя, як синонім вікового періоду.

В психології розрізняють *хронологічний вік* – кількість прожитих людиною років від її народження, та *психологічний вік* – рівень розвитку психіки і світосприймання.

! **Психологічний вік** – конкретний, обмежений в часі етап психічного розвитку індивіда, що характеризується сукупністю закономірних типових психологічних змін та якостей

Оскільки психічний розвиток є дискретним, то постає питання розподілу онтогенезу людини на певні вікові відрізки – створення вікової періодизації психічного розвитку.

Піфагор (VI ст. до н.е.) виділяв чотири періоди життя людини: весну як становлення особистості – від народження до 20 років, літо (молодість) – від 20 до 40 років, осінь (розквіт сил) – 40-60 років та зиму (старіння) – від 60 років до смерті

Це питання є дуже давнім за своїм походженням, так як перші спроби укладання періодизації життя людини за психологічними ознаками були здійснені ще в періоді античності, коли психологія розвивалась у складі філософії. Впродовж становлення психології продовжувалось розв'язання цієї проблеми, проте соціальні зміни та динаміка наукових парадигм породжували появу нових критеріїв для розподілу онтогенетичного розвитку психіки людини.

На сучасному етапі наука в цьому питанні має справу з двома аспектами проблеми здійснення вікової періодизації психічного розвитку:

- *різні критерії здійснення* – різні науковці брали і тепер беруть до уваги альтернативні критерії (наприклад, показники фізичного зростання, соціальні зміни тощо; практикується й використання декількох критеріїв одночасно),
- *вплив національних та етнічних особливостей* країни на визначення вікових періодів – приміром, у США фігурує вік тінейджерів (з 13 по 19 років), в українській періодизації він охоплює частину підліткового та юнацького періодів; молодший шкільний вік починається з 6-річного періоду дитинства згідно вітчизняної вікової періодизації, в американській психології це лише частина періоду середнього дитинства.

Слід зважати, що вікова періодизація психічного розвитку має *умовний характер*, так як психічне життя конкретного індивіда, підкоряючись загальним законам, все-таки розгортається своєрідно, що особливо яскраво демонструється змінами психіки людини впродовж її дорослості – у 40 років одні особистості вже займаються вихованням внуків, а інші лише народжують першу дитину, що виявляє індивідуальну неповторність їх психіки. Тому в сучасній віковій психології все більш розповсюдженою є думка про складність, а то й неможливість визначення точних меж періодів психічного розвитку дорослих.

Науково обґрунтована вікова періодизація має як теоретичне значення, слугуючи основою для впорядкування та



*Науково обґрунтоване визначення періодів і фаз психічного розвитку потрібне передусім для раціональної побудови оптимальної системи навчання і виховання молодого покоління.*

*Г.С. Костюк*

систематизації напрацьованих фактів онтогенетичного розвитку психіки людини, так і прикладне призначення. Знання змісту вікової періодизації стає основою для вивчення всієї вікової психології і є необхідним для будь-якої освіченої особистості, а для майбутнього вчителя – базовим елементом професійної компетентності.

При здійсненні вікової періодизації психічного розвитку людини користуються такими одиницями поділу онтогенезу:

- а) *епоха*, впродовж якої відбувається радикальна перебудова всіх систем організму, в тому числі психіки, таких одиниць в людському онтогенезі фігурує всього три – дитинство, дорослішання і дорослість,
- б) *період*, для якого характерні істотні зміни всієї психіки, саме ця одиниця є ключовою при вивченні вікової психології людини,

*Епоха психічного розвитку включає в себе певні періоди, а ті, в свою чергу, містять фази розвитку психіки*

в) *фаза*, якій властива зміна певної сфери психіки. Дана одиниця не є такою постійною і послідовною, як згадані вище, оскільки використовується науковцями для акцентування якихось суттєвих психічних змін парціального характеру. Так, у періоді немовляти вченими було виокремлено фазу новонародженості, тривалість якої сягає близько одного-двох місяців життя дитини після народження, однак важливість цієї фази зумовлюється тими потужними психічними змінами і надбаннями, які розгортаються у автономному житті малюка.

## РОЗДІЛ 1

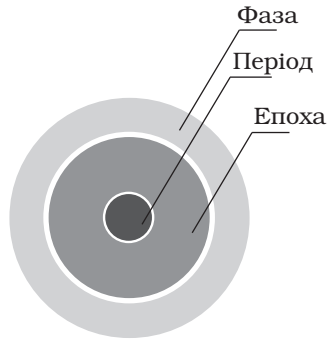


Рис. 1.21. Співвідношення одиниць поділу онтогенезу людини

### *Вікова періодизація психічного розвитку людини*

Сучасна вітчизняна вікова періодизація спирається у будові на інтеграцію декількох критеріїв – соціального статусу індивіда й проявів його власної психічної активності, а також беруться до уваги соматичні зміни, зумовлені законами біологічного розвитку людського організму.

За радянського етапу розвитку вікової психології підручники не висвітлювали пренатальний період і дорослість, що ставало серйозним недоліком, так як порушувало цілісний розгляд психічного життя індивіда. Періодизація, розповсюджена в сучасній психології, має розширений характер і охоплює весь онтогенез людини.

Таблиця 1.3

### **Вітчизняна вікова періодизація психічного розвитку людини**

<b>Назва вікового відрізка</b>	<b>Тривалість</b>
1	2
<b>Епоха дитинства</b>	
1. Пренатальний період	зачаття – народження

## ЗАГАЛЬНІ ПИТАННЯ ВІКОВОЇ ПСИХОЛОГІЇ

Продовження таблиці 1.3

1	2
2. Немовлячий період <i>Фаза новонародженості</i>	народження – 1 рік народження – один-два місяці
3. Ранній (переддошкільний) період	1 – 3 роки
4. Дошкільний період	3 – 6 років
5. Молодший шкільний період	6 – 10 (11) років
<b><i>Епоха дорослішання</i></b>	
6. Підлітковий період <i>Фаза молодших підлітків</i> <i>Фаза старших підлітків</i>	10 (11) – 15 років 10 (11) – 13 років 13 – 15 років
7. Юнацький період <i>Фаза ранньої юності</i> <i>Фаза власне юності</i>	15 – 21 рік 15 – 18 років 18 – 21 рік
<b><i>Епоха дорослості</i></b>	
8. Ранній дорослий період	21 – 40 років
9. Середній дорослий період	40 – 60 років
10. Пізній дорослий період	60 років – до смерті

В багатьох зарубіжних наукових джерелах фігурують такі розбіжності з вище розглянутим варіантом періодизації, як різна тривалість немовлячого періоду – від одного до трьох років (Е.Еріксон, В.Квінн, В.Мухіна, Г.Крайг), альтернативні позначення періоду дитинства – шкільний вік, дитинство, середнє дитинство (Е.Еріксон, В.Квінн, Г.Крайг), зведення підліткового та юнацького періоду в єдиний, який здебільшого позначають підлітковим (Г.Крайг, Ф.Райс, А.Реан, Д.Шеффер). Зважаючи на існування ряду альтернативних побудов періодизації психічного розвитку людини, доречно розглянути популярні в наукових колах версії російського психолога А.О. Реана і американського психолога Г.Крайг.

**Альтернативні періодизації психічного розвитку людини**

Назва періоду	Тривалість	
	за Г.Крайг	за А.Реаном
1. Пренатальний період	від зачаття до народження	від зачаття до народження
2. Немовлячий період	від народження до 2 років	від народження до 2 років
3. Раннє дитинство	2 – 6 років	2 – 6 років
4. Середнє дитинство	6 – 12 років	6 – 11 років
5. Підлітковий та юнацький вік	12 – 20 років	11 – 19 років
6. Ранній дорослий період	20 – 40 років	19 – 40 років
7. Середній дорослий період	40 – 60 років	40 – 60 років
8. Пізній дорослий період	60 років – до смерті	60 ... 75... років

*Критерії вікової періодизації психічного розвитку людини*

Рушійними силами розвитку психіки є *суперечності*, які виникають на кожному етапі розвитку людини. Вони зумовлюються виникненням у індивіда нових потреб, змінами взаємин з оточуючими людьми, появою нового статусу в суспільстві.

*Зовнішні* суперечності розгортаються між індивідом та вимогами соціуму, наприклад, очікування батьків конфліктують з бажаннями дитини. Однак, зовнішні суперечності стають рушіями психічного розвитку індивіда тоді, коли трансформуються у *внутрішні*, стають зоною зіткнення протилежних тенденцій психіки самої людини. Внутрішні суперечнос-

## ЗАГАЛЬНІ ПИТАННЯ ВІКОВОЇ ПСИХОЛОГІЇ

ті спричинюють активність індивіда, спрямовану на розв'язання цих суперечностей шляхом прогресивних змін психіки та діяльності. Подолання одних суперечностей викликає формування нових.

*По мірі дорослішання індивід не-наче переростає свій образ життя, що зумовлює пошуки нових способів самореалізації і стимулює особистісне зростання.*

*Л.М. Фрідман*

Однією із найбільш типових внутрішніх суперечностей, що в нових формах виникає на кожному етапі психічного розвитку індивіда, є розбіжність між новими потребами (пізнавальними, комунікативними тощо) і старими, вже неефективними способами їх задоволення. Розв'язання цієї суперечності конструктивним чином забезпечує прогресивні зміни психіки через зміну соціального становища, зростання компетентності і вдосконалення діяльності,

суттєво сприяє самовираженню і самоствердженню особистості.

Кожний віковий період характеризується своєю, специфічною для нього *соціальною ситуацією розвитку*, яка є висхідним моментом для всіх динамічних змін, які відбуваються в розвитку протягом даного періоду.

**! Соціальна ситуація розвитку** – особливе поєднання внутрішніх процесів і зовнішніх умов психічного розвитку індивіда, типове для представників певного вікового періоду

*Соціальна ситуація визначає ті форми і той шлях, йдучи по якому дитина набуває нових якостей особистості, беручи їх з середовища, де соціальне стає індивідуальним.*

*Л.С. Виготський*

Впродовж певного періоду складається особливе становище індивіда в системі суспільних відносин, розгортається певний зміст взаємин з оточуючими людьми, формується визначена система прав та обов'язків, які повинна виконувати дитина. Соціальна ситуація розвитку індивіда зумовлюється, з однієї сторони, тими традиціями, потребами, що актуальні в суспільстві, а з іншої – індивідуальними психологічними особливостями, що характерні для даної людини. Соціальна ситуація розвитку

дитини визначає успішність її соціалізації та індивідуалізації на даному віковому періоді.

## РОЗДІЛ 1

Таким чином, соціальна ситуація індивіда виражається через:

- соціальний статус – специфічне становище людини у соціумі, що визначає її права та обов'язки; по мірі дорослішання людини її статус ускладнюється,
- систему взаємин індивіда з іншими людьми, зокрема, спілкування з дорослими – батьками, вихователями, педагогами, також з ровесниками – своєї та протилежної статі,

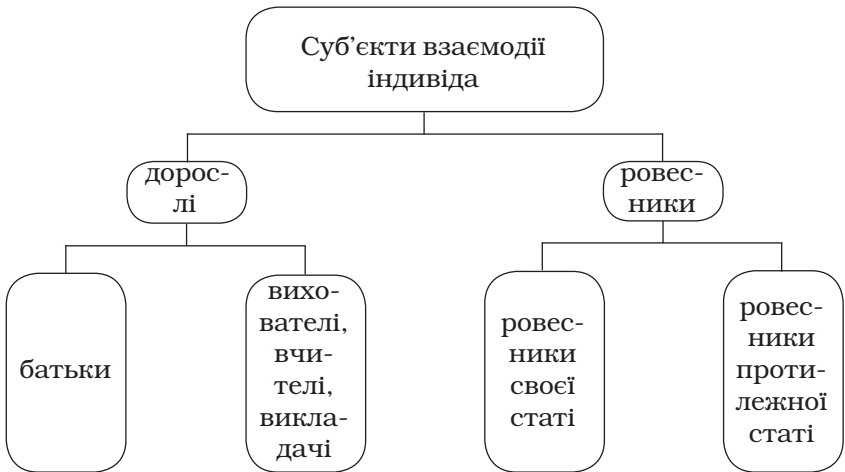


Рис. 1.22. Напрямки соціальних взаємин індивіда

- адаптацію індивіда до нових соціальних умов – відвідування дитячого садка, навчання в школі та ВНЗ. У випадку порушення процесів соціального пристосування говорять про наявність дезадаптації.

В кожному періоді розвитку людини котрась одна із багатьох діяльностей є *провідною* – найголовнішою діяльністю, яка визначає і забезпечує психічний розвиток в певному періоді. Провідна – це діяльність, виконання якої визначає виникнення і формування основних психічних новоутворень людини на даному етапі розвитку її особистості.

## ЗАГАЛЬНІ ПИТАННЯ ВІКОВОЇ ПСИХОЛОГІЇ

! **Провідна діяльність** – це діяльність, яка, виникаючи в рамках нової соціальної ситуації розвитку індивіда, забезпечує розв'язання психічних суперечностей і формування психічних новоутворень

Провідна діяльність є показником адекватності психологічного віку індивіда і характеризується тим, що в ній виникають і диференціюються інші види діяльності, перебудовуються основні психічні процеси і відбуваються зміни психологічних особливостей особистості на даній стадії розвитку. Значення провідної діяльності для психічного розвитку залежить перш за все від її змісту, від того, що відкриває для себе і засвоює людина в процесі її виконання. Виділяють такі види провідної діяльності (за Л.М. Фрідманом):

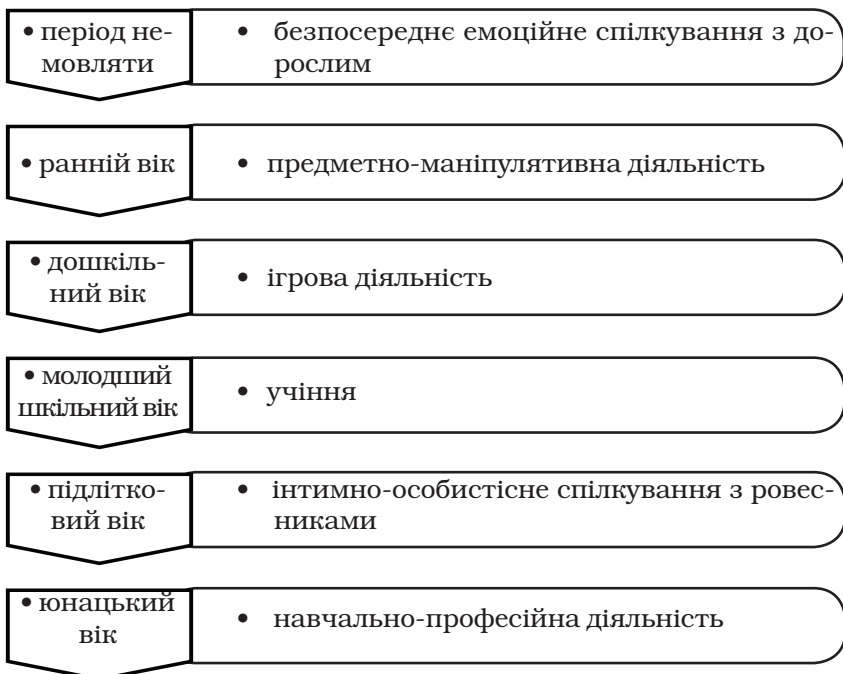


Рис. 1.23. Динаміка провідної діяльності в онтогенезі

## РОЗДІЛ 1

Зміна провідної діяльності, за словами Д.Б. Ельконіна, відбувається за принципом чергування: якщо в попередньому віковому періоді провідна діяльність забезпечувала розвиток потребно-мотиваційної сфери індивіда, то в наступному періоді вона спрямовується на вдосконалення операційно-технічних можливостей.

Поняття провідної діяльності вказує на її головну роль для психічного розвитку індивіда в певному віковому періоді, однак не заперечує існування інших видів діяльності. Важливо також, що поява нової провідної діяльності не заперечує значення попередньої. Проте, лише в рамках провідної діяльності відбувається тренування і розвиток всіх психічних функцій індивіда.

Внаслідок функціонування провідної діяльності формуються *новоутворення психіки*, які є головними показниками адекватності психічного розвитку щодо визначеного вікового періоду.

▼ **Психічні новоутворення** – прогресивні надбання психіки, що є узагальненим результатом психічного розвитку індивіда у певному віковому періоді

*Саме новоутворення психіки складають суть кожного вікового періоду, з їх появою завершується один період і відкривається наступний.*

*А.В. Аверін*

Новоутворення не з'являються автоматично, а формуються під дією трьох факторів психічного розвитку за сприятливих умов існування і становлення особистості. Психічні новоутворення є специфічними для кожного вікового періоду і характеризують перебудову особистості.

Здебільшого новоутворення формуються в кінці вікового періоду, демонструючи успішність формування психіки в ньому, однак іноді з'являються на початку (внутрішня позиція школяра, що формується у першокласника), або в середині періоду (почуття дорослості виразно виявляється вже у 13-річних підлітків).

Залежно від тієї сфери психіки, де сформувались психічні новоутворення, вони

*Почуття дорослості є особистісним новоутворенням підлітка, а здатність до абстрактного мислення – його пізнавальним новоутворенням*



## ЗАГАЛЬНІ ПИТАННЯ ВІКОВОЇ ПСИХОЛОГІЇ

мають такі різновиди, як *особистісні*, що відображають зміни емоцій, почуттів, волі, характеру, самосвідомості, мотивації, та *пізнавальні* (пізнавальні процеси, увага, інтелектуальні здібності).

Якщо новоутворення охоплює всю сферу психіки, особистісну чи пізнавальну, воно називається загальним, на кшталт довільності пізнавальних процесів молодших школярів, а якщо стосується лише окремої психічної функції – парціальним (наприклад, адекватна самооцінка як компонент самосвідомості дошкільнят).

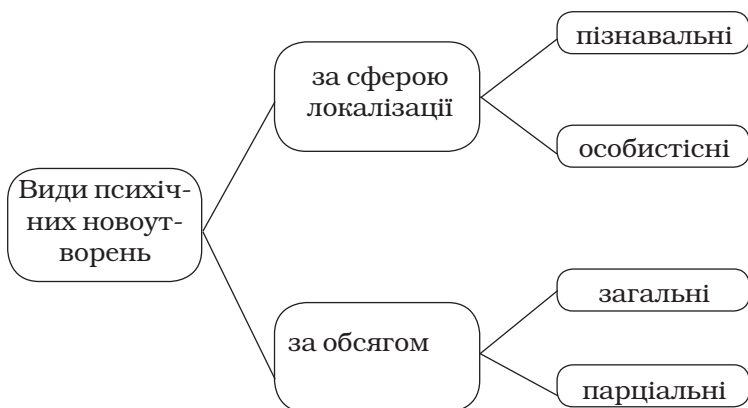


Рис. 1.24. Види психічних новоутворень

Такий механізм зміни вікових періодів підтверджує «спіралеподібний» характер розвитку психіки людини

Динаміка психічного розвитку індивіда втілюється в певний механізм, який виявляється в послідовному проходженні типових етапів щодо кожного вікового періоду. Так, на початку вікового періоду накопичуються та загострюються психічні суперечності, які формують потребу дитини в змінах умов свого дорослішання. Кризові тенденції у самосвідомості та поведінці індивіда спричиняють перебудову його взаємин з навколишніми людьми, тобто відбувається зміна соціальної ситуації розвитку. Нова соціальна ситуація розвитку індивіда забезпечує появу нової провідної діяльності, яка, в свою чергу, формує психічні новоутворення. Нові надбання психіки дають

## РОЗДІЛ 1

поштовх для виникнення суперечностей, які загострюються при збереженні старих умов соціалізації і формують передумови для зміни соціальної ситуації розвитку – настає новий виток психічного розвитку.



Рис. 1.25. Динаміка зміни вікових періодів

### Поняття про кризи та сенситивні періоди психічного розвитку людини

Суттю кризи є перебудова внутрішнього переживання, що визначає ставлення дитини до середовища, зміна потреб і спонук, керуючих її поведінкою.

Л.С. Виготський

Становлення та функціонування особистості супроводжується як відносно стабільними періодами психічного розвитку, так і кризовими. Саме кризи, що зазвичай розгортаються в перехідні періоди психічного розвитку індивіда, свідчать про завершення одного циклу становлення особистості і початок наступного. Джерелом переживання кризи є суперечність, що розгортається між психічними й фізич-

## ЗАГАЛЬНІ ПИТАННЯ ВІКОВОЇ ПСИХОЛОГІЇ

ними можливостями індивіда та системою його взаємин з навколишніми людьми.

! **Криза психічного розвитку** – явище загострення психічних суперечностей, що супроводжується різкою і кардинальною перебудовою самосвідомості індивіда та його взаємин з навколишніми людьми

Нормативні кризи ще називають кризами розвитку

Людина може переживати як *нормативні, вікові кризи*, так і *ненормативні*. Вікові кризи мають типовий характер, тому що характеризуються однаковими віковими рамками перебігу, чинниками та симптомами.

Науковці виокремлюють наступні вікові кризи психічного розвитку:



Рис. 1.26. Перелік вікових криз психічного розвитку

Ненормативна криза психічного розвитку виявляється як явище загострення суперечностей психіки людини, спричинене складними, несприятливими життєвими обставинами. Ненормативні кризи мають непланований і автономний щодо вікових криз характер.

## РОЗДІЛ 1

Зміст та причини вікових криз ґрунтовно розроблені щодо етапів становлення особистості, тоді як переживання криз розвитку впродовж дорослості лише вивчається. Більшість психологів вказує на типовий характер так званої кризи середини життя, яка розгортається приблизно в 40 років і пов'язується з аналізом та оцінкою особистістю життєвих досягнень.

Переживання кризи дітьми та дорослими супроводжується різною симптоматикою:

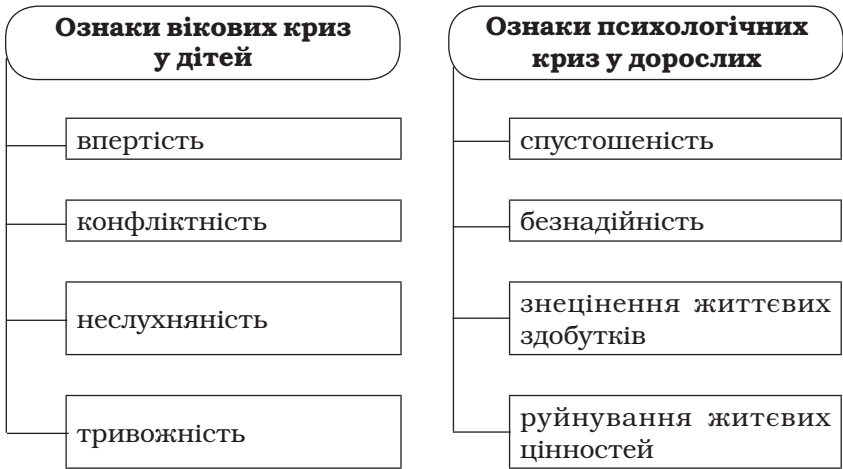


Рис. 1.27. Симптоми криз психічного розвитку

*Криз може і не бути, якщо психічний розвиток дитини складається не стихійно, а є розумно керованим процесом – процесом виховання.*

*О.М. Леонтьєв*

Дискусійним в науці залишається питання обов'язковості гострого перебігу кризи розвитку та її неминучості взагалі. Окремі психологи зазначають, що неминучими є не кризи, а прогресивні якісні «стрибки» розвитку психіки індивіда. Наприклад, якщо дорослі своєчасно змінюють ставлення до дитини, передбачаючи зміни її психіки, то перебіг кризи пом'якшується. Слід пам'ятати й про те, що рамки та особливості переживання вікових криз є умовними, тому що індивідуальність кожної дитини накладає відбиток на час і зміст кризових переживань.

*Китайський ієрогліф, який позначає поняття «криза», перекладається двоюко – «небезпека» і «можливість»*

Будь-яка криза має дві сторони – руйнування старих психічних якостей, що втратили своє розвивальне значення, і формування нових особистісних функцій. Саме перша сторона кризи супроводжується негативними поведінковими реакціями індивіда – тривожністю, конфліктністю, пригніченістю тощо. В цілому ж кризи мають позитивне призначення – розв'язуючи суперечності психіки, людина розвивається. Конструктивно розв'язана криза забезпечує якісні прогресивні зміни психічного розвитку, тоді як занедбана – пригнічує особистість.

Для організації ефективного соціального впливу на формування особистості необхідно знати та враховувати *сенситивні періоди* її розвитку. В певні періоди життя дитина є особливо чутливою до визначеного педагогічного впливу, тобто сенситивною до нього.

**! Сенситивний період** – чутливий, оптимально сприятливий до розвитку певних психічних функцій відрізок становлення особистості

*Якщо втрачено сенситивний період, то в подальшому відповідні йому психічні якості дитини розвиваються важко та не досягають досконалості.  
Я.Л. Коломинський*

Сенситивність варто тлумачити як найбільш сприятливі і своєчасні умови для розвитку певної психічної функції, якості. Важливо враховувати, що більшість сприятливих умов для розвитку певних психічних функцій має тимчасовий, скороминущий характер. Приміром, ранній період є сенситивним для розвитку мовлення, так як:

- по-перше, в цьому віці діти дуже чутливі до розвивального впливу дорослих, їх мовленнєві навички інтенсивно поповнюються і вдосконалюються,
- по-друге, якщо дитина в цьому віці не отримує адекватної стимуляції зі сторони дорослих, то втрати у розвитку мовлення можуть бути незворотними.

*Йдеться про поняття зони найближчого розвитку*

Сенситивність залежить від ряду факторів, найбільше від закономірностей дозрівання мозку людини та попередніх надбань її психічного розвитку. Відтак, межі переживання сенситивного періоду є індивідуальними для кожної людини. Важливо також пам'ятати, що врахування сенситивного періоду передбачає опору не лише на сформовані психічні процеси, а здебільшого ті, що знаходяться в процесі дозрівання. Ефективний процес навчання активізує задатки дитини, стимулюючи їх розвиток до рівня знань, вмінь, здібностей.

Для сучасної науки є відкритим питання визначення сенситивних періодів для всіх психічних функцій, що формуються в онтогенезі людини.

**КОНТРОЛЬНО-ДОСЛІДНИЦЬКИЙ  
БЛОК**

Питання для обговорення на семінарах

1. Предмет, завдання та проблематика вікової психології.
2. Специфіка зв'язків вікової психології з іншими науками.
3. Виникнення та становлення вікової психології як науки.
4. Сучасна структура вікової психології.
5. Зміст та специфіка дослідження вікових особливостей психіки людини.
6. Етичні та наукові вимоги щодо організації та проведення досліджень вікових психологічних особливостей.
7. Специфіка використання методів спостереження та експерименту для досліджень вікової психології.
8. Завдання методів опитування щодо дослідження психічного розвитку людини.
9. Поняття психічного розвитку людини та його показники.
10. Зміст взаємозв'язку психічного з іншими напрямками розвитку людини.
11. Диференціація неперервності та дискретності як ознак психічного розвитку людини.
12. Вияви нерівномірності та незворотності психічного розвитку.
13. Сутність спіралеподібного характеру психічного розвитку людини.
14. Поняття факторів та умов психічного розвитку, їх диференціація.
15. Роль біологічного фактора у психічному розвитку людини.
16. Функції соціального середовища в психічному розвитку.
17. Значення активності як фактору психічного розвитку людини.
18. Роль навчання та виховання у психічному розвитку дитини.
19. Біогенетичні підходи до вивчення психіки дитини.
20. Тлумачення психоаналітичними теоріями змісту та механізмів психічного розвитку.

## РОЗДІЛ 1

---

21. Теорії соціального наочіння про розвиток психіки дитини.
22. Когнітивний підхід до трактування психічного розвитку.
23. Психічний розвиток в контексті персонотенетичного підходу А.Маслоу і К.Роджерса.
24. Аналіз базових вітчизняних концепцій психічного розвитку Л.І. Божович, Л.С. Виготського, Д.Б. Ельконіна, Г.С. Костюка.
25. Поняття психологічного віку, його співвідношення з хронологічним віком людини.
26. Сучасна вітчизняна вікова періодизація психічного розвитку, проблема її здійснення.
27. Критерії здійснення вікової періодизації психічного розвитку людини.
28. Зміст соціальної ситуації розвитку як критерію вікової періодизації психічного розвитку.
29. Зміст поняття «провідна діяльність» та її функції для психічного розвитку.
30. Поняття психічного новоутворення та характеристика його різновидів.
31. Криза як феномен психічного розвитку людини.
32. Сенситивні періоди психічного розвитку та їх значення для формування особистості.

### Завдання для самоперевірки

*Знайдіть єдину правильну відповідь  
на тестові запитання*

1. Предметом вивчення вікової психології є:
  - а) психіка людини,
  - б) розвиток та функціонування психіки людини в різні вікові періоди,
  - в) психічне життя дітей,
  - г) загальні закономірності психічної діяльності людини.
2. Геронтопсихологія вивчає психічні прояви людини якого віку:



## ЗАГАЛЬНІ ПИТАННЯ ВІКОВОЇ ПСИХОЛОГІЇ

---

- а) похилого,
- б) підліткового,
- в) юнацького,
- г) дитячого.

3. Дитяча психологія спеціалізується на вивченні психіки представників наступних періодів:

- а) немовлят, дошкільнят, молодших школярів і підлітків,
- б) немовлят, дошкільнят і старших школярів,
- в) немовлят, переддошкільнят, дошкільнят і молодших школярів,
- г) дошкільнят, молодших школярів, підлітків і юнаків.

4. Який метод психології полягає у виявленні впливу життєвих подій на розвиток психіки людини:

- а) соціометричний,
- б) експеримент,
- в) тестування,
- г) біографічний.

5. Який показник психічного розвитку дитини ілюструє той факт, що вона здатна краще стримувати свої емоції:

- а) розширення сфери пізнання,
- б) підвищення здатності до саморегуляції,
- в) зміни в структурі самосвідомості,
- г) збагачення комунікативних засобів.

6. Знайдіть правильний перелік факторів психічного розвитку людини:

- а) біологічна основа, соціальне середовище та активність самого індивіда,
- б) спадковість, соціальне середовище, самовиховання,
- в) біологічна основа, навчання, генотип,
- г) задатки, стан здоров'я, діяльність людини.

7. Члени родини, родичі, вчителі, побутові умови проживання – це аспекти якого фактору психічного розвитку людини:

- а) біологічної основи,

## РОЗДІЛ 1

---

- б) навчання,
- в) соціального середовища,
- г) діяльності особистості.

8. Процесом та результатом засвоєння суспільного досвіду індивідом у віковій психології називають:

- а) акселерацію,
- б) інтеріоризацію,
- в) соціалізацію,
- г) інтеграцію.

9. Доберіть правильне визначення до поняття «вікові особливості психічного розвитку»:

- а) типові ознаки розвитку психіки представників певного віку,
- б) загальне загострення суперечностей психічного розвитку,
- в) індивідуальні особливості розвитку психіки конкретного індивіда,
- г) прогресивні зміни психіки, що є результатом акселерації.

10. Пошуки власних неповторних своєрідних психологічних особливостей індивідом – це ознака якого механізму формування особистості:

- а) наслідування,
- б) індивідуалізації,
- в) інтеграції,
- г) адаптації.

11. Який психолог вважав інтелектуальний розвиток основою становлення особистості:

- а) Ж.Піаже,
- б) З.Фрейд,
- в) Дж.Уотсон,
- г) Е.Еріксон.

12. Хто із психологів стверджував, що основний зміст особистості закладається ще в ранньому дитинстві за рахунок адаптації інстинктів до вимог соціуму:

- а) Ж.Піаже,

## ЗАГАЛЬНІ ПИТАННЯ ВІКОВОЇ ПСИХОЛОГІЇ

---

- б) З.Фройд,
- в) Дж. Уотсон,
- г) Е.Еріксон.

13. Який механізм психічного розвитку є ключовим в гуманістичному напрямку психології:

- а) становлення сексуальності людини,
- б) розвиток інтелекту внаслідок адаптації індивіда до соціуму,
- в) спонтанне виявлення та розвиток власного особистісного потенціалу,
- г) реконструкція індивідом впливу навколишнього середовища та налагодження взаємодії з ним.

14. Яка психологічна теорія ігнорує роль біологічного фактору для психічного розвитку особистості:

- а) психоаналіз,
- б) теорія соціального научіння,
- в) когнітивна теорія,
- г) етологічна теорія.

15. Який фактор психічного розвитку індивіда покладений в основу етологічної теорії А.Геззела:

- а) біологічний,
- б) соціальний,
- в) персоногенетичний,
- г) діяльнісний.

16. Хто із вітчизняних психологів є автором культурно-історичної теорії?

- а) Л.І. Божович,
- б) Л.С. Виготський,
- в) Д.Б. Ельконін,
- г) Г.С. Костюк.

17. Яке співвідношення навчання та психічного розвитку Г.С. Костюк вважає оптимальним:

- а) опора навчання на прогрес психічного розвитку,
- б) паралельність процесів навчання та психічного розвитку,

## РОЗДІЛ 1

---

- в) випереджаючий характер навчання щодо психічного розвитку,
- г) автономність навчання і психічного розвитку.

18. Яку одиницю поділу онтогенезу людини характеризує дане визначення – зміни окремого компонента психіки:

- а) фаза,
- б) віковий період,
- в) епоха,
- г) стадія.

19. Знайдіть психологічний аналог педагогічної назви вікового періоду – старший шкільний вік:

- а) власне юність,
- б) молодший шкільний вік,
- в) рання юність,
- г) підлітковий вік.

20. Рухійними силами психічного розвитку індивіда є:

- а) внутрішні психічні суперечності,
- б) стимуляція соціуму,
- в) фізичний розвиток,
- г) розгортання спадкових ознак.

21. Становище індивіда в суспільстві, статус та система спілкування з іншими людьми – це визначення якого критерію психічного розвитку людини:

- а) провідна діяльність,
- б) соціальна ситуація розвитку,
- в) суперечності психіки,
- г) психічні новоутворення.

22. Виберіть правильне тлумачення поняття психологічного віку:

- а) кількість років, прожитих людиною,
- б) зміст життєвого досвіду особистості,
- в) рівень психічного розвитку та світосприймання людини,
- г) відповідність поведінки індивіда вимогам соціуму.

## ЗАГАЛЬНІ ПИТАННЯ ВІКОВОЇ ПСИХОЛОГІЇ

---

23. Яку основну характеристику має провідна діяльність:

- а) вид діяльності, який займає найбільше часу в індивіда,
- б) вид діяльності, що заохочується дорослими,
- в) вид діяльності, який розв'язує психічні суперечності та формує новоутворення,
- г) вид діяльності, який найбільше подобається дитині.

24. Сенситивний період характеризується такою основною властивістю:

- а) низькими темпами розвитку психіки,
- б) чутливістю, сприятливістю для розвитку певної психічної якості,
- в) відставанням психічного розвитку,
- г) спроможністю дитини успішно виконувати вказівки дорослих.

25. Загострення психічних суперечностей – це ознака якого явища психічного розвитку:

- а) адаптації індивіда до вимог суспільства,
- б) вікової кризи,
- в) акселерації,
- г) затримки психічного розвитку.

*Спираючись на опрацьований зміст розділу, сформулюйте відповіді на проблемні питання*

1. Проаналізуйте зміни предмету та структури вікової психології в рамках останніх досягнень науки.

2. Диференційуйте поняття «вікова психологія» та «психологія розвитку».

3. Обґрунтуйте важливість знань вікової психології для вчителя.

4. Охарактеризуйте специфіку використання експериментальних методів при дослідженні психіки школярів.

5. Розробіть план використання методів опитування для діагностики мотивів навчання учнів початкової та основної школи.

## РОЗДІЛ 1

---

6. Проаналізуйте співвідношення понять «розвиток людини», «психічний розвиток», «соціалізація», «виховання», «формування особистості».

7. Доведіть, що саме внутрішні суперечності особистості є базовими для її психічного розвитку.

8. Якщо психологи мають справу з явищами затримки психічного розвитку дитини, чи не заперечує це його неперервність?

9. К.Г. Юнг писав про наявність у психіці кожної людини колективного несвідомого. Визначте, який фактор психічного розвитку воно відображає.

10. Проаналізуйте вплив мікро- та макросоціуму на психічний розвиток особистості, їх взаємозв'язок та специфіку.

11. Розкрийте вплив сучасних соціально-економічних умов розвитку суспільства на формування особистості дитини.

12. Продумайте, чи чітко прив'язані стадії становлення особистості до конкретних вікових періодів.

13. З'ясуйте співвідношення фізичної та психічної активності у процесі формування особистості.

14. Спробуйте продовжити періодизацію людської культури Гетчинсона, виходячи з сучасних соціально-економічних умов розвитку людства.

15. Визначте, як співвідносяться в психоаналітичній теорії біологічний та соціальний фактори психічного розвитку людини, активність і пасивність індивіда.

16. Порівняйте зміст поглядів З.Фрейда та Е.Еріксона на психічний розвиток людини.

17. З'ясуйте роль біологічного та соціального факторів психічного розвитку в контексті теорій соціального навчіння.

18. Визначте, яку роль відіграє активність дитини в її психічному розвитку згідно теорій навчіння.

19. Проаналізуйте, чи можна, згідно концепції Ж.Піаже, прискорити процес когнітивного розвитку дитини.

20. Доведіть актуальність поглядів Л.С. Виготського на психічний розвиток дитини для сьогодення.

21. Спираючись на ознаку неперервності психічного розвитку особистості, доведіть умовний характер вікової періодизації щодо конкретного індивіда.

## ЗАГАЛЬНІ ПИТАННЯ ВІКОВОЇ ПСИХОЛОГІЇ

---

22. Проілюструйте взаємозв'язок внутрішніх та зовнішніх суперечностей психічного розвитку.

23. Розкрийте значення вікових криз для психічного розвитку людини, виявляючи їх позитивний та негативний вплив.

24. Визначте, чи обов'язковим є переживання особистістю всіх вікових криз.

25. Проаналізуйте співвідношення сенситивних періодів та соціалізації особистості.

### *Розв'яжіть психологічні задачі*

1. Студентка педагогічного інституту під час проходження педагогічної практики в дитячому садку підійшла до Колі (хлопчику – 5 років) і сказала йому: «Почекай хвилинку, мені треба з тобою провести бесіду». Хлопчик зупинився і здивовано подивився на неї. Студентка почала з ним бесіду...

*Які вимоги до використання методів психологічного дослідження не були враховані студенткою?*

2. Розмова двох мам. Одна з них з тривогою говорить: «Я чула, що в 6 років у дитини з'являється інтерес до навчання. Деякі діти в 5 років вже читають. Я все чекаю, чекаю, а у мого Олега ні інтересу, ні бажання вчитись не з'явилося, хоча йому скоро йти до школи».

*Який фактор психічного розвитку дитини був проігнорований мамою?*

3. Вихователька дитсадка виявила, що двоє дітей з її групи, Сашко і Євген, завжди гуляють і граються разом. Це її здивувало, бо в характерах хлопчиків вона не помітила нічого спільного.

Вихователька вирішила з'ясувати, на чому базується дружба цих дітей.

*Якими методами психологічного дослідження вона повинна скористатись?*

4. Мама Наталки (дівчинці 6 років) говорить: «У моєї доньки є бажання мені допомагати. За яку б справу я не взялась, вона

## РОЗДІЛ 1

---

тут як тут. Але яка від неї допомога? Я відправляю її гуляти, без неї я швидко впораюсь по господарству».

*Який фактор психічного розвитку Наталки ігнорує її мама?*

5. «Я все дивуюсь, яким лінивим росте мій внук», – ділиться враженнями бабуся, – «його батьки обоє працьовиті, старанні, все дбають для дому, для родини».

*Наведіть можливі причини лінощів хлопчика, спираючись на знання факторів психічного розвитку.*

6. Одна 4-річна французька дівчинка заснула летаргічним сном, який тривав подальші 18 років її життя. Весь цей час дівчина перебувала в лікарні, де її доглядали, штучно годували, тому коли вона прокинулася, то виглядала як розвинена доросла жінка.

*Яким був рівень її психічного розвитку? Аргументуйте відповідь.*

7. У США широкого розголосу набув випадок, коли один 20-річний юнак подав позов у суд на своїх батьків. Хлопець звинувачував своїх батьків у тому, що вони обмежили його можливості особистісної самореалізації.

*Сформулюйте припущення на користь та протизвагу звинувачень хлопцем батьків.*

8. В дитинстві роль Білла Клінтона, екс-президента США, вітчим якого був алкоголіком і бив свою дружину, зводилась до примирення конфліктуючих батьків. Діяльність Б.Клінтона на посту президента проходила під знаком примирення.

*Визначте ті фактори психічного розвитку, які ілюструє даний приклад та механізми їх впливу на формування особистості.*

9. У розмові психолога з мамою хлопчика Кості з'ясувався характер його виховання. За свідченням мами, Костя народився міцним і «горластим». Своім криком він дратував всю рідню. І мама, щоб хлопчик більше спав, міцніше сповивала його і



## ЗАГАЛЬНІ ПИТАННЯ ВІКОВОЇ ПСИХОЛОГІЇ

---

затемняла кімнату. Розмов з немовлям не вела, вважаючи, що воно ще нічого не розуміє, та і часу не було – займалась веденням домашнього господарства.

Кричати, на радість рідні, хлопчика відучили. Він став тихим, спокійним, годинами міг сидіти на одному місці, перебираючи іграшки.

З півтора років Костя почав хворіти, став якимось нудним. Не бігав, так як мама його зразу зупиняла. До 3-ох років не говорив, а потім потроху розговорився.

*Які фактори психічного розвитку фігурують у вихованні хлопчика? Спрогнозуйте перспективні наслідки означеного виховного стилю мами на особистісні якості Кості.*

### Практичні дослідницькі завдання

**Тема:** вікова періодизація психічного розвитку людини

**Мета:** визначення психологічного віку та його відповідності хронологічному.

**Форма роботи:** тестування.

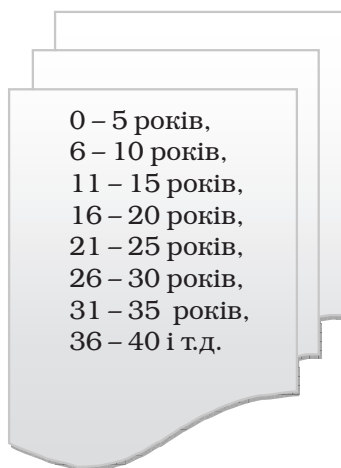
#### *Хід дослідження*

1. Зафіксуйте свій хронологічний вік. Якщо до вашого наступного дня народження залишилось менше, ніж півроку, то додайте ще рік до вашого хронологічного віку.

*Число повинно  
бути кратним  
5-ти, наприклад  
85 чи 100 років*

2. Визначте, скільки років ви хотіли б прожити. При цьому орієнтуйтеся не на стан вашого здоров'я чи середню тривалість життя ваших предків, а лише на власне бажання і розумні межі тривалості життя людини.

Поділіть кількість років, які б ви хотіли прожити на окремі 5-річки і розпишіть їх у стовпчик таким чином:



*При оцінці 5-річок, які ви прожили, орієнтуйтеся на досвід, а майбутніх – на уяву*

3. Кожну з визначених 5-річок оцініть за ступенем насиченості подіями, змінами, емоціями як позитивного, так і негативного змісту за 10-бальною шкалою. При цьому 1 бал буде позначати мінімальну насиченість 5-річки, збіднену змінами вашого життя, а 10 балів – навпаки, найбільш насичений період.

Різні 5-річки можуть мати однаковий бал. Знайдіть загальну суму балів, які ви поставили на всі 5-річки.

4. Знайдіть кількість балів, які ви вже прожили. Для цього додайте бали за перші повні прожиті вами 5-річки і вирахуйте частину балів у неповній 5-річці. Наприклад, вам – 18 років. Це означає, що ви прожили повних перших три 5-річки і треба додати бали, які ви їм присвоїли (типу  $7 + 8 + 9 = 24$ ). А в четвертій 5-річці ви прожили лише 3 роки. Тому відсоток балів, які ви прожили в цій 5-річці, рахується так: бал, присвоєний вами цій 5-річці, ділиться на 5 років (отримуємо кількість балів, що припадає на 1 рік) і множиться на кількість років, прожитих вами у цій 5-річці (якщо вам 16 років, то це 1 рік; якщо 17, тоді 2 роки; якщо 18, то 3 роки; якщо 19, тоді 4 роки).

## ЗАГАЛЬНІ ПИТАННЯ ВІКОВОЇ ПСИХОЛОГІЇ

---

$(10 : 5) \times 3 = 6$  балів, прожитих в теперішній 5-річці, якщо вам зараз 18 років і теперішній 5-річці ви присвоїли 10 балів.

Отже, підрахунок балів, які ви прожили, виглядатиме так:

$7 + 8 + 9 = 24$  – кількість балів за повними прожитими 5-річками + 6 балів з теперішньої 5-річки, в якій ви проживаєте, всього 30 балів.

*Увага! Менше число діліть на більше, округливши частку до сотих. Наприклад, 30 балів ділимо на 120, отримавши 0,25.*

5. Знайдіть коефіцієнт самореалізації шляхом поділу кількості прожитих вами балів на загальну кількість балів за всіма 5-річками.

6. Цей коефіцієнт помножьте на кількість років, які б хотіли прожити. Отримане число і буде вашим психологічним віком.

*Суттєво менший від хронологічного психологічний вік говорить про вияви інфантилізму (дитячості), характерні для вашої психіки. Натомість, більший психологічний вік може свідчити про розчарування в теперішньому житті чи майбутньому, кризові тенденції психіки*

7. Співставте результат з вашим хронологічним віком. Для юнацького періоду розбіжність між психологічним і хронологічним віком в нормі становить  $\pm 2$  роки. Наприклад, якщо ваш хронологічний вік становить 18 років, то нормою психологічного буде діапазон 16

– 20 років. Для представників дорослості ця розбіжність зростає до 3-4 років.

*Отже, зробіть висновки щодо адекватності вашого психологічного віку хронологічному і визначте причини неадекватності, якщо вона вам притаманна.*

## Література до розділу

1. *Божович Л.И.* Личность и ее формирование в детском возрасте. – СПб.: Питер, 2009.
2. Вікова психологія / За ред. Костюка Г.С. – К.: Радянська школа, 1976.
3. Вікова та педагогічна психологія / За ред. Скрипченка О.В. – К.: Просвіта, 2001.
4. *Власова О.І.* Педагогічна психологія. – К.: Либідь, 2005.
5. Возрастная и педагогическая психология / Под ред. Петровского А.В. – М.: Просвещение, 1981.
6. *Гальперин П.Я.* Актуальные проблемы возрастной психологии. – М.: Просвещение, 1989.
7. *Давыдов В.В.* Проблемы развивающего обучения. – М.: Педагогика, 1986.
8. *Крайг Г.* Психология развития. – СПб.: Питер, 2002.
9. *Костюк Г.С.* Навчально-виховний процес і психічний розвиток особистості. – К.: Радянська освіта, 1989.
10. *Люблінська Г.О.* Дитяча психологія. – К.: Вища школа, 1974.
11. *Мухина В.С.* Детская психология. – М., 1985.
12. *Немов Р.С.* Психология: В 3 кн. – Кн. 2: Психология образования. – М.: Владос, 1999.
13. *Обухова Л.Ф.* Детская психология: теория, факты, проблемы. – М., 1995.
14. Психология человека от рождения до смерти. Психологический атлас человека / Под ред. А.А. Реана. – СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2007.
15. Рабочая книга школьного психолога / Под ред. Дубровиной И.В. – М.: Просвещение, 1991.
16. *Рыбалко Е.Ф.* Возрастная и дифференциальная психология. – СПб.: Питер, 2001.
17. *Савчин М.В., Василенко Л.П.* Вікова психологія. – К.: Академвидав, 2006.
18. *Сапогова Е.Е.* Психология развития человека. – М.: Аспект-Пресс, 2001.
19. *Фельдштейн Д.И.* Проблемы возрастной и педагогической психологии. – М.: Просвещение, 1995.

## ЗАГАЛЬНІ ПИТАННЯ ВІКОВОЇ ПСИХОЛОГІЇ

---

20. *Фельдштейн Д.И.* Особенности развития деятельности ребенка в онтогенезе // Вопросы психологии – 1981. – № 6.

21. *Фридман Л.М., Кулагина И.Ю.* Психологический справочник учителя. – М.: Просвещение, 1991.

22. *Шеффер Д.* Дети и подростки: Психология развития. – СПб.: Питер, 2003.

23. *Эльконин Д.Б.* К проблеме периодизации психического развития в детском возрасте. – М.: Просвещение, 1981.

24. *Эриксон Э.* Детство и общество. – СПб.: Питер, 1996.

## РОЗДІЛ II ПСИХОЛОГІЯ ДИТИНСТВА

### ІНФОРМАЦІЙНИЙ БЛОК

#### 2.1. Зародження психіки дитини в пренатальному періоді

##### *Зміст стадій пренатального розвитку дитини*

Онтогенез людини розпочинається далеко до народження дитини і поділяється на два етапи – *пренатальний*, який триває від зачаття до народження, та *постнатальний*, що починається з народження, охоплює дитинство, дорослішання, власне дорослість і закінчується смертю людини.

Пренатальний розвиток дитини в нормі триває 265-280 днів і поділяється на такі фази, як гермінальна, ембріональна і фетальна.

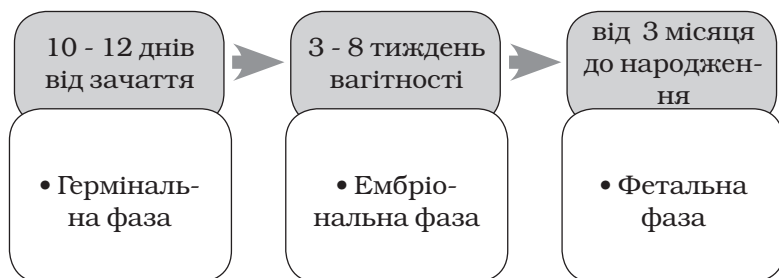


Рис. 2.1. Стадії пренатального розвитку дитини

Зигота – запліднена яйцеклітина

*Гермінальна (зародкова) фаза* – триває близько 10-14 днів. Під час цієї фази відбувається запліднення й утворення зиготи, яка під час просування фаллопієвою трубою до матки мітозом ділиться на дві клітини, далі чотири і т.д., внаслідок чого формується бластоциста. Бластоциста має багатошарову

структуру, внутрішня порожнина якої заповнена рідиною, а клітини вже піддаються процесу диференціації. Через 6-10 днів бластоциста досягає матки і прикріплюється до її поверхні, вступаючи в контакт з системою кровопостачання матері – відбувається імплантація.

*Близько 3 з 4 зигот ніколи не виростають до дитини, оскільки зіштовхуються з непрохідністю фаллопієвої труби, або не можуть прикріпитись до матки чи прижитись в ній*

Якщо в момент першого розподілу зиготи на дві клітини, вони відокремлюються одна від одної і формують самостійні зиготи, то в подальшому народжуються монозиготні близнята – обов'язково однієї

статі, зовні дуже схожі діти, у яких генотип співпадає на 90-95%, тому і їх психологічні особливості будуть доволі схожими. Якщо в організмі жінки одночасно дозрівають дві яйцеклітини і обидві запліднюються, то утворюються дві автономні зиготи, що в подальшому призведе до народження дизиготних близнят, генотип яких співпадає лише на 60-65%, і тому їх психологічні риси не тотожні, а лише частково співпадають.

Зигота, а згодом бластоциста, не є чутливою до слабких несприятливих впливів або ж гине від дії надто сильних, тому особливої патології на цьому етапі розвитку дитини бути не може.

*Тлумачення поняття «філогенез» – у словнику*

Ембріональна фаза триває з третього по восьмий тижні вагітності. Впродовж цього періоду одночасно відбувається формування зовнішніх тканин, що надалі будуть захищати, живити і підтримувати дитину, а також з

внутрішніх тканин бластоцисти розвивається сам зародок. Він в надзвичайно прискореному темпі проходить основні етапи філогенезу. До кінця ембріональної фази формуються всі життєві системи дитини: серце починає битися в кінці першого місяця, працюють базові ділянки мозку, які контролюють перші мускульні скорочення ембріона, між сьомим та восьмим тижнем формуються статеві ознаки

*До закінчення ембріональної фази зародок є не просто сукупністю недиференційованих клітин, а все більш впізнаваною, унікальною людською істотою, що продовжує розвиватись.*

*В.Ангар*

майбутньої дитини, на восьмому тижні печінка та селезінка дитини вже виробляють клітини крові. До кінця цієї фази ембріон навіть зовні вже нагадує крихітну копію дорослого.

Під час цієї фази формуються всі спадкові, суто людські ознаки, тому ембріон є дуже чутливим до несприятливих впливів середовища.

*Плід росте дуже інтенсивно, мама відчуває його рухи, поштовхи. З 6-ти місяців вагітності легко можна почути його серцебиття, притиснувши вухо до живота матері*

*Фетальна фаза розгортається з третього місяця і до народження. Її головне призначення – подальший розвиток та вдосконалення всіх життєвих систем та функцій і, відповідно, підготовка до народження та самостійного життя дитини після нього. Плід починає активно рухатись, працюють працювати його травна та видільна системи, в кінці шостого місяця вагітності дитина вже наділена слухом та зором, виділяються цикли сну та бадьорості. На сьомому місяці дитина досягає віку життєздатності, тобто виявляється здатною вижити поза утробу матері, однак, народившись недоношеною, потребує інтенсивної медичної підтримки, оскільки легені ще не дозріли для самостійного функціонування.*

Майбутня дитина під час цієї фази все ще продовжує бути чутливою до несприятливого впливу середовища, оскільки формуються її природжені ознаки.

### *Вплив особливостей пренатального розвитку дитини на її психіку*

Дискусійними, навіть суперечливими в науці залишаються питання характеру взаємодії майбутньої дитини та її матері. Так, американський психолог С.Гроф вважав зростання дитини в утробі матері безпроблемним раєм, що спирається на їх фізичний та емоційний симбіоз. Підтверджуючи ці ідеї, Дж.Грехем говорить про переживання плодом безпеки, захищеності та глибокої задоволеності.

Попри ці оптимістичні погляди вищезгаданих психологів, у США з'явився протилежний підхід, запропонований



С.Кіссінджером і С.Фанті. Означені вчені вважають пренатальний період розвитку дитини її внутрішньоутробною війною з матір'ю, що супроводжується боротьбою двох організмів через неспівпадання імунних систем. Фанті стверджує, що доказом проблемного співіснування вагітної жінки та плода є те, що періоди інтенсивного росту дитини викликають депресивні симптоми матері.

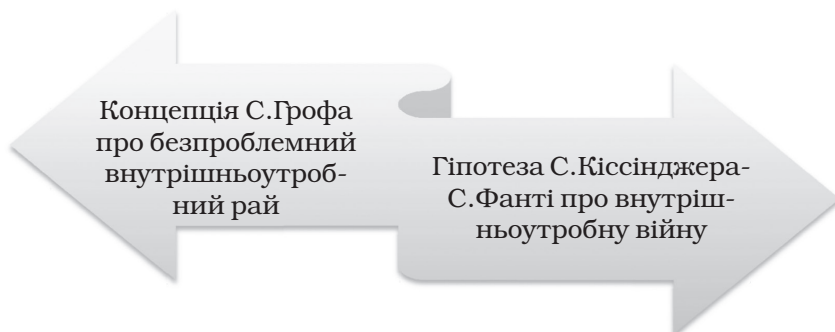


Рис. 2.2. Погляди щодо характеру взаємодії майбутньої матері та дитини

Нормальний розвиток організму дитини та зародження її психіки під час пренатального періоду залежать від ряду чинників, як біологічних, так і соціальних. Існують психологічні фактори, що суттєво впливають на зародження психіки дитини у пренатальному періоді:

- бажання та готовність майбутніх батьків мати дитину. Сприймання факту зачаття як неочікуваного, а перспективи народження дитини як небажаної, пригнічує психіку вагітної жінки, викликає вагання, які можуть завершитись штучним перериванням вагітності. Збереження почуття небажаності майбутньої дитини впродовж її виношування пригнічує захисні сили плоду і стає загрозою майбутньому особистісному здоров'ю і

*Зовні здоровий новонароджений помер через 21 годину після кривавої рвоти. Розтин дитини виявив у неї три виразки травного тракту. Пізніше встановили, що мама переживала сильний стрес під час вагітності: батьки змусили її вийти заміж за батька дитини – алкоголіка, що бив дружину*

## РОЗДІЛ 2

---

самоставленню малюка. Наявність сприятливих економічних і психологічних родинних умов, особистісної зрілості майбутніх батьків створює хороші засади для виховання дитини;

- психологічний мікроклімат родини – конфліктність чи гармонійність взаємин вагітної жінки з родичами. Якщо майбутня мама постійно перебуває в зоні родинних конфліктів, а найгірше, часто свариться з чоловіком, то це невротизує її й на фізіологічному рівні передається дитині, суттєво ускладнюючи внутрішньоутробні умови розвитку малюка;
- психоемоційний стан самої жінки – її стресостійкість та емоційна врівноваженість. Гормональні зміни, що супроводжують вагітність жінки, можуть викликати в неї дратівливість та вразливість, надмірність яких проектується на психіку дитини. Переживання майбутньою мамою сильних і тривалих стресів зазвичай негативно позначається на фізичному та психічному розвитку дитини.

О.І. Захаров, описуючи вплив емоційного стресу матері на плід, вказує, що при негативному переживанні в кров матері виділяються гормони стурбованості, що досягають і плоду. Оскільки у дитини ще не розвинена система нейтралізації цих гормонів, то вони накопичуються в організмі та навколоплідній рідині. Відповідно, плід теж починає переживати стурбованість, стрес. Одночасно дитина переживає ще й дефіцит кисню через звуження кровоносних судин внаслідок дії гормонів стресу, що сприяє накопиченню пренатальних порушень.

- рівень страху вагітної жінки перед пологами. Сам по собі страх пологів є природнім, однак якщо він надмірний, то шкодить жінці, і, відповідно, дитині. Зменшення страху можливе через збільшення інформованості жінки щодо пологів та її оптимальної поведінки під час народження дитини.

Оскільки саме жінка виношує дитину, то майбутня мама найшвидше формує емоційну прив'язаність до малюка. Захаров О.І., аналізуючи поняття материнського інстинкту,

тлумачить його як постійну послідовну турботу матері щодо дитини і любов до неї. Вчений визначає наступні чинники формування материнської прив'язаності до дитини:



Рис. 2.3. Чинники формування материнської прив'язаності за Захаровим

Дитина, що не набула до народження досвіду взаємодії з матір'ю, не виробляє вихідної довіри до світу.

Е.Еріксон

Пренатальний період розвитку дитини ставить перед майбутньою матір'ю завдання – поступово сформувати в своєму суб'єктивному світі місце для власної дитини. Формування материнської прив'язаності та емоційні переживання вагітної жінки, за думкою ряду зарубіжних та вітчизняних психологів (Ф.Дальго, Е.Еріксон, О.Захаров, С.Фанті), виступають засадами адаптаційних процесів

психіки дитини до самостійного життя після народження.

Навіть до свого народження, перебуваючи в утробі матері, дитина може зіштовхнутися з несприятливим впливом зовнішнього середовища, який може спрямувати її розвиток в неправильне русло. Йдеться про *тератогени* – фактори, що спричинюють відхилення пренатального

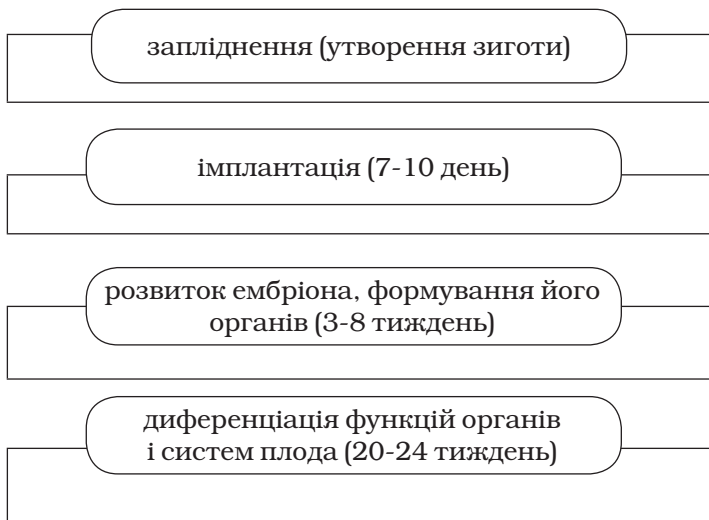
Від грец. «**тера-**пос» – потвора

## РОЗДІЛ 2

---

розвитку дитини. Їх небезпека ускладнюється сферами дії – негативний вплив тератогенів розповсюджується як на організм, так і на психіку дитини.

Виокремлюються певні відрізки пренатального розвитку дитини, які є особливо чутливими до тератогенів – так звані критичні періоди, під час яких відбувається інтенсивний поділ клітин та формування органів. Можна визначити наступні критичні періоди пренатального розвитку:



*Рис. 2.4. Критичні періоди пренатального розвитку дитини*

Тривалість розгортання наслідків дії тератогенів іноді зачіпає й постнатальний період життя. Їх дія прогресує при проблемах зі здоров'ям батьків, а несприятливі умови розвитку дитини після її народження можуть посилювати відхилення, спричинені тератогенами.

Хоча перелік тератогенів весь час поповнюється, однак найбільш типовими вважаються:



Рис 2.5. Перелік основних тератогенів

Зупинимось детальніше на питанні впливу тератогенів на психічний розвиток дитини. Зокрема, *ліки* можуть виступати тератогенами, якщо вагітна жінка вживає їх без припису лікаря, або збільшуючи рекомендоване дозування. Відомі й випадки, коли тератогенна дія певного лікарського препарату зумовлювалась його недостатнім вивченням та обмеженими лабораторними випробуваннями. Серед ряду лікарських препаратів найбільшу небезпеку можуть становити:

- знеболюючі, що викликають зниження темпів внутрішньоутробного розвитку дитини і відставання її психічного розвитку після народження;
- заспокійливі, снодійні, транквілізатори, які спричинюють блокування роботи нервових центрів плоду, а після народження дитини інертність (млявість, малорухливість) її психічної діяльності, в окремих випадках – явище аутизму дитини (патологічної надмірної замкнутості). Особливу небезпеку становлять вищезначені препарати хімічного походження, виготовлені з рослин зазвичай не дають таких негативних наслідків;
- антибіотики можуть спровокувати порушення сенсорного розвитку дитини – вади зору та слуху;
- загроза дії статевих гормонів полягає у ймовірності порушень статевої ідентифікації дитини (на кшталт транссексуалізму), а формування дефектів статевих органів тягне за собою комплекс неповноцінності, емоційно-соматичні розлади.

**Транссексуалізм** – несприймання людиною своєї біологічної статі

## РОЗДІЛ 2

*Алкоголь є тератогеном накопичувальної дії – шкідливе його вживання молодими людьми, як майбутніми батьками, небезпечне їх сп'яніння під час зачаття, особлива загроза від вживання вагітною жінкою спиртного*

До розповсюджених тератогенів відноситься алкоголь, так як, потрапляючи в організм плоду, порушує темпи та динаміку його розвитку, спричинюючи ряд відхилень. Алкоголь також провокує в постнатальному періоді життя

дитини схильність до алкоголізму, нервову розгальмованість, порушення інтелектуального розвитку (в легких випадках – пригнічення інтелектуальних задатків, в складних – вроджену розумову відсталість), порушення моторної координації, схильність до невмотивованої агресії.

*Кожен з майбутніх батьків, що вживає наркотики, може трукнути ними дитину*

Дія *наркотиків* є ще більш небезпечною, ніж алкоголю. Системне вживання вагітною жінкою наркотичних речовин викликає у дитини вроджену наркотичну залежність, низькі показники життєздатності, які, в свою чергу, можуть спричинити відставання психічного розвитку дитини після її народження. Довгостроковими наслідками отруєння наркотиками організму дитини під час пренатального розвитку є соматичні порушення, розумова відсталість, поведінкові та емоційні розлади, нервова розгальмованість, труднощі соціальної адаптації.

*В особливо тяжких випадках народжується дитина з інсультом головного мозку, що загрожує життю маляка і спричинює неповноцінність певних психічних функцій*

*Тютюновий дим* стає тератогеном, якщо майбутня мама має шкідливу звичку – куріння чи вдихає дим від інших курців. При надходженні елементів тютюнового диму в кров вагітної жінки, а згодом плоду, відбувається звуження плаценти, що обмежує процеси обміну між матір'ю та дитиною. Перспективами такого кисневого та харчового голодування плоду є послаблення темпів його розвитку, в подальшому для дитини ймовірні прояви відставання психічного розвитку, порушення уваги та невротичні симптоми.

Несприятливими можуть бути й так звані *фізико-хімічні фактори*, а саме радіація, важкі метали, нітрати, пестициди,

токсичні речовини. Такий широкий діапазон шкідливих факторів навколишньої дійсності викликає відповідно розмаїття негативних наслідків, зокрема фігурують порушення сенсорного розвитку, пригнічення інтелекту, емоційно-поведінкові розлади.

*Зі збільшенням віку матері зростає ризик народження нею дитини з синдромом Дауна. Окремі вчені пояснюють це старінням яйцеклітин жінки*

В окремих випадках особливості організму матері поза її волею можуть спричинити тератогенний ефект на психіку новонародженої дитини. До так званого «материнського фактору» відносять вік майбутніх батьків. Медиками встановлено, що надто рання або надто пізня вагітність збільшує ризик формування різних відхилень розвитку дитини. У першому випадку проблеми здебільшого виникають через недостатню

сформованість жіночого організму, в другому – через розгортання процесів старіння та наслідки перенесених хвороб і шкідливих звичок. Відтак, оптимальною репродуктивною зрілістю дорослих вважається вік від 18 до 35 років.

Також зустрічається явище *резус-конфлікту*. Резус-конфлікт матері та дитини можливий тільки в одному випадку – якщо мати є носієм негативного резус-фактору, а батько – позитивного, і дитина успадкує резус-фактор батька. Тоді організм жінки сприймає плід як «чужинця», і імунна система починає виробляти антитіла на його вигнання. Віддаленими наслідками резус-конфлікту для психіки дитини може бути пригнічення інтелектуальних задатків і психічна інертність.

*Вже на шостому місяці плід реагує на яскраве оранжеве світло, спрямоване на оголений живіт матері*

Зародження психіки майбутньої дитини відбувається доволі рано. Так, до кінця другого місяця пренатального періоду з'являються смакові відчуття, згодом розвиваються нюх, слух, відчуття рівноваги. Зорові відчуття формуються найпізніше. Наприкінці шостого місяця всі органи відчуттів вже функціонують, за їх допомогою плід розрізняє інформацію з

навколишнього середовища, визначає його як сприятливе чи несприятливе.

Про інтенсивний розвиток нервової системи дитини свідчить різноманіття її поведінкових реакцій, що мають тенденцію ускладнення впродовж пренатального розвитку. Так,

п'ятнадцятиденний плід вже спроможний здійснювати хватальні рухи, морщитись, рухати очима і показувати гримаси. Припускають, що такі форми поведінки плоду, як мимічні рухи, брикання, повороти голови та тіла, є вже довільними рухами дитини, що прагне якнайзручніше влаштуватись в утробі матері.

Крім сенсорних та моторних систем починає функціонувати і емоційна сфера дитини. Її джерелом є реакція плоду на емоційні переживання матері. Вже на четвертому місяці пренатального розвитку майбутня дитина виразно реагує рухами на зміну емоційного стану матері. Палець плода нерідко перебуває в його роті, що може бути спричинене тривалим сумом чи тривогою матері. Використання спеціальних відеозйомок дозволило вченим отримати мимічні реакції плоду. Якщо мама займається своїми справами, тривалий час відволікаючись від дитини, то обличчя плоду набуває сумного виразу; у вагітної жінки, яка оптимістично сприймає майбутнє материнство, малюк демонструє спокійну та радісну миміку.

*Мета між вихованням дитини і ставленням до неї незначна, оскільки виховання є проекцією, відображенням ставлення до дитини*

*М.В. Савчин*

Ці дані підтверджують важливість емоційного стану батьків, а особливо матері, на функціонування психіки дитини. Окремі психологи припускають ефективність так званої *пренатальної педагогіки* – використання засобів виховного впливу на майбутню дитину. До цих засобів відносять позитивні, сповнені турботи думки батьків про майбутнє народження і виховання малюка, їх пестливе та ніжне мовлення до плода, прогляджування живота вагітної жінки в моменти поштовхів дитини. Можливість такого пренатального виховання дитини можлива завдяки ранньому розвитку її сенсорних систем. Найбільше малюк реагує на ставлення до нього оточуючих дорослих, зокрема батьків. Особливо гостро дитина сприймає ставлення матері до навколишнього світу та до неї безпосередньо. Сильні позитивні емоції поживляють малюка, а негативні – породжують стресові реакції і організму, і психіки, що зароджується.

Можна стверджувати, що вагомими чинниками формування здорової психіки новонародженого є збалансований емоційний стан матері та усвідомлене любляче ставлення до



дитини. Вагітність змінює світосприймання жінки, роблячи її особливо чутливою до ставлень близьких, вона потребує оновлення стосунків з батьком майбутньої дитини. Тому особливо важливою є роль майбутнього батька, позитивне ставлення якого до вагітності дружини виступає фактором захисту для неї та майбутньої дитини. Як зазначають М.В. Савчин та Л.П. Василенко, активна участь батька у підготовці до пологів зменшує кількість ускладнень під час них, знижує сприйнятливості дитини до стресів. Вже на етапі виношування жінкою дитини можливе перетворення родинної формації з діади «чоловік-дружина» на тріаду «батько-мати-дитина», що є найбільш сприятливим середовищем для малюка.

### *Вплив процесу народження на психіку дитини*

Разом з особливостями пренатального розвитку на психіку новонародженої дитини суттєво впливає і *перинатальне середовище* – умови, в яких відбувається народження дитини. До перинатального середовища відносяться наступні фактори:

- тип пологів,
- методи сприяння народженню дитини,
- лікарські препарати, які отримує жінка під час пологів,
- соціальне оточення, в якому відбувається народження дитини.

Традиційна практика народження дитини в спеціалізованих медичних установах – пологових будинках наразі піддається критиці через надмірну невротичну обстановку для породіллі. Також зловживання знеболювальними, стимуляторами під час пологів може викликати апатію новонародженого та труднощі встановлення його емоційного контакту з батьками. Натомість отримує все більше популярності підхід сприймання пологів як природної сімейної події, а не хвороби жінки, що потребує втручання високих медичних технологій. Його презентують дві практики:

Підготовлені пологи

Домашні пологи

Рис. 2.6. Типи альтернативного ставлення до пологів

## РОЗДІЛ 2

У першому випадку майбутні батьки відвідують спеціальні курси психологічної та фізичної підготовки до пологів, у другому – народження дитини відбувається в домашніх умовах за сприяння висококваліфікованого акушера, що можливо за умов гарного здоров'я жінки та неускладненого перебігу її вагітності.

Дитина може з'явитися на світ шляхом природного народження (проходження дитини пологовим шляхом матері) або внаслідок здійснення хірургічної операції – кесаревого розтину. Вдосконалення медиками процедури виконання кесаревого розтину сприяло розповсюдженню цієї операції, однак її вплив на матір та дитину може бути двояким:

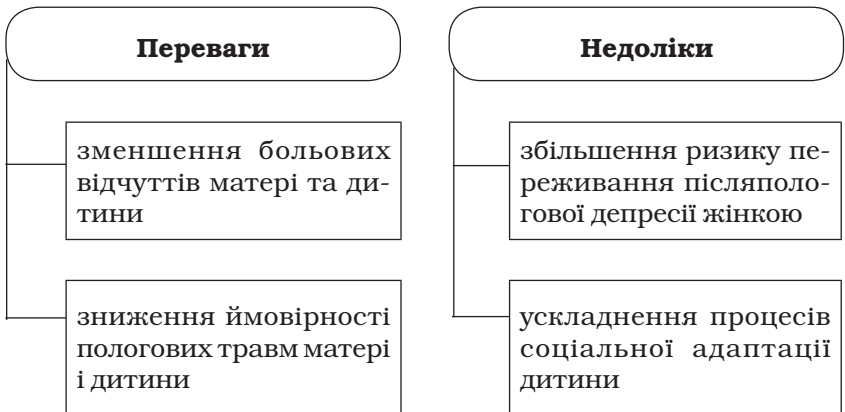


Рис. 2.7. Переваги та недоліки кесаревого розтину

Американський психолог, засновник трансперсонального напрямку в психології С.Гроф здійснив розподіл процесу природного народження дитини на чотири послідовні етапи – базові перинатальні матриці, досвід переживання яких формує психологічні наслідки.



Рис. 2.8. Етапи народження за Грофом

За думкою психолога, «рай» виявляється як симбіоз матері та дитини, і триває все перебування дитини в утробі матері. Адекватна тривалість першої базової перинатальної матриці формує в дитини впевненість, активність. Скорочення «раю» через недоношеність викликає емоційну незахищеність, сором'язливість. Затягування цього етапу через переносування спричинює проблеми вольової регуляції індивіда, а саме нерішучість, схильність до маніпулювання іншими шляхом перекладання на них своїх проблем.

Назва наступного етапу символізує незвичайні переживання дитини, викликані початком переймів, скороченнями матки, виходом навколоплідної рідини. Адекватна тривалість цього випробування формує цілеспрямованість та рішучість. Затягування виявляється в майбутньому через пасивність та почуття безпорадності індивіда перед проблемами. Надто швидке проходження (так звані стрімкі пологи) спричинює надмірний оптимізм, нездатність до критичного сприймання проблем.

В ході етапу «вигнання з раю» відбувається просування дитини пологовим шляхом матері, що при адекватному розгортанні формує психологічну загартованість, цілеспрямованість людини. Ускладнення цього етапу визначає «стиль борця», ознаками якого є життя індивіда в хронічному подоланні проблем, часто надуманих, авантюризм (невиправдана ризикованість).

*Пологи та методи сприяння народженню дитини можна охарактеризувати як «тортури невинних».*

*Ф.Лебольєр*

Останній етап народження, що символізує звільнення, відродження, свободу, на фізичному рівні виглядає як відокремлення дитини від матері, початок самостійного дихання малюка. При нормальному перебігу четвертої перинатальної матриці вона формує адекватне сприймання дійсності індивідом, при ускладненнях – надмірну фантазійність, вразливість, недовірливість. Викладені ідеї С.Профа заслуговують на увагу, однак гіпотетичність даного підходу ще потребує наукової перевірки.

Очевидно, що процес народження для дитини – це складне і суворе випробування. Різка зміна умов існування малюка, больові відчуття під час його пересування пологовим шляхом матері зумовлюють переживання сильного стресу. Насправді, процес народження – це стрес, але для боротьби з ним у дитини достатньо природних сил, власних адаптивних можливостей. Стрес народження сприяє тому, що дитина народжується бадьорою і спроможною до самостійного дихання.

Перед початком пологів організм дитини виробляє антистресові гормони для зменшення больових відчуттів під час народження, які діють ще впродовж 2-3 годин після народження і зумовлюють високу емоційну чутливість новонародженого до встановлення бондінгу з батьками.

**!** **Бондінг** – підтримуючий емоційно-тілесний контакт батьків з новонародженим, спрямований на подолання почуття самотності і незахищеності малюка внаслідок різкої зміни середовища його існування

Для налагодження бондінгу батькам достатньо пригорнути новонародженого, приголубити, щоб він відчув серцебиття матері чи батька. Сприятливим є й перебування малюка разом з матір'ю після пологів. Американські вчені з'ясували, що встановлення батьками бондінгу з новонародженим відчутно позитивно проектується на гармонійність їх подальших взаємин. Втім, якщо все-таки батькам не вдалося встановити бондінг з новонародженим, то це абсолютно не заперечує можливості

сформувані тісний емоційний контакт з малюком згодом, в процесі його подальшого виховання.

Присутність батька під час народження дитини в цілому має позитивний вплив, полегшуючи надалі встановлення батьківських почуттів чоловіка до дитини (за умови, якщо його присутність є добровільним власним рішенням). Як і мати, майбутній батько сприймає пологи дружини як дуже важливу подію свого життя, переживаючи цілу гаму різних емоцій. Зокрема, багато чоловіків засвідчують, що сприймання ними народження дитини супроводжується сильною тривожністю, подекуди страхом, однак маскується під зовнішній спокій, щоб не турбувати дружину. Відтак, пологи дружини викликають у майбутнього чоловіка не менше емоційне потрясіння, ніж у неї. Тим не менше, після появи дитини на світ батько відчуває полегшення, радість і гордість. Така позитивна налаштованість сприяє встановленню міцного емоційного контакту батька з новонародженою дитиною. Чоловік вже готовий розділити з дружиною турботи та радості виховання малюка.

## 2.2. Психічний розвиток новонародженого та немовляти

### *Психологічні особливості фази новонародженості*

Відразу після народження дитини медики, користуючись спеціальною 10-бальною шкалою В.Апгар, визначають рівень життєздатності новонародженого. В залежності від отриманої кількості балів діти поділяються на 2 категорії:

- діти з високим рівнем життєздатності – від 7 балів і вище, їх вага становить 3–3,5 кг, зріст – близько 50 см;
- діти зі зниженим рівнем життєздатності – менше 7 балів за шкалою Апгар, сюди відносяться недоношені діти, близнята, ослаблені новонароджені

*Шкала В.Апгар включає п'ять критеріїв діагностики новонароджених (максимум по 2 бали на кожен критерій):  
колір шкіри (рожевий чи синюшний), характер дихання, серцебиття, мускульний тонус та рефлекторна збудливість (крик)*

## РОЗДІЛ 2


(ті, що в пренатальному періоді піддалися впливу тератогенів).

Перша категорія дітей має сприятливе соматичне підґрунтя для психічного розвитку, а діти зі зниженим рівнем життєздатності складають *групу ризику* щодо виникнення відхилень фізичного та психічного розвитку і тому потребують особливого догляду.

Фаза новонародженості охоплює перші 4-6 тижнів

Життя дитини в постнатальному періоді починається з *кризи новонародженості*, що спричинюється різкою зміною середовища існування дитини з пренатального на постнатальне. Дана криза виявляється у втраті ваги новонародженим, а розв'язується через процеси його адаптації до нових умов автономного життя. Прилаштування дитини до самостійного існування відбувається завдяки систематичній турботі дорослих.

Фізіологічною основою для розгортання психічної діяльності новонародженого є його вроджені безумовні рефлекси:



<b>харчові</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• ссальні рухи</li></ul>
<b>захисні</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• кашель, чхання,</li><li>• моргання, примруження очей</li></ul>
<b>орієнтувальні</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• прислуховування до голосного звуку,</li><li>• повернення очей у бік джерела світла</li></ul>

Рис. 2.9. Базові безумовні рефлекси новонародженого

Впродовж фази новонародженості у дитини виявляються і так звані атавістичні рефлекси (імітація малюком повзання, ходи, плавання, чіпляння за допомогою дорослого). Вважається, що ці рефлекси дістались людині у спадщину від предків-тварин, але, втративши своє функціональне призначення для новонародженого, зникають впродовж першого півріччя життя.

## ПСИХОЛОГІЯ ДИТИНСТВА

Розвиток психіки новонародженого відбувається на основі основних актів життєдіяльності – *спання* (близько 20-ти годин на добу) і *годування*.

Вивчаючи режим життєдіяльності дитини впродовж першого місяця після її народження, американський вчений П.Вольф виокремлює наступні стани новонародженого:

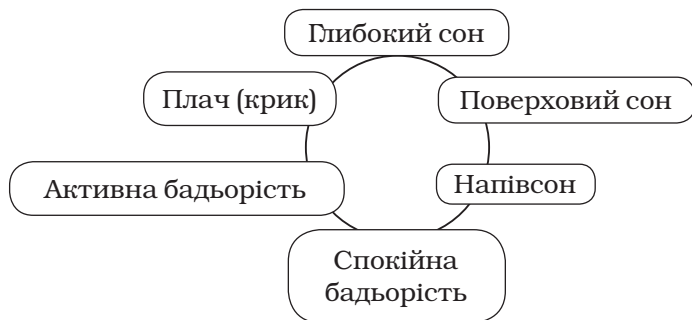


Рис. 2.10. Стани новонародженого за Вольф

Три стани сну, які займають переважну частину доби в житті новонародженого, забезпечують відпочинок нервової системи й психіки, захист їх від перевантаження. Під час спокійної та активної бадьорості дитина є сприйнятливою для стимуляції дорослих, а плачем, криком виражає свої потреби.

*На базі безумовного орієнтувального рефлексу біологічної обережності вже на третьому тижні життя дитини виникає елементарна пізнавальна активність, пов'язана з потребою не в їжі, повітрі, теплі, а в нових враженнях.*

*М.В. Вовчик-Блакитна*

Перші форми пізнавальної активності дитини пов'язані з процесом годування, впродовж якого активізується цілий ряд відчуттів дитини – дотикових, смакових, нюхових, температурних, наслідком чого є стимуляція психічного розвитку. Вагомим досягненням психіки новонародженого є виникнення *зорового і слухового зосередження*. Так, вже на 3-му тижні життя, почувши голосний, різкий звук, дитина завмирає, прислухається. Згодом (4-5 тижднів) з'являється здатність до зорового зосередження – фіксації погляду малюка на яскравому предметі. Спроможність

## РОЗДІЛ 2

---

дитини до зорового і слухового зосередження стає засобом пізнання дійсності.

Спочатку новонароджений здається автономною, самодостатньою істотою, що потребує від батьків лише фізичного догляду. Однак, для психічного розвитку дитини важливо, щоб дорослі спочатку проявляли ініціативу у налагодженні спілкування з нею. Власне, соціальна ситуація розвитку новонародженого характеризується суперечністю між максимальною потребою у дорослому та відсутності способів взаємодії з ним. Це і стає стимулом для розвитку психіки дитини.

За думкою М.В. Савчина, дозрівання і розвиток дитини в період новонародженості залежить від того, наскільки дорослий уміє відповісти на її поведінку, заохотити до взаємодії. Однак встановленню раннього контакту матері та дитини може заважати емоційний стан жінки, зокрема так звана післяпологова депресія.

Близько 40-60 % породіль відчувають стають виявляють дратівливість, плаксивість, відчувають пригніченість і навіть образу на свою новонароджену дитину. Подібні симптоми пов'язані з післяпологовими гормональними змінами в організмі матері та новими для неї турботами та стресами батьківських обов'язків. Зазвичай ці симптоми зникають по завершенню двотижневого терміну після пологів. Однак близько 10 % жінок не тільки не виходять з цього стану, а й впадають у більш складний, назва якого – *післяпологова депресія*. Цей стан може тривати кілька місяців і супроводжуватись сильним пригніченням, роздратуванням або апатією щодо дитини, а відтак ускладнювати взаємодію матері та малюка. Післяпологову депресію не слід сприймати як примху жінки, заради блага себе та дитини вона має отримати кваліфіковану психотерапевтичну допомогу.

На основі постійного контакту батьків з дитиною у неї впродовж першого місяця життя відбувається фіксація, запам'ятовування образів значимих дорослих. Подальше активне спілкування батьків з дитиною забезпечує формування у неї психічного новоутворення, що свідчить про завершення фази новонародженості – *комплексу пошвавлення*. Це новоутворення є проявом першої соціальної потреби дитини – у спілкуванні з дорослим.



! **Комплекс поживлення** – позитивна емоційно-рухова реакція впізнавання та радості дитини при появі значимого дорослого

Стійка позитивна реакція дитини на появу матері відображає сформованість соціальної ситуації розвитку немовляти.

### *Психічний розвиток немовляти*

Соціальна ситуація розвитку дитини першого року життя виявляється у психологічному симбіозі (злитості) зі значимим дорослим. Спочатку немовля впізнає свою матір, згодом зосереджує увагу на інших людях, далі навчається розрізняти близьких і чужих людей. Завдяки взаємодії з дорослим дитина знайомиться з предметами, що входять в її життя (брязкальце, пляшка з молоком тощо). Дорослий стає ініціатором і організатором перших ігор малюка. Протягом першого року життя він визначає будь-яку ситуацію, що виникає в житті немовляти.

*Безпосереднє емоційне спілкування дитини з дорослим перетворюється в її специфічну активність, яка здійснюється заради самого контакту, а не для досягнення якихось інших цілей.*

*М. І. Лісіна*

Провідною діяльністю цього віку є *безпосереднє емоційне спілкування* дитини з дорослим. Особливістю цієї діяльності є її спрямованість на іншу людину з метою встановлення та підтримання контакту. Поступово дитина засобами мімічних, голосових та рухових реакцій стає ініціатором спілкування з дорослим. Для повноцінного психічного розвитку немовляти важливим є *позитивний характер спілкування*, тобто переважання емоцій радості, задоволення. Насиченість спілкування дитини з дорослим позитивними емоціями стає тонутом для її психічного здоров'я, стимулом для пізнання світу. Недостатність емоційно позитивного спілкування немовляти з дорослими викликає у нього прояви *дитячої шпитальності*.

! **Дитяча шпитальність** – відставання фізичного та психічного розвитку дитини, спричинене дефіцитом її позитивного спілкування зі значимими дорослими

*Дослідження 38 дорослих, що в дитинстві хворіли на шпитальність, виявило, що лише семеро з них змогли повноцінно пристосуватись до життя, решта мали різні психічні вади*

Наслідки дитячої шпитальності можуть набути довгострокового характеру, розповсюдившись на всі етапи формування особистості – дитинство, підлітковий період і юність. Дефіцит спілкування з дорослим впродовж першого року життя дитини провокує й проблеми її зрілого пристосування до життя.

Теоретичним підтвердженням значення спілкування в житті немовляти є думка Л.С. Виготського щодо максимальної соціальності дитини, яка в задоволенні найелементарніших потреб залежить від дорослих. Первинною соціальною потребою немовляти американський психолог А.Маслоу вважає потребу в афіліації – прагненні до спілкування, емоційних контактів, взаємодії з іншими людьми. Як зазначає вчений, впродовж немовлячого віку спостерігається наступна динаміка афіліативної потреби:

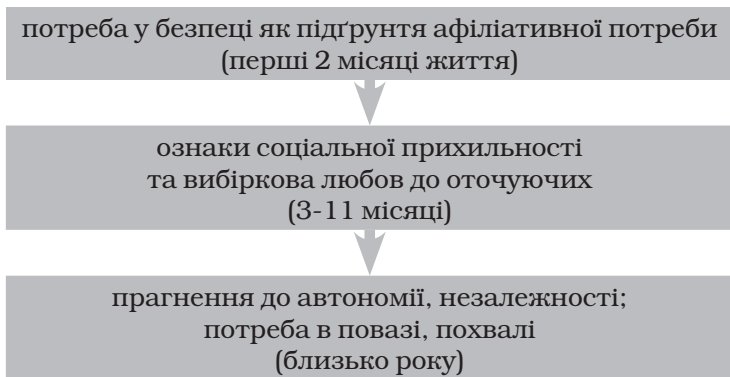


Рис. 2.11. Динаміка афіліативної потреби впродовж немовлячого віку за Маслоу

## ПСИХОЛОГІЯ ДИТИНСТВА

*Соліпсизм першого року життя*

Згідно концепції Ж.Піаже, перший рік життя дитини характеризується як період абсолютного егоцентризму дитини, її максимальної зосередженості на собі.

Вітчизняні ж психологи наголошують на соціальності немовляти через визначення провідних мотивів його психічного розвитку. Так, М.І. Лісіна вважає таким мотив спілкування. Психолог стверджує, що мотив спілкування поєднує в собі три основні потреби:

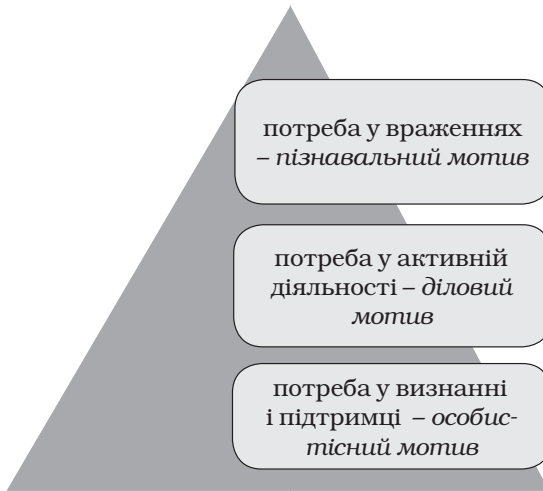


Рис. 2.12. Зміст мотиву спілкування немовлят за Лісіною

В житті дитини всі три мотиви існують у тісному взаємозв'язку, але впродовж її зростання роль цих мотивів варіюється. Так, у першому півріччі немовлячого віку провідним мотивом є особистісний. Починаючи з шести місяців життя дитини, домінуючим стає діловий мотив спілкування.

*Малюка не треба вчити допитливості, його можна скоріше відучити від неї, і саме ця трагедія розгортається в дитячих закладах.*

*А Маслоу*

За думкою іншого психолога – Л.І. Божович, провідною для психічного розвитку немовляти є потреба у враженнях, яка виступає потужним стимулом

## РОЗДІЛ 2

---

для пізнавальних потреб та соціалізації дитини в цілому. Вчений зазначає, що приблизно з 8-ми місяців до 2-ох років допитливість дитини досягає максимуму. Якщо потреби у враженнях та спілкуванні є пригніченими, то це створює серйозну загрозу як для психічного розвитку немовляти, так і для успішності подальшої соціальної адаптації дитини.

Немовля в ході взаємодії з дорослим починає емоційно реагувати на його мовлення, а згодом і розуміти його слова. Паралельно дитина починає проявляти власну ініціативу у спілкуванні з дорослим за допомогою міміки, звукових інтонацій, виразних рухів. Так ініційоване дорослим спілкування з малюком перетворюється у двосторонньо активний процес.

Починаючи з другої половини періоду немовляти, дитина виявляє ознаки розуміння мови дорослого, спрямованої до неї. Після шести місяців малюк вже реагує на відоме слово звичною дією. Спочатку діти засвоюють слова, що позначають спільне з дорослим виконання побутових дій – годування, купання, тощо, виявляючи, наприклад, розуміння звернень мами «підніми ручки», «відкрий ротик», «будемо гратися».

*В кінці першого року життя діти зазвичай добре розуміють 10-20 слів дорослого*

Пізніше, десь на десятому місяці виникає пошук названого предмета, знаходження його на новому місці, що й свідчить про початок віднесення слова саме до цього предмета. Спочатку дитина лише повертає голівку, дивиться на названий дорослим предмет, а з часом, почувши його назву, вже й підповзає до нього, пізніше може взяти предмет і подати дорослому, вибрати його серед інших. Слово дорослого починає регулювати поведінку дітей уже наприкінці першого року їх життя. Взаємодія немовляти з дорослим забезпечує розвиток активного мовлення дитини, який розгортається впродовж двох етапів.

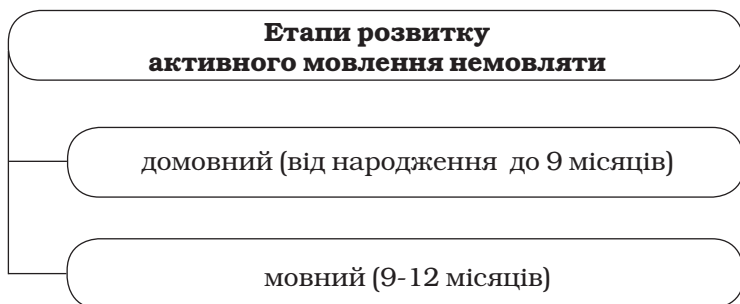


Рис. 2.13. Етапи розвитку активного мовлення дитини першого року життя

На *домовному* етапі немовля, тренуючи свій мовленнєвий апарат, в тримісячному періоді виявляє *гуління* – мимовільну неусвідомлену гру звуками («а-а-а», «е-е-е» тощо), стимулом до якої є голос, поява дорослого. На початку другого півріччя виникає *лепетання*, тобто багаторазове повторювання дитиною складів (ла-ла-ла, ма-ма-ма тощо). Переходячи до мовного етапу (дев'ятий - десятий місяць), немовля починає відповідати дорослому звуками, повторюючи ті, які від нього чує. Такими є, як правило, наголошені склади у словах, що їх чує малюк (візьми-ми, молоко-ко тощо). В кінці першого року життя дитина починає вимовляти перші слова.

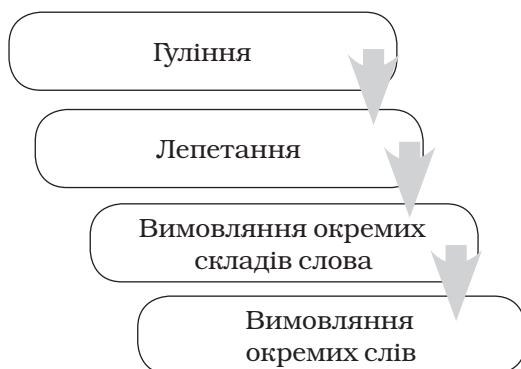


Рис. 2.14. Стадії розвитку активного мовлення немовляти

## РОЗДІЛ 2

Психічний розвиток немовляти тісно пов'язаний з фізичним, так як соматичні досягнення стають основою для формування новоутворень психіки:



Рис. 2.15. Вплив фізичного розвитку на психіку немовляти

Приблизно з восьми місяців допитливість дитини досягає максимуму

Показово, що збагачення рухів немовляти забезпечує появу та розвиток важливої когнітивної якості – допитливості. Зокрема, виникнення у малюка здатності до самостійного переміщення (спочатку повзання, згодом

ходіння) сприяє дослідженню більшого простору – кімнати, квартири. Відповідно, розширення зони дослідження забезпечує розвиток пізнавальних здібностей дитини.

Впродовж першого року життя на основі власної активності у немовляти формуються та ускладнюються різновиди практичних дій:



Рис. 2.2.16. Види практичних дій немовляти за Костюком

Так, орієнтувальні дії з предметом сприяють його дослідженню дитиною, забезпечуючись притягуванням, постукуванням, розриванням; співвідносні дії малюк виконує в декількох предметах, що вкладаються, виймаються, нанизуються (друге півріччя першого року). Наприкінці періоду дитина виконує перші функціональні дії, відтворюючи людські способи дій з предметами (ложкою, гребінцем тощо). Весь перелік дій стає доступним для дитини завдяки прикладу та стимуляції дорослого.

*Немовля не впізнає маму, яка підходить до нього в незнайомому одязі, наприклад, в новому капелюшку*

В цьому віці відбувається інтенсивний сенсорний розвиток дитини, зокрема першочергово формується зорове та слухове зосередження. На другому півріччі життя у немовляти з'являється елементарна диференціація кольорів та форм предметів, окремі розрінені відчуття об'єднуються в цілісні образи сприймання. Після 6-ти місяців немовля може виділяти окремі об'єкти сприймання – знайомих людей, іграшку, пляшечку з їжею. Однак, зміна зовнішніх деталей знайомого об'єкта порушує сприймання та впізнавання дитини. Сприймання немовляти в цілому має ситуативний, злитий і глобальний характер.

До кінця першого року встановлюється домінування зорового аналізатора в пізнавальній діяльності дитини, підґрунтям для чого стає ряд суттєвих змін зорового сприймання:

## РОЗДІЛ 2



Рис. 2.17. Базові аспекти розвитку зору немовляти

*Мовлення дорослих серед інших соціальних стимулів (посмішка, погляджування) найсильніше впливає на дітей, викликаючи у них складну комплексну реакцію.*

*М.І. Лісіна*

Розвиток слуху впродовж немовлячого періоду виявляється в урізноманітненні реакцій дитини на звукові подразники, формуванні орієнтувальних реакцій (поворот голови на звук). Особливо чутливо немовлята реагують на звуки людського мовлення, віддаючи їм явну перевагу серед інших слухових подразників. Вже з 3-го місяця життя у дитини виявляється здатність розрізняти інтонації людського мовлення, хоча розуміння змісту слів дорослого ще

відсутнє.

Відчуття дотику у немовляти дуже тонкі і рано виявляються. Наприклад, зморшка на одязі спричинює гучну негативну голосову реакцію. Вже в кінці першого місяця життя малюкові можна виробити позитивну рефлекторну реакцію на запах. До кінця третього місяця життя діти чітко розрізняють приємні та неприємні для них запахи. Також рано немовлята реагують на різні смакові відчуття, диференціюючи солодке, гірке, кисле чи солоне.



*Впізнавання у немовлят не відокремлюється від сприймання*

На основі первинного сформованого елементарного досвіду вже до кінця періоду в дитини починає працювати пам'ять, що виявляється в реакціях впізнавання знайомої людини, іграшки. Цей пізнавальний процес вже з першого року життя дитини вирізняється високою пластичністю тобто легкістю запам'ятовування діючих подразників. Активно працює моторна пам'ять немовляти, що помітна вже на першому місяці життя дитини. З другого півріччя активізується емоційна пам'ять.

Перші емоції дитини виникають як реакція на процес задоволення її органічних потреб. Здебільшого ці емоції є негативними і виявляються у вигляді крику, а згодом – плачу, спричинюються голодом, холодом чи болем. Діапазон емоцій новонародженого невеликий. До них належать переживання задоволення і незадоволення, страху і гніву.

*Більшість (72%) усіх зафіксованих емоційних проявів дітей на першому році життя зумовлювалася спілкуванням з дорослими, при цьому понад 80 % з них є позитивними*

Емоція радості виникає у дитини на основі емоційного спілкування з дорослим. На третьому місяці життя з'являється сміх, яким немовля реагує на гру дорослого.

Емоції маляти значною мірою визначаються і мимовільним наслідуванням. На посмішку малюк відповідає теж посмішкою, плач інших дітей викликає й у нього плач. Йому передається поганий настрій, нервозність дорослого. Це явище, що має назву «емоційного зараження», відіграє важливу роль у розвитку спроможності дитини до емпатії.

З семи-восьми місяців спостерігається урізноманітнення та збагачення діапазону емоційних переживань дитини, а їх прояви частіше стають засобом спілкування малюка з дорослим та супроводом всієї життєдіяльності.

*Етап самовідчуття*

Впродовж першого року життя відбувається зародження та формування Я-концепції дитини. Новонароджені не можуть виділяти себе з оточуючого світу. Але з часом немовля починає виокремлювати себе і ретельно освоювати своє фі-

зичне тіло. Малюк з великою цікавістю вивчає свої ручки та ніжки, здійснюючи ними певні рухи та обстежуючи їх ротом. В другому півріччі тілесність дитини вивчається нею через рухи переміщення.

Етап  
самосприймання

Близько 8-10 місяців першого року життя дитини є сприятливими для формування в неї образу зовнішнього «Я» через знайомство з власним відображенням в дзеркалі, на фото та подальшим впізнаванням себе. Формування самосвідомості дитини першого року життя відбувається через її активну взаємодію зі значимими дорослими.

Показником адекватного психосоціального розвитку немовляти є зміна його ставлення до інших людей. Впродовж першого року життя спостерігається наступна динаміка цього ставлення:

- починаючи з 2-го місяця, розрізнення знайомих і незнайомих людей, але ставлення до незнайомих ще спокійне,
- стійка прихильність до рідних людей і негативне ставлення до незнайомих виявляється у дитини з 6-ти місяців,
- насторожене ставлення до незнайомих, розрізнення дитиною ставлення до них значимих дорослих з'являється на 7-8 місяці життя.

Згідно з психосоціальною теорією Е.Еріксона, на основі ставлення до немовляти значимих дорослих та характеру контактів з незнайомими людьми впродовж першого року життя формується базове *почуття довіри*. У випадку наявності даного почуття дитина сприйматиме світ як безпечне, стабільне місце, що, за думкою означеного вище психолога, є головною умовою подальшого розвитку здорової особистості. Потреба у безпеці також виявляється через прагнення дитини до постійності, впорядкованості її повсякденного життя.

Фізичні надбання та психічні новоутворення кінця першого року життя дитини зумовлюють переживання нею *кризи 1-го року*. В зв'язку з початком самостійного ходіння дитини психологи часто називають це явище *кризою вертикалізації*.

Причини кризи	Вияви кризи
<ul style="list-style-type: none"> <li>• зростання потреби у пізнанні предметів,</li> <li>• накопичення рухових навичок і прагнення до самостійності</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• впертість,</li> <li>• примхливість,</li> <li>• афективно-істерична реакція на заборону дорослих</li> </ul>

Рис. 2.18. Зміст кризи 1-го року

Криза виявляється особливо гостро при значних обмеженнях пізнавальних дій дитини зі сторони дорослих або у випадку непослідовного чи неузгодженого пред'явлення ними вимог. Наприклад, малюк починає вередувати, коли мама дозволяє взяти привабливий для нього предмет, а тато – ні, або якщо вчора дитині можна було гратись з певним об'єктом, а сьогодні їй це забороняють робити.

Конструктивне подолання цієї кризи потребує перебудови ставлень дорослого до дитини – надання їй доречної самостійності у пізнанні предметів навколишньої дійсності.

## 2.3. Психологічні особливості дітей раннього віку

### *Соціальна ситуація розвитку переддошкільнят*

*Ранній вік триває від 1-го року до 3-ох*

У ранньому віці продовжується інтенсивний фізичний розвиток дитини, але темпи його уповільнюються. Подальше зростання молочних зубів, перші з яких з'явилися ще в немовлячому періоді, може викликати тимчасове пригнічення життєдіяльності малюка, **спричинювати дратівливість**. Оволодіння ходом значно розширює можливості дитини взаємодіяти з навколишнім середовищем. Спостерігається ряд фізіологічних

## РОЗДІЛ 2

ознак, більшість з яких має сприятливий характер для психічного розвитку переддошкільника:



Рис. 2.19. Вплив фізіологічного розвитку на психіку переддошкільника

Як і раніше, дитина ще не спроможна самостійно задовольнити життєві потреби, тому взаємодія з дорослим – необхідна умова забезпечення її зростання та розвитку. Роль дорослого для психічного розвитку переддошкільника має багатоаспектний характер:

<b>Функції дорослого для психічного розвитку дитини раннього віку</b>			
пояснення призначення предметів та надання зразку дій з ними	регламентація вчинків, привчання до правил і норм поведінки	емоційна підтримка, збагачення діапазону і змісту почуттів	фіксація та оцінювання пізнавальних та практичних досягнень

Рис. 2.20. Функції дорослого для психічного розвитку переддошкільника

**Емансипація** – прагнення до відокремлення від дорослого

Надбання фізичного та психічного розвитку, що сформувалися протягом першого року життя малюка, стають підґрунтям для якісних змін у системі його стосунків з дорослими. Ці зміни виявляються у прагненні дитини до емансипації, що невпинно зростає впродовж всього періоду. Так, оволодівши ходінням, дитина починає виконувати освоєні дії вже без участі чи прямої допомоги дорослого. Пізнаючи нове, вона може сама наближатися до привабливого предмету, брати його у руки, оглядати й обстежувати, по-різному ним маніпулювати. Отже, для емансипації дитини раннього віку від дорослого характерні наступні ознаки:



Рис. 2.21. Аспекти емансипації переддошкільника щодо дорослого

Прагнення до емансипації дитини від дорослого не усуває їх взаємодії, а видозмінює її. Стосунки малюка з дорослим переважно набувають форми *ділового співробітництва*, спрямованого на засвоєння дитиною світу людських предметів, опосередкованого мовним спілкуванням.

Від народження до завершення раннього віку у житті дитини з'являється нова система спілкування – з *ровесниками*, для якої характерна послідовна динаміка.



Рис. 2.22. Динаміка спілкування дитини з ровесниками (перший-третій роки життя)

Так, немовлята сприймають один одного як живу іграшку – щось лепечуть, проявляючи жвавий інтерес, можуть смикати за волосся, торкатися пальчиками очей тощо. На початку раннього віку з'являється інтерес до ровесників як до рівних, хоча малюк надає перевагу грі на самоті. Досягнувши півторарічного віку, діти вже виконують паралельно предметні дії і прагнуть більше гратись один з одним. Однак дворічні діти ще не спроможні грати разом в ігри з правилами. Приблизно в трирічному віці виникає рольова гра дітей, яка спочатку має епізодичний нестійкий характер.

### *Динаміка провідної діяльності в ранньому віці*

В ранньому віці дитина відкриває для себе світ предметів та їх призначення як надбань людської матеріальної та духовної культури – за рахунок функціонування провідної діяльності віку – предметно-маніпулятивної.

▼ **Предметно-маніпулятивна діяльність** – система дослідницьких дій, маніпуляцій дитини з предметами, спрямована на вивчення їх функціонального призначення

Її відмінність від простого маніпулювання предметами дитиною немовлячого віку полягає в тому, що, діючи з пред-

метама, дитина вивчає їх функціональне призначення в житті культурної людини. Впродовж всього вікового періоду спостерігається певна динаміка предметно-маніпулятивної діяльності переддошкільника:

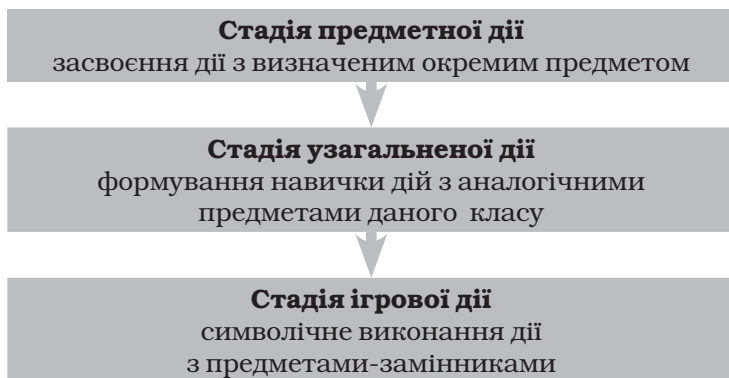


Рис. 2.23. Стадії розвитку предметних дій переддошкільника

### **Стадія предметної дії**

Спочатку зразком для оволодіння дій з предметами виступає для дитини дорослий. Застосовуючи наслідування дій дорослого, малюк п'є з чашечки, намагається їсти ложкою, годує ляльку, заколисує ведмедика тощо. Але на стадії предметної дії дитина може повторити дію спочатку тільки на тому самому предметі. Отже, предмет ще виступає як конкретна річ, а не як представник певного класу предметів (не як чашка взагалі, а як ця конкретна моя чашка).

### **Стадія узагальненої дії**

Першочергово саме слово і зразок дорослого виступає стимулом для дій малюка. Пізніше, на другому році життя дитина починає довільно наслідувати й такі дії, які їй спеціально не показують, але які вона сама бачить у навколишньому житті. Копіюючи батьків, дитина пробує підмітати віником, стукати молотком, висувати шухляду, вмикати телевизор тощо. Діапазон освоєних предметів зростає, і відбувається перенесення способів виконання дій на інші предмети цієї ж групи. Поступово предмети, з якими малюку

## РОЗДІЛ 2

можна діяти однаково, об'єднуються в одну групу, незважаючи на різницю в розмірі, кольорі тощо, тобто відбувається перше узагальнення дій.

### Стадія ігрової дії

З другого року життя відбувається також і перенесення засвоєваних дій із справжніх предметів на іграшки, а також у іншу, символічну ситуацію. Так, дитина підносить до рота іграшкову ложечку чи чашку, або ж імітує годування ляльки. Малюк виконує символічну дію з предметами-замінниками, що стає підґрунтям для виникнення сюжетної гри.

Потужним механізмом наочіння дитини раннього віку є наслідування.

▼ **Наслідування** – спосіб соціалізації дитини, що виявляється як відтворення нею в своїй поведінці дій дорослого

*Коли дитина вміло копіює когось, дорослі зазвичай посміхаються і тим самим емоційно підкріплюють, заохочують її дії. Це розвиває у малюка схильність до засвоєння нового через наслідування*

Повторення, копіювання малюком слів, жестів, дій дорослих має тенденцію ускладнюватись з віком дитини. Однорічна дитина вельми здатна наслідувати почуте та побачене: жести, звуки, різні

рухи. На початку другого року життя виникає здатність дітей до відстроченого наслідування – вони можуть повторити те, що бачили тиждень тому. На другому році життя дитина відтворює дії дорослих з предметами, у неї з'являються предметні ігри-наслідування, що являють собою перші кроки до символізації. Здатність до наслідування лежить в основі рухового та розумового розвитку дитини раннього віку та, базуючись на предметно-маніпулятивній діяльності, забезпечує наступні надбання психіки переддошкільника:



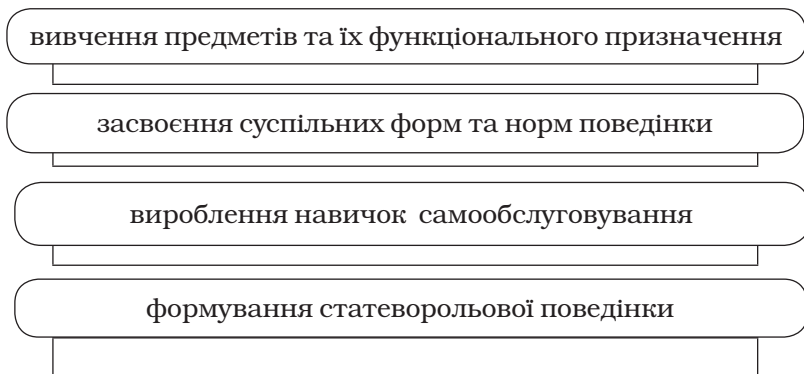


Рис. 2.24. Наслідки наслідування для психічного розвитку переддошкільника

### Особливості розвитку пізнавальної сфери переддошкільника

Ранній період – це стадія сенситивності дитини до розвитку мовлення. На початку періоду, коли відбувається оволодіння ходом і предметними діями, темп розвитку активного мовлення дещо повільніший, хоча інтенсивно розвивається пасивне мовлення. Після двох років вивчення предметів, збагачення вражень викликає у малюка потребу їх висловити, запитати щось у дорослого, тому прискорюється розвиток активного мовлення. Впродовж раннього віку спостерігається його наступна динаміка:

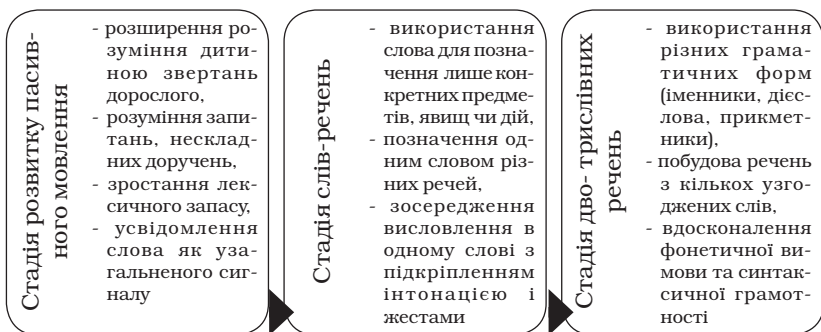


Рис. 2.25. Стадії розвитку мовлення переддошкільника

## РОЗДІЛ 2

Важливим досягненням дитини є оволодіння нею слуханням мовлення, зокрема інструкцій, спрямованих на керівництво її діями та розповідей. На другому-третьому році життя діти охоче сприймають оповідання, казки та вірші, це слухання збагачує переддошкільників пізнавальною інформацією, викликає емпатійні переживання, виробляє первинні моральні цінності.

Впродовж всього віку активно збагачується словник дитини, актуалізується потреба висловлюватися, з'являються перші запитання. Якщо допитливість дитини нормально задовольняється, то збагачення її активного словника відбувається дуже швидко – до кінця другого року життя дитина використовує близько 300 слів, а в кінці третього – вже 1200-1500.

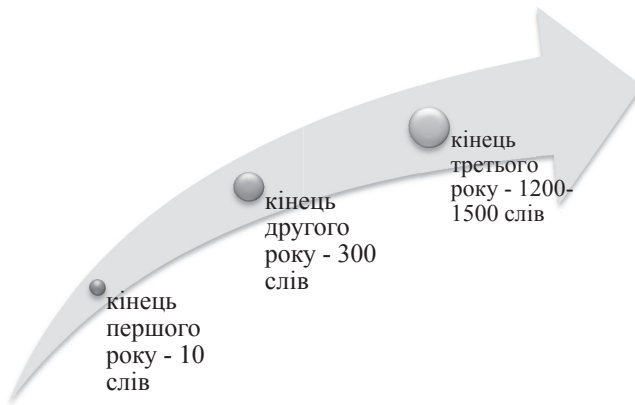


Рис. 2.26. Зростання активного словника дитини впродовж раннього віку

Наприкінці раннього віку удосконалюється морфологічна структура мовлення – з'являються відмінкові закінчення, дієслівні часи, множини тощо.

Основною частиною активного словника дитини кінця раннього віку є іменники (до 60%), що відображають обізнаність у назвах предметів, явищ дійсності, далі фігурують дієслова (25%), прикметники (близько 12%).

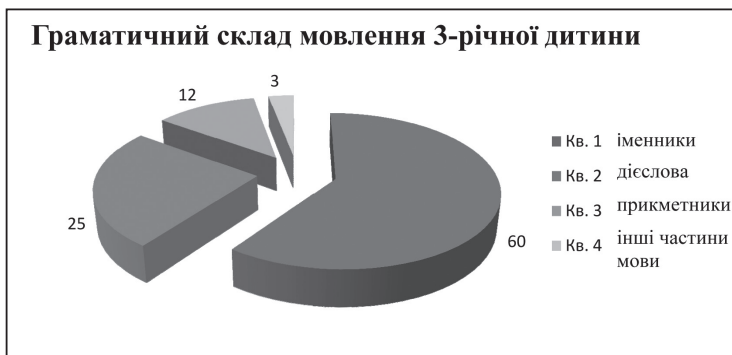


Рис. 2.27. Граматичний склад мовлення дитини кінця раннього віку

Особливістю розвитку мовлення у другій половині другого року життя є поява перших дво- чи трислівних речень. В кінці періоду малюк стає спроможним формулювати речення різного типу – розповідні, запитальні, окличні тощо. Мовлення дитини поступово стає засобом впливу на власну поведінку, організатором її власних дій, зокрема у формі так званого *егоцентричного* мовлення, тобто розмови дитини із собою.

**Білінгвізм** – одночасне оволодіння дитиною двома мовами

Кінець раннього віку також сприятливий для *білінгвізму*. Вивчення впливу паралельного засвоєння дитиною двох мов на психіку переддошкільників показало, що діти спочатку можуть дещо відставати у розумовому розвитку від ровесників через подвійне навантаження на психіку в зв'язку з оволодінням двома мовами одночасно. Згодом, коли базові лексичні системи засвоюються дитиною, вона демонструє кращі розумові можливості, ніж ровесники. Однак це стосується лише вивчення дітьми цього віку двох, а не більшої кількості мов.

Хоча ранній вік є сенситивним до мовних впливів, однак розвиток мовлення малюка відбувається лише за умов його активної стимуляції дорослими. Дослідження засвідчують існування типових помилок дорослих щодо розвитку мовлення дитини раннього віку:

## РОЗДІЛ 2



Рис. 2.28. Помилки дорослих щодо розвитку мовлення переддошкільників

Таким чином, суттєві зміни, які відбуваються впродовж другого і третього року життя дитини у оволодінні мовленням, дають підстави вважати мовлення новоутворенням пізнавальної сфери даного віку.

*Діти раннього віку передусім орієнтуються на форму, а потім на величину і колір предмета*

Впродовж цього віку за рахунок дослідження предметів вдосконалюється зорова та слухова чутливість дитини. На третьому році життя діти вже добре розрізняють основні кольори і деякі їх відтінки. Сприймання предметів набуває більш цілісного характеру, розвиваються орієнтувальні дії, які відокремлюються від практичних і стають власне актами сприймання. На кінець третього року життя дитина вже практично орієнтується в ближньому просторі, розрізняє основні напрями – вперед, назад, догори тощо. У неї формуються перші часові орієнтири, хоча розрізнення послідовності подій ще дуже ускладнене.

Увага в ранньому віці розвивається від мимовільної до перших, але нестійких фрагментів довільної. Обсяг уваги ще дуже вузький, частими є відволікання.

Дуже активно в цьому віці працює пам'ять дитини – розвивається впізнавання, що набуває диференційованого характеру.

## ПСИХОЛОГІЯ ДИТИНСТВА

Збільшується тривалість збереження інформації, формується згадування. Особливо інтенсивно працює *емоційна та образна пам'ять* дитини. Процеси пам'яті мають мимовільний характер.

Починає виявлятися уява дитини, що має спочатку репродуктивний характер. Її розвитку сприяє прослуховування казок, розповідей дорослого і поява інтересу дитини до малювання.

Тлумачення поняття «наочно-дійове мислення» – у словнику

Мислення дитини раннього віку має *наочно-дійовий характер* – маніпулюючи з предметами, дитина мислить. Аналіз, порівняння та синтез мають практичний характер – дитина розламає іграшку, аналізуючи її. В кінці віку з'являється здатність до перших узагальнень – на основі окремих, найбільш помітних ознак, часто несуттєвих. Наприклад словом «ля» дитина називає радіоприймач, телевізор, піаніно і кожного, хто заспіває.

### Формування особистості дитини раннього віку.

#### Криза 3-ох років

Особистісний розвиток дитини цього віку відбувається на основі тієї системи мотивації, яка склалася відповідно до соціальної ситуації розвитку. За свідченням А.О. Реана, систему мотивації дитини визначають провідні особистісні потреби:



Рис. 2.29. Базові особистісні потреби переддошкільника за Реаном

Помітні зміни відбуваються впродовж раннього віку в емоційній сфері дитини. Вони зумовлені розширенням спілкування дитини з людьми, оволодінням мовними засобами та розвитком самостійності дитини.

Тлумачення поняття «емпатія» – у словнику

В емоціях дитини поступово послаблюється елемент мимовільного наслідування, вони все більше відповідають діям та стану дитини. Значно ширшою стає сфера стимулів, що викликають емоції дитини, швидше налагоджується позитивний контакт з іншими дітьми – так званий *ігровий емоційний контакт*. Діти вже можуть виявляти співчуття, жалість до іншого за умови стимуляції дорослого. Під впливом стосунків з дорослим розвиваються соціальні емоції дитини, виявляється емпатія до інших людей. Важливу роль у розвитку емоцій переддошкільника відіграють слова-оцінки дорослих, вони формують майбутню самооцінку дитини. Прослухування казок, віршів та оповідань активізує переживання малям інтелектуальних емоцій. Діти цього віку переживають і негативні емоції – гнів, страх, образу, сором тощо. Від атмосфери, яка панує в родині, залежить емоційне здоров'я самої дитини, зародження її самооцінки. Мають місце і порушення емоційного розвитку переддошкільнят, такі як *емоційна холодність та домінування негативних емоцій*.

Діти трьох років вже спроможні навіть стримувати свої безпосередні емоції під впливом дорослого. Тим часом з'являється більш-менш стійке ставлення до певних людей із близького оточення дитини. Паралельно формується самолюбство, що спочатку виражається в переживанні *гордості за власні досягнення*, позитивно оцінювані дорослими. Потім виникає та закріплюється емоція *сорому*, коли дитина переживає з приводу можливої втрати позитивної думки про себе з боку дорослих, оцінкою яких вона дорожить. Однак надто часте неадекватне стимулювання дорослими сорому у дитини може закласти у неї комплекс неповноцінності.

За думкою Н.М. Аксаріної, найбільш характерними причинами емоційних порушень дітей раннього віку є:

## ПСИХОЛОГІЯ ДИТИНСТВА

---

порушення звичного стереотипу поведінки дитини  
(переїзд, зміна вихователя)

неправильна побудова режиму дня дитини, що викликає  
нервові перевантаження

неправильні виховні прийоми  
(залякування, розбещування малюка)

відсутність необхідних умов для діяльності дитини  
(збіднена активність, дефіцит вражень)

формування односторонньої емоційної прив'язаності  
(зв'язок винятково з матір'ю)

суперечливі ставлення та вимоги дорослих до дитини

Рис. 2.30. Детермінанти емоційних порушень переддошкільників за Аксаріною

*Не слід переоцінювати здатність до контролю поведінки дитиною цього віку, яка ще тільки формується і залежить від послідовності виховного впливу дорослих*

У ранньому віці дитина досягає помітних успіхів у формуванні довільності своїх дій. Виконуючи щоразу більше поступово ускладнюваних дій з предметами, малята вправляються у координації рухів. Повторення дій дорослого розвиває підпорядкованість дій меті. Оволодіваючи активним мовленням, дитина далі і сама визначає мету своїх дій відповідним словом – така дія стає усвідомлюваною. Виконуючи дії, малюк вчиться долати труднощі, поведінка стає все більш контрольованою, менш імпульсивною.

Спілкуючись з дорослим чи граючи з ровесниками, переддошкільник локалізує свої тілесні і психічні стани в самому собі, відділяючи «Я» від «не Я». Внаслідок цього поступово складається її *уявлення про себе*, виникають зачатки самосвідомості, яка виявляється у тому, що в цьому віці дитина вже добре впізнає себе у дзеркалі, на фото. Замість висловлень про себе у третій особі і ніби зі сторони, вона все частіше вживає займенник «Я». Ці зміни свідчать про появу психічного новоутворення віку – *самосприймання*.

Наприкінці третього року малюк нерідко заявляє «*Я сам!*» у тих випадках, коли дорослі роблять за нього те, що він вже може зробити самотужки. Так виявляється дитяче зростання тенденції до самостійності, до значно ширшої участі дитини в діяльності дорослих, яке вступає в суперечність з її реальними можливостями та стереотипним ставленням дорослих. Ця ситуація стає основою для переживання дитиною **кризи 3-ох років**.

*Дослідниця кризи 3-ох років Ельза Келер виділила 7 її типових характеристик:*

- негативізм,
- вередливість,
- гонорливість,
- своєвілля,
- знецінювання,
- протест-бунт,
- деспотизм

У маляти з'являється тенденція до самостійного задоволення своїх потреб, а дорослий зберігає старий тип взаємин і тим самим обмежує активність дитини. Батьки починають відчувати труднощі у взаємовідносинах з дитиною, звичними проявами поведінки якої стають впертість, негативізм – відмова виконувати вказівки дорослого або протилежні дії, примхливість, дратівливість, знецінення малюком старих норм поведінки. Така поведінка дитини має вибіркового характеру – стосується лише дорослих, які «зазіхають» її на свободу.

Важливим є вибір правильної позиції дорослими, так як їх абсолютне наполягання на своєму може викликати невротичний стан дитини, залякати її, зламати паростки волі, а потакання примхам малюка – розбестити його. Криза трьох років – явище важливе, але перехідне, прагнення самостійності, дорослості надалі реалізується у грі дитини.



## 2.4. Психічний розвиток дошкільнят

### Соціальна ситуація розвитку дитини дошкільного віку

Дошкільний вік триває з 3 до 6 років

Звідси альтернативна назва періоду – вік «чомучок»

Соціальна ситуація розвитку дитини в дошкільному віці визначається активізацією спілкування дитини з дорослими та однолітками. Спілкування з дорослими розгортається на основі значної самостійності дошкільника, розширення його пізнання оточуючої дійсності. Завдяки використанню провідного засобу спілкування – мови та постановці запитань діти потужно поповнюють свої уявлення про світ. Дошкільники задають тисячі запитань. Вони хочуть з'ясувати, чому сонце світить, звідки беруться діти, куди зникає ніч, із чого зроблені зорі та багато іншого. Перебуваючи в ролі слухача, учня, малюк вимагає ставлення дорослого до нього як до партнера, товариша. Таке співробітництво дитини з дорослим має назву *пізнавального спілкування*. У дошкільному віці виникає й супутня форма спілкування – *особистісна*, яка характеризується тим, що дитина намагається обговорювати з дорослими поведінку і вчинки інших людей.



Рис. 2.31. Форми спілкування дошкільнят з дорослими

## РОЗДІЛ 2

Взаємини дошкільняти з дорослим набувають пізнавально-наслідувального змісту – малюк у іграх копіює діяльність значимого дорослого та задає йому велику кількість запитань. Однак наслідування дитиною дорослого поступово стає свідомим та вибірковим. Також батьки залишаються організаторами та регуляторами життя дитини, впливають на формування її особистості.

Для багатьох дітей цього віку характерним є набуття нового соціального статусу – *вихованця дитячого садка*. Здебільшого залучення дитини до цього соціального інституту має значний позитивний вплив, однак відвідування дитячого садка може спричинити й деякі негативні психологічні наслідки.

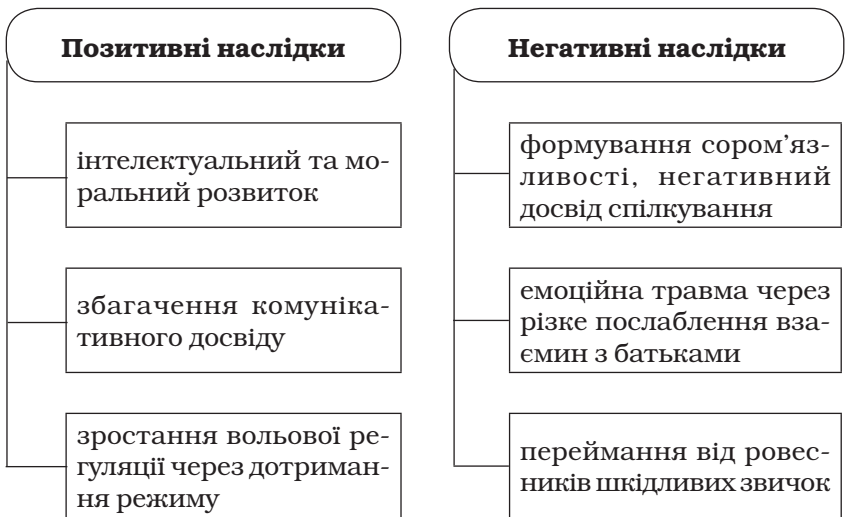


Рис. 2.32. Психологічні наслідки відвідування дошкільням дитячого садку

Особливої привабливості і значимості набувають *взаємини дошкільника з ровесниками*. Стійкий інтерес до взаємодії з іншими дітьми виникає в зв'язку з ускладненням гри та розширенням сфери соціалізації дошкільника. Спілкуючись з ровесниками, дитина будує взаємини не на основі підкорення, як з дорослими, а з позицій рівності. Для розгортання системи

спілкування дошкільника з ровесниками характерною є наступна динаміка, яку виокремила психолог М.Партен:

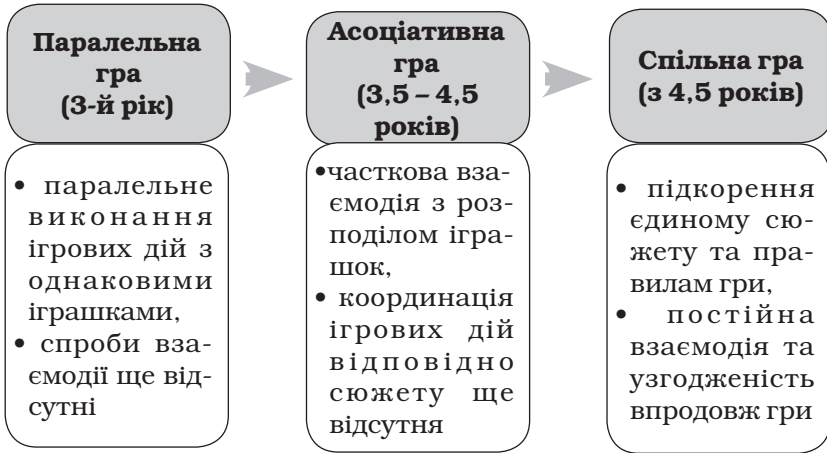


Рис. 2.33. Рівні соціальної взаємодії дошкільнят за Партен

*Соціальна ізоляція дитини в середовищі ровесників має схильність посилюватись з віком*

Внаслідок тривалої взаємодії дошкільнят у дитячому середовищі з'являються перші нестійкі, переважно одностатеві угруповання. Мають місце і вияви диференційованих, але нестійких ставлень до ровесників на основі симпатії. Серед дошкільників виокремлюються більш популярні діти, що претендують на роль лідерів, та малюки, яких уникають ровесники. Статус дитини в середовищі ровесників суттєво залежить від характеру родинної взаємодії. Так, авторитарна стратегія батьків дошкільника проектується на спроби ним пригнічувати і утискувати ровесників. Наявність вільних, турботливих стосунків дитини з батьками, братами чи сестрами зумовлює успішність її адаптації в спілкуванні з іншими дітьми.

Спілкування дошкільника з ровесниками призводить до ряду психологічних наслідків:

- формування навичок соціальної взаємодії,
- вдосконалення здатності підтримувати розмову та ділитись інформацією,

## РОЗДІЛ 2

- вироблення комунікативної гнучкості через підкорення та домінування в ході гри,
- становлення самооцінки шляхом порівняння себе з іншими дітьми,
- розвиток емпатії, здатності до турботи.

Для дошкільного віку характерні наступні суперечності, що стимулюють психічний розвиток дитини:

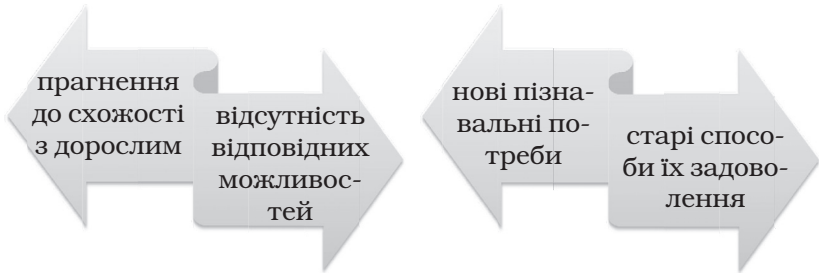


Рис. 2.34. Базові психічні суперечності дошкільного періоду

Дані суперечності зумовлюють появу та закріплення в дошкільному віці нової провідної діяльності – ігрової, зародження якої спостерігалось ще в попередньому віковому періоді.

### *Ігрова діяльність – провідна для дошкільного віку*

Виявляючи цікавість до світу дорослих, але не маючи можливості включитись до нього, дошкільник моделює цей світ у грі. Ця діяльність є соціальною за своїм походженням і змістом, вона виникає в ході ускладнення досвіду людства, його виробничих та культурних взаємин і відображає суспільні зміни. Сюжет та ролі в грі діти запозичують у суспільстві.

▮ **Гра** – провідна діяльність дошкільнят, в якій вони виконують ролі дорослих, відтворюючи в уявних ситуаціях їх життя, працю та стосунки

*Гра – це діяльність, у якій дитина спочатку емоційно, а потім інтелектуально засвоює всю систему людських взаємин.*

*З.В. Огороднійчук*

Важливе значення гри полягає в тому, що діти в невимушеній формі, відтворюючи світ дорослих, засвоюють моральні норми, отримують уявлення про професійні та сімейні ролі. Гра забезпечує розвиток у дошкільників рухових, розумових та мовленнєвих навичок. Діти, відображаючи в грі різні сторони життя та особливості діяльності дорослих, поповнюють і уточнюють свої знання про навколишній світ, вчаться співпереживати і відрізняти вимисел від реальності.

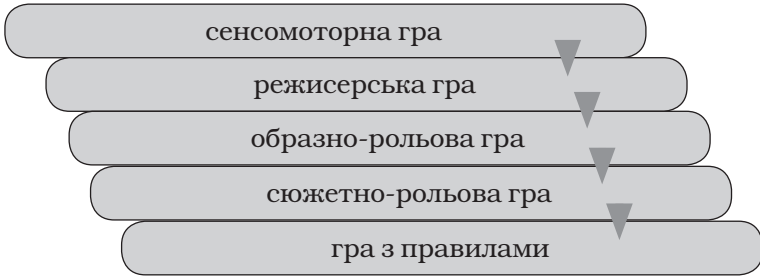
Перші прояви дитячих ігор виникають ще в ранньому віці, маючи *сенсо-моторний* характер («наздоганялки», гра-вовтузіння тощо). На рубежі раннього і дошкільного віку виникає *режисерська* гра (використання іграшок як предметів-замінників, символічне виконання певної дії). Згодом дитина стає спроможною організувати *образно-рольову* гру, в якій уявляє себе в певному образі (людини чи предмету) і відповідно діє. Необхідною умовою такої гри є яскраві, інтенсивні переживання: дитину вразила побачена нею ситуація, і пережиті емоції, враження відтворюються в ігрових діях.

*Поява нових видів ігор не заперечує попередньо існуючих, в які дитина продовжує гратись*

Наступним здобутком дошкільника стає його спроможність організувати *сюжетно-рольову* гру («доньки-матері», «школа», «магазин» тощо), яка досягає своєї найбільш розвинутої форми в середньому дошкільному віці. В сюжетно-рольовій грі діти відтворюють безпосередньо людські ролі і взаємини. Діти граються один з одним, або з лялькою, як уявним партнером, який теж наділяється своєю роллю. Однією з найскладніших для дітей цього віку є *гра з правилами* («підмурки», «п'ятнашки»). В цих іграх головним є чітке виконання правил гри; зазвичай тут фігурують мотиви кооперації чи змагання.

## РОЗДІЛ 2

---



*Рис. 2.35. Динаміка гри в дошкільному віці*

Ускладнення видів ігор, які засвоює дитина впродовж дошкільного періоду, зумовлює формування прогресивних психічних змін. Виступаючи провідною діяльністю даного віку, гра забезпечує ряд функцій для психічного розвитку дошкільнят:



*Рис. 2.36. Функції гри для психічного розвитку дошкільнят*

Отже, будучи зовні непродуктивною діяльністю (нема явних безпосередніх результатів, як-то засвоєння знань при навчанні чи виготовлення певних речей у праці), гра спрямована на фізичне та психічне вдосконалення дітей.

### Розвиток пізнавальної сфери дошкільнят

Збагачення когнітивної сфери дитини дошкільного віку спирається на гру та активне пізнавальне спілкування з дорослим. У дошкільняти під впливом навчання та виховання відбувається інтенсивний розвиток всіх пізнавальних процесів, в тому числі відчуттів та сприймання.

Ліплення, малювання, конструювання найбільше сприяють сенсорному розвитку дитини

З віком у дітей знижуються пороги *відчуттів*, підвищується гострота зору і диференціація кольорів, розвивається фонематичний та звуковисотний слух, значно зростає точність оцінок ваги предметів. В дошкільному віці продовжується засвоєння сенсорних еталонів, найбільш доступними з яких є геометричні форми (квадрат, трикутник, коло) та кольори спектра. Сенсорні еталони успішно формуються в діяльності дитини.

Глумачення поняття «інтеріоризація» – у словнику

З розширенням досвіду пізнання дитина оволодіває *перцептивними* діями, стає спроможною до обстеження предметів і виявлення в них найбільш характерних властивостей. Процес сприймання в кінці дошкільного періоду, за думкою Л.О. Венгер, досягає інтеріоризації.

Однак, дитячому сприйманню притаманні помилки у оцінці просторових властивостей предметів, сприйманні часу та зображень предметів.

Саме з дошкільного віку починається феномен амнезії дитинства – людина забуває події перших 3-4 років свого життя

Активно функціонують всі процеси *пам'яті* малюка. Запам'ятовування відбувається найкраще, якщо спирається на інтерес та осмислення дитини. В молодшого дошкільника помітну роль у розвитку пам'яті відіграє впізнавання, але з віком активізується відтворення. В старшому дошкільному віці з'являються достатньо повні уявлення пам'яті, що набувають системного, осмисленого і керованого характеру. Продовжується інтен-

Мнемічна діяльність – робота пам'яті

сивний розвиток образної пам'яті. На основі гри та навчання до кінця дошкільного періоду дитина засвоює початкові форми керівництва власною мнемічною діяльністю, тобто у дошкільника з'являється довільна пам'ять, розвиток якої починається з появи довільного відтворення.

Впродовж дошкільного віку відбуваються суттєві зміни мислення дитини. Так, мислення розвивається від наочно-дійового до образно-мовного. Якщо переддошкільник мислить, виконуючи предметні дії, то мисленою одиницею дошкільника вже виступає образ, а згодом і слово. Відтак, розвиток мислення дитини тісно пов'язаний з мовою. Дошкільники за допомогою мовлення починають подумки оперувати об'єктами, що супроводжується розширенням діапазону розумових операцій – аналізу, синтезу, порівняння, простого узагальнення. Відповідно, збагачується обсяг форм мислення – в цьому віці це використання *міркувань, суджень*, простих, але логічних *умовисновків*.

Так, хлопчик, послухавши умови задачі: «Мамі дали дві цукерки, а тобі одну. Скільки разом маєте цукерок?», відмовляється вирішувати її, мотівуючи, що так не буває

За думкою Ж.Піаже, мислення, як і сприймання дитини цього віку, має *егоцентричний* характер, тобто малюк не може прийняти умови задачі, які суперечать його досвіду, поста-

вити себе на позицію іншого.

Однак, вже до кінця дошкільного віку може відбутись перехід від егоцентричного мислення дитини до *децентричного*, якщо розвиток мислення цілеспрямовано і послідовно стимулюються дорослими.

В дошкільному дитинстві триває процес оволодіння мовленням. Для нього характерні наступні ознаки:

- до 6-ти років мова стає засобом спілкування і мислення дитини, а також предметом свідомого вивчення, оскільки при підготовці до школи починається навчання читанню і письму,
- молодші дошкільники починають усвідомлювати особливості своєї вимови, до кінця періоду завершується процес фонематичного розвитку – всі звуки мовлення стають доступними для дитини,



- інтенсивно росте лексичний склад мовлення,
- однак мають місце значні індивідуальні відмінності, у одних дітей словниковий запас значно більший, у інших – менший, що залежить від умов їх життя, від того, як і скільки з ними спілкуються близькі дорослі,
- відбувається активізація егоцентричного мовлення дитини (розмови з самим собою) як засобу планування та контролю власних дій,
- розвивається граматичний склад мовлення, дітьми засвоюються тонкі закономірності морфологічного порядку (побудова слова) та синтаксичного (побудова фрази), у дитини-дошкільника з'являється оригінальне словотворення,
- за допомогою вказівок дорослих дитиною засвоюється соціальний підтекст мовлення – його спрямованість на певного співрозмовника і відповідний зміст та інтонації.

До кінця дошкільного віку – близько 3000 слів

Дошкільний період – сенситивний для розвитку уяви, яка набуває таких темпів розвитку, що вважається новоутворенням пізнавальної сфери цього віку. Про наявність образів як результатів уяви можна судити по тому, що діти із задоволенням слухають невеликі розповіді, казки, співпереживають їх героям. Потужним поштовхом для розвитку і репродуктивної, і творчої уяви дошкільника стає ігрова діяльність та різні види продуктивної діяльності, такі як конструювання, ліплення, малювання.

**Антропоморфізм** – перенесення людських якостей на об'єкти навколишнього світу

Уяві дітей цього віку притаманні такі риси, як конкретність і наочність образів, їх надзвичайна яскравість й емоційність. Дитина під впливом прослухування казок схильна надавати стихійним явищам природи, речам, тваринам людських ознак, що відображається у фантазуваннях малюка.

Характерною для дошкільника є зростаюча довільність уяви. В ході розвитку вона перетворюється у відносно самостійну психічну діяльність. Попри всю важливість уяви для психічного розвитку дитини, у дошкільному віці цей пізнавальний процес може набути негативних форм – переживання страхів та виявів брехливості.

## РОЗДІЛ 2

Помітні прогресивні зміни спостерігаються і в розвитку *уваги*. Впродовж дошкільного віку зростає зосередженість, стійкість та обсяг уваги, поступово починає формуватись довільна увага, хоча переважає мимовільна.

### Базові особистісні новоутворення дитини дошкільного віку

Дошкільний вік є важливим етапом формування особистості, результатом якого є поява в кінці періоду ряду особистісних новоутворень.

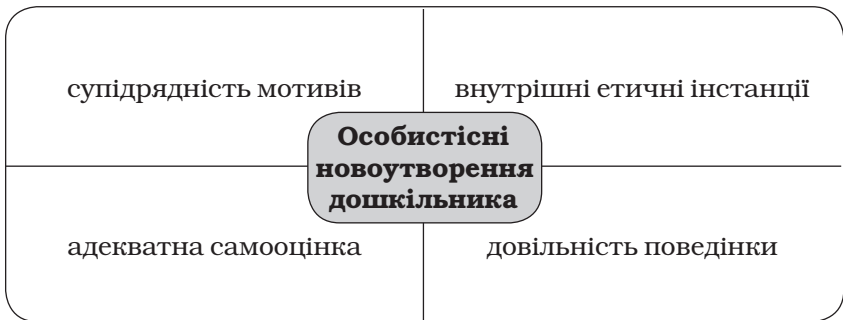


Рис. 2.37. Особистісні новоутворення дошкільного віку

*Наприклад, вранці малюк хоче спати, однак розуміє, що треба збиратись до садочка й тому відповідно діє*

Діяльність і поведінка дошкільника спричинюються рядом мотивів, між якими існує складна система різних співвідношень. При виникненні ситуації зіткнення безпосередніх особистісних спонукань дитини з засвоєними соціальними мотивами виникає так звана боротьба, внаслідок якої один мотив починає домінувати і підпорядковувати інші. Повторюваність цієї ситуації формує *супідрядність мотивів* як особистісне новоутворення дошкільного віку.

- ! **Супідрядність мотивів** – спроможність дошкільника
- підпорядковувати поведінку одному домінуючому мотиву над іншими, менш вагомими

Конкретний зміст цієї ієрархії, а саме, які мотиви підкоряють собі всі інші спонування, залежить від віку дітей і їх виховання. Дії дорослих виступають прикладом для дошкільника, який опосередковує свої бажання та дії цим зразком. У дітей цього віку наявні *особистісні та соціальні мотиви* поведінки, однак перші є домінуючими.

У дошкільному віці дитина починає керуватися в своїй поведінці засвоєними моральними нормами. Спочатку у неї формуються моральні уявлення та оцінки, джерелом яких є спілкування з дорослими, сприймання казок, мультфільмів та оповідань етичної тематики. Паралельно поведінка малюків регламентується вимогами дорослих. Відповідність вчинків дитини суспільним етичним нормам, що визначається та оцінюється дорослими, викликає моральні переживання. З часом ці моральні переживання забезпечують присвоєння моральних норм – вироблення *внутрішніх етичних інстанцій*, яких дитина дотримується навіть поза контролем дорослого.

- ! **Внутрішні етичні інстанції** – засвоєні дошкільником
- моральні норми, які регулюють його поведінку у відповідності до соціальних вимог

*Дітям потрібні любов, керівництво та обмеження.*  
Д.Шеффер

Поступово засвоюючи моральні норми та узгоджуючи їх з власними потребами й проявами самостійності, дошкільники досягають значного ступеня регуляції власної поведінки. Водночас із цілеспрямованістю дій дошкільнят зростає здатність до вольових зусиль, яку діти спрямовують на досягнення мети і подолання труднощів. Регуляція емоційних переживань та поведінкових актів малюка, спонукувана в грі та взаємодії з дорослим формує *довільність поведінки* – важливе особистісне новоутворення дошкільного віку. На фоні імпульсивної поведінки дитини початку дошкільного віку її дії з часом стають все більш

## РОЗДІЛ 2

керованими, безпосередні емоційні спонуки підкоряються соціально прийнятній меті. Довільність поведінки дошкільняти формується за умов правильного виховного підходу батьків:



Рис. 2.38. Шляхи розвитку батьками довільності поведінки дошкільника

Паралельно з пізнанням навколишнього світу дошкільник інтенсивно пізнає самого себе. Дитина починає усвідомлювати свої бажання, дії у їх відповідності етичним нормам – формується її образ «Я». Порівняння дошкільняти себе з ровесниками теж поповнює багаж знань про власне «Я». Впродовж дошкільного періоду на основі накопиченого досвіду самопізнання відбувається диференціація образу «Я»:

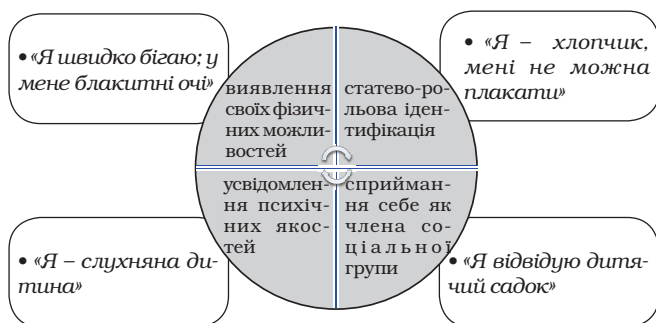


Рис. 2.39. Аспекти образу «Я» дитини-дошкільника

*Діти спершу просто повторюють думку дорослого про себе, а потім асимілюють її настільки, що вона стає їх власною самооцінкою.*

*Г.С. Костюк*

Дошкільний період є сенситивним до формування самооцінки дитини, яка за сприятливих виховних умов набуває адекватного характеру. Авторитет значимих дорослих зумовлює чутливість малюка до їх оцінних суджень щодо нього. Надалі дитина стає здатною оцінити себе, визначаючи відповідність своїх якостей і дій певним очікуванням чи вимогам дорослих. Таким чином, оцінка дорослими якостей та вчинків дитини стає підґрунтям для формування самооцінки. Здебільшого самооцінки дітей цього віку є прямим відображенням ставлення до них значимих дорослих.

З віком у дітей зростає об'єктивність самооцінки, однак це стосується лише чітко зрозумілих дитині критеріїв – відповідності її вчинків моральним нормам, фізичних якостей тощо. Адекватність самооцінки дошкільника все ж таки залежить від оцінки дорослих та ситуативних досягнень.

Емоційні реакції дітей на оцінні впливи дорослих визначають становлення самолюбства, почуття власної гідності. Самолюбство має й іншу сторону, що виявляється в переживанні сорому, ніяковості. Вони виникають, якщо дитина втрачає позитивну оцінку, хороше ставлення до неї дорослих. Розвиток почуття сорому у дошкільників пов'язаний із зростанням їх морального досвіду й самосвідомості.

## РОЗДІЛ 2

*Якщо зусилля дитини досягнути самостійності підтримуються критикою і покараннями дорослого, вона переживає сором і сумніви в собі.*

*Е.Еріксон*

На основі адекватної самооцінки та почуття власної гідності у дошкільняти проявляється схильність до самоствердження. Однак прагнення дитини до самоствердження, прояви її самостійності підлягають оцінці дорослих. Згідно з концепцією Е.Еріксона, чинником адекватного психічного розвитку дошкільнят є позитивне ставлення дорослих до зусиль дитини досягнути умілості і почуття компетентності. Батьки та вихователі дітей

цього віку повинні стежити за тим, щоб їх виховні методи не породжували у дитини тривогу та почуття провини.

Кінець вікового періоду знаменує собою переживання дитиною кризи 6 (7) років. Вивчаючи її симптоматику та перебіг, О.О. Смирнова виділила три фази розвитку кризи:



Рис. 2.40. Перебіг кризи 6 років за Смирновою

Під час докритичної фази гра в загальній структурі діяльності дошкільника починає поступово відходити на другий план. Дитина намагається модифікувати гру, тягнеться до продуктивної, значимої, оцінюваної дорослими діяльності. У дошкільника формується стійке суб'єктивне бажання стати школярем.

Розгортаються негативні емоційні та поведінкові реакції дитини як симптоми кризи, зумовлені суперечністю між бажанням дитини стати школярем та збереженням старого статусу дошкільника. Малюк невдоволений своїм становищем, пере-

живає емоційно-особистісний дискомфорт, його вередливість, неслухняність та впертість спрямовані в першу чергу на батьків.

Дитина, приходячи до школи, набуває нового соціального статусу, залучається до навчальної діяльності, тому поступово відновлює свій емоційний комфорт, негативна симптоматика згладжується та зникає.

### *Шкільна зрілість дошкільнят, її зміст та складові компоненти*

Як найбільш загальний результат психічного розвитку дитини і показник його адекватності, у кінці вікового періоду у дошкільнят формується інтегральне особистісне новоутворення – *шкільна зрілість*.

**!** **Шкільна зрілість дошкільняти** – прийнятний рівень фізичного і психічного розвитку шестирічної дитини, що забезпечує її адекватне пристосування до умов шкільного навчання

Шкільна зрілість є інтегральною характеристикою дитини і складається з фізичного та психологічного компонентів.



Рис. 2.41. Компоненти шкільної зрілості дошкільняти

## РОЗДІЛ 2

Фізична готовність дитини до навчання в школі передбачає адекватні параметри фізичного розвитку (зріст, вага), достатні сенсорні можливості (зір, слух) дитини та прийнятний стан її здоров'я.

*Якщо школа постає перед дитиною переважно як джерело розваг, то дитина виявляється не готовою до труднощів учіння...*

*Г.С. Костюк*

*Психологічна готовність дитини до шкільного навчання включає мотиваційний компонент – наявність позитивного ставлення до перспективи шкільного навчання, стійкого бажання*

навчатись в школі. Розрізняють дошкільників з трьома типами ставлення до перспективи майбутнього навчання в школі:

- позитивна мотивація, в якій при стійкому бажанні стати школярем дитину приваблюють або зовнішні атрибути навчання (шкільне приладдя, дзвоники тощо), або ж нею рухають пізнавальні чи соціальні спонуки,
- негативне ставлення до майбутнього навчання в школі, сформоване через залякування батьків або сприймання негативного досвіду навчання старших братів чи сестер,
- індиферентне, байдуже ставлення, що супроводжується визнанням дошкільником необхідності навчання в школі, але емоційні реакції дитини є нейтральними.

Очевидно, що найбільш сприятливим є позитивне ставлення дошкільника до майбутнього навчання в школі. Тут особливу роль відіграє вміння батьків правильно окреслити для дитини зміст та значення шкільного навчання, викликати бажання стати школярем.

*Емоційна зрілість дошкільняти – зменшення імпульсивних реакцій, прояв емоцій у відповідності до соціальних норм та вимог, можливість тривалий час виконувати не дуже привабливе завдання.*

*В.А. Прокоф'єва*

*Інтелектуальний компонент розглядається як наявність запасу конкретних знань, базового кругозору, розумових вмінь для спроможності виділити навчальне завдання і виконати його. Прагнення стати школярем стимулюється у*

дошкільника пізнавальною спрямованістю, допитливістю, що сприяє розумовому розвитку дитини.



*Емоційно-вольовий компонент* – спроможність до регуляції дитиною власної поведінки та емоційних виявів відповідно до навчальних ситуацій та соціальних вимог, здатність довільно спрямовувати свою психічну діяльність, формування емоційної зрілості.

*Соціальний компонент* – спроможність дитини адаптуватись до нових соціальних умов шкільного навчання, прийняти на себе навчальні обов'язки, налагоджувати ефективне спілкування з новими дорослими та ровесниками.

Підготовка дитини до школи включає формування у неї готовності до прийняття нової соціальної позиції – становища школяра, який має коло важливих обов'язків та прав, займає нове становище в суспільстві.

Психологічна готовність дитини до шкільного навчання не з'являється автоматично по завершенню дошкільного періоду, а потребує ґрунтовної стимуляції зі сторони дорослих.

## 2.5. Психологія молодших школярів

### *Соціальна ситуація розвитку учня початкової школи*

*Молодший шкільний вік триває з 6 до 10(11) років*

Специфіка соціальної ситуації розвитку молодшого школяра зумовлюється переходом до нового соціального статусу – *школяра*. Вступ дитини до школи змінює її статус та взаємини в соціумі, тому забезпечує конструктивне подолання нею кризи 6 (7) років. Однак раптовий перехід дитини до статусу школяра є складним:

- оскільки результати навчання дитини є значимими для суспільства, то успіхи та невдачі дітей у навчанні перебувають під постійним контролем учителя, батьків, вихователя групи продовженого дня,
- перехід дітей на положення школярів зобов'язує їх вчасно вставати, приходити до школи, дотримуватись правил шкільного життя незалежно від того, хочеться чи не хочеться це робити, виконувати обов'язкові завдання, переборювати труднощі в роботі,

## РОЗДІЛ 2

- на перший план в організації поведінки молодших школярів виступають вимоги школи, вчителя, які поширюються значною мірою і на позашкільний час, наприклад, виконанням дітьми домашніх завдань,
- має місце переважання шкільних обов'язків дитини над її правами.

*Перехід від дошкільного дитинства до шкільного характеризується різкою зміною місця дитини в доступних їй суспільних взаєминах і всього образу життя.*

*Л.І. Божович*

Діти по-різному реагують на початок шкільного навчання, тому успішність їх пристосування до нового соціального статусу суттєво залежить від діяльності вчителя початкової школи та підтримуючого ставлення батьків. За сприятливих умов початку навчання дитини в школі в її психіці формується перше психічне новоутворення віку – *внутрішня позиція школяра*, що є показником успішної адаптації до умов шкільного навчання.

**!** **Внутрішня позиція школяра** – сформоване загальне позитивне ставлення дитини шестирічного віку до шкільного навчання, її готовність до виконання вимог вчителя, визнання його авторитету

Вступ дитини до школи викликає нове ставлення до неї близьких людей, визнання її нових прав та обов'язків. Найбільш важливим є усвідомлення шестирічкою себе в новому статусі – школяра, що викликає перебудову ставлень дитини до всіх сторін життя. Однак, внутрішня позиція школяра не формується автоматично впродовж перших місяців навчання шестирічки в школі, а є продуктом злагодженої роботи батьків, вчителя та регульованої активності самої дитини.

Покрокове формування у дитини внутрішньої позиції школяра передбачає вплив батьків та вчителя:

## ПСИХОЛОГІЯ ДИТИНСТВА

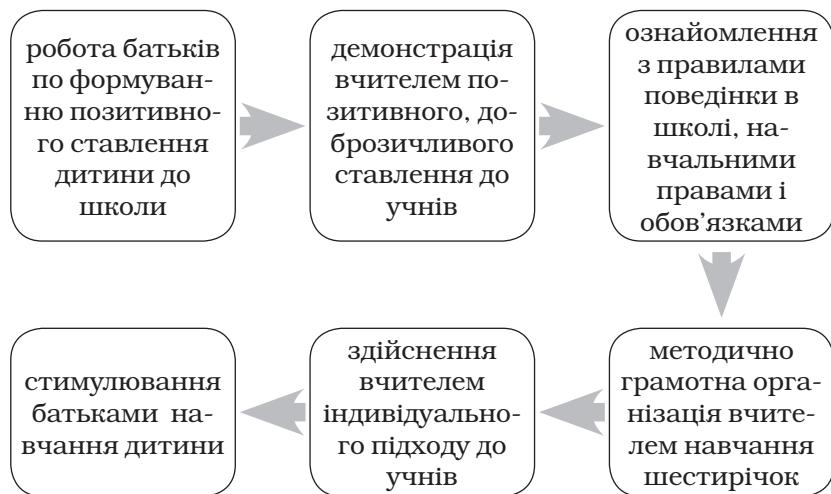


Рис. 2.42. Шляхи формування дорослими внутрішньої позиції школяра

Якщо першокласникові впродовж першого півріччя навчання не вдається успішно пристосуватись до школи, то в школяра діагностують проблему початкової шкільної дезадаптації.

**! Початкова шкільна дезадаптація** – уповільнене й ускладнене пристосування першокласника до умов шкільного навчання, здебільшого спричинене низьким рівнем шкільної зрілості дитини

Зазвичай проблема початкової шкільної дезадаптації дитини шестирічного віку тісно корелює з низьким ступенем шкільної зрілості. Однак, виникнення цієї проблеми можна пояснити дією цілого ряду зовнішніх та внутрішніх чинників:



Рис. 2.43. Детермінанти початкової шкільної дезадаптації

Діагностувати дезадаптацію можна за умов **стійкості** цих симптомів

Для успішної корекції проблеми початкової шкільної дезадаптації необхідно зважати на її симптоматику. Найяскравішою ознакою є хронічне небажання дитини ходити до школи, негативне ставлення до уроків й інших атрибутів шкільного навчання. Супутніми емоційними симптомами також є пригнічений настрій, неврівноваженість, дратівливість, підвищення тривожності, а поведінковими – часті порушення дисципліни, агресія, конфліктність або, навпаки, байдужість, усамітнення дитини від вчителя та однокласників. Визначення причин початкової шкільної дезадаптації зумовлює підбір засобів її усунення.

### Взаємини молодшого школяра з дорослими та ровесниками

*Значимість педагога підтверджується тим фактом, що всі люди пам'ятають свого першого вчителя*

У спілкуванні молодших школярів з вчителем складаються сприятливі умови – визнання дітьми беззаперечного авторитету педагога. Роль вчителя для першокласників надзвичайно велика, так як він стає новим значимим дорослим, заміником батьків в умовах перебування дитини в школі.

Відповідно, для учнів початкової школи, особливо 1-2 класів, характерна велика сприйнятливність до кожного слова та дії вчителя. Учні початкової школи навіть демонструють конкуренцію за увагу та прихильність до себе вчителя. Засадами для формування беззаперечного авторитету педагога у молодших школярів є:

- розповсюдження авторитетності всіх дорослих для дитини,
- визнання вчителя як носія численних знань, організатора діяльності школярів,
- сприймання педагога як суб'єкта оцінювання та виховного впливу на дитину.

Пам'ятаючи, що авторитет учителя є важливою складовою успішного навчання і виховання молодших школярів, вчитель повинен дбати про його зміцнення шляхом самоаналізу та самоконтролю власної діяльності.

Іноді спостерігаються випадки *негативного ставлення молодших школярів до вчителя*, причинами якого є здебільшого наслідування учнем неадекватного сприймання батьками особистості педагога, загальна неслухняність дитини або ж її реакція на прояви негативних якостей вчителя.

За умов позитивного, підтримуючого і доброзичливого ставлення класовода до учнів, вони знаходять баланс між власною слухняністю і незалежністю, встановлюючи з вчителем ділові, але водночас довірливі стосунки.

Початок навчання дитини в школі зумовлює перебудову її *взаємин з батьками*. Ці взаємини змінюються через появу нових прав та обов'язків як у дитини, так і у дорослих. Так, батьки тепер повинні задовольняти нові потреби школяра, пов'язані з навчанням, стимулювати та контролювати його

## РОЗДІЛ 2

успішність. Поява вчителя як нового авторитету для дитини стає психологічним випробуванням виховної стратегії батьків, водночас у них з'являється нова важлива функція – здійснення емоційної підтримки дитини у навчанні, пом'якшення адаптивних процесів. За таких умов на перший план взаємин батьків з молодшим школярем виходить не контроль успішності його навчання, а **діагностика самопочуття** в школі.

Дослідження американських психологів фіксують вагому роль батьківського ставлення для успішності навчання дитини. Так, психолог Г.Крайг виділила три ознаки поведінки тих батьків, у яких діти мають хороші результати у навчанні:

<b>Уявлення про досягнення дитини</b>	<b>Ставлення до дитини</b>	<b>Зміст спілкування з дитиною</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>• реальність уявлень про поточні досягнення дитини,</li><li>• розвиток у дитини впевненості в собі</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• демонстрація батьками теплоти та любові,</li><li>• поєднання контролю і турботи</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• стимуляція пізнавального інтересу через розмови, читання</li><li>• власний приклад розумової активності</li></ul>

Рис. 2.44. Механізми стимуляції батьками успішності навчання дитини за Крайг

*Розлучення батьків викликає у дитини почуття провини, суму, гніву і тривоги*

Хоча в центрі інтересів молодшого школяра знаходиться його шкільне навчання, однак психологічний мікроклімат родини та ставлення до дитини батьків є супутнім фактором її емоційного здоров'я. Конфлікти, насильство в родині, розлучення батьків провокують стреси у дітей і негативно впливають на їх шкільне навчання. Молодший школяр помічає проблемні стосунки між батьками, що створює в нього емоційну напругу і викликає зниження навчальної успішності.

Дитина стає пригніченою або занадто подразливою, неслухняною.

За думкою Г.Крайг, неповна родина по-різному впливає на навчальні успіхи молодших школярів. У тих випадках, коли мати-одиначка не має постійної роботи, матеріально незабезпечена, в неї виникає постійна емоційна напруга, депресія, невротична тривога. Все це у більшості випадків негативно відбивається на емоційному стані дитини, її розумовому розвитку, на успіхах у навчанні. Краще становище у того молодшого школяра, де мати-одиначка має постійну роботу, яка їй подобається. У такій неповній родині часто спостерігається високий рівень самоповаги і відносно сильне почуття родинної єдності і солідарності, що створює соціально-психологічні умови для успішного навчання дитини.

З початком навчання в школі суттєво розширюється коло *спілкування дитини з ровесниками*. Першокласники спочатку залучаються в формальне спілкування переважно в процесі виконання навчальних завдань або під впливом зовнішніх обставин. Неформальні взаємини між дітьми в класі складаються в основному за сприяння вчителя, який виділяє деяких учнів у класі як зразок для інших в навчанні і поведінці та одночасно звертає увагу й на хиби в поведінці деяких учнів. Тому більшість першокласників відтворює в своєму ставленні до однолітків ставлення вчителя. Надалі критеріями популярності молодших школярів серед ровесників стає рівень успішності та особистісні якості.

Внаслідок досвіду взаємодії молодших школярів у класі у них починає формуватися громадська думка щодо однокласників, з'являються спроби оцінити якості та вчинки ровесників. Клас з аморфного утворення трансформується у стійку соціальну групу, де спостерігається диференціація молодших школярів за певними статусами:

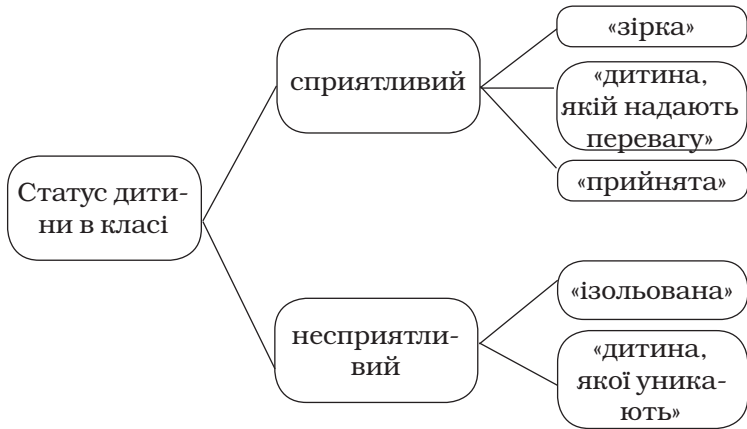


Рис. 2.45. Статуси молодших школярів у класному колективі

*Почуття соціальної самотності дитини в класному колективі часто призводить до негативного ставлення до ровесників, учіння і самого себе.*

*О.В. Скрипченко*

Зазвичай у статус «зірки» потрапляють діти із хорошою пристосованістю, ентузіазмом, контактністю, а також з високою шкільною успішністю. Позитивне ставлення вчителя до таких школярів підтверджує їх престижний статус серед ровесників. До категорії ізольованих потрапляють сором'язливі, хворобливі діти. Уникають у спілкуванні дітей-невротиків з деякими аномальними ознаками у поведінці і порушеннями соціальних контактів та агресивних, конфліктних, жадібних школярів. Хоча молодший школяр ще неспроможний правильно визначити своє становище в класі, проте суб'єктивне сприймання дитиною свого статусу впливає на її самооцінку, емоційний стан і навіть на успішність навчання.

Тиск колективу на окремих учнів може бути як позитивним (сприяти підвищенню навчальної мотивації тощо), так і негативним (куріння, антигромадські вчинки).

Виявлення психологічних якостей молодших школярів у процесі шкільної взаємодії може викликати почуття симпатії, яка, в свою чергу, породжує приятелювання та дружбу, хоча спочатку ці взаємини відзначаються нестійкістю та



егоцентричним характером. У 3-4 класах діти починають встановлювати більш тісні взаємини з друзями. Ця дружба сильна, але недовготривала.

### *Учіння як провідна діяльність молодшого шкільного віку*

Хоча елементи учіння мали місце ще в дошкільному дитинстві, у молодших школярів навчальна діяльність стає провідною. Учіння молодшого школяра першочергово спрямоване на інтелектуальний розвиток, однак паралельно розширює кругозір дитини, формує її світогляд, сприяє моральному та соціальному становленню.

! **Учіння** – провідна діяльність молодших школярів, що виявляється в цілеспрямованому засвоєнні ними суспільного досвіду, і, відповідно, формуванні соціальної компетентності

*Сьогодні актуальним є питання формування компетентності дитини – не тільки володіння нею певним багажем знань, а вміння їх критично осмислити, продуктивно використовувати і самотужки поповнювати, збагачувати*


Навчальна діяльність має стандартну структуру, характерну для будь-якої діяльності. На початковому етапі навчання дитини в школі його головною метою є засвоєння базових знань, формування навичок грамотності. Конкретні цілі

учіння молодших школярів визначаються програмним змістом навчання. Важливо диференціювати цілі, які ставить учитель, і цілі, які усвідомлює й приймає учень у процесі учіння. Практично всі першокласники у другій половині навчального року більш-менш чітко усвідомлюють мету, яку ставить перед ними учитель. Однак, проблемою є те, що далеко не всі молодші школярі, навіть при усвідомленні значення навчання, приймають поставлену учителем ціль, тобто далеко не у всіх молодших школярів поставлена вчителем мета стає їх власною метою.

## РОЗДІЛ 2

Одночасно дієвими є декілька мотивів

Навчальна діяльність молодших школярів є полімотивованою. Спостерігається також динаміка навчальної мотивації впродовж даного вікового періоду. Так, багатьох першокласників, якими навчання в школі сприймається як гра, воно приваблює супутніми ознаками – шкільним приладдям, дзвониками тощо, – тут має місце зовнішньо атрибутивна мотивація навчання. Згодом набуває актуальності пізнавальний інтерес як найбільш ефективний мотив навчання учнів початкової школи. Дослідження навчальної мотивації молодших школярів, здійснене Л.І. Божович, виявило наступні різновиди мотивів їх учіння:



<b>Пізнавальні</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• мотивація змістом навчального матеріалу,</li><li>• мотивація процесом навчання</li></ul>
<b>Соціальні</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• статусний - потреба бути учнем,</li><li>• почуття обов'язку та відповідальності</li></ul>
<b>Вузькоособистісні</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• досягнення успіху,</li><li>• уникнення покарання</li></ul>

Рис. 2.46. Мотиви учіння молодших школярів за Божович

Пізнавальні мотиви активізуються ще в першокласників, яким зазвичай подобається вчитися, читати, писати, лічити. Діти визнають значимість учіння як соціально цінної діяльності. Мотивація змістом навчального матеріалу має місце як прагнення дитини до пізнання нових фактів, суті явищ, їх походження. Якщо молодший школяр виявляє інтерес до самого процесу навчання, навіть переживає задоволення від подолання труднощів розв'язування навчальних задач, то фігурує мотивація процесом.

Домінуючим мотивом навчання першокласника часто є прагнення зайняти новий соціальний статус – школяра. Згодом мотив трансформується у почуття обов'язку та

Здебільшого оцінка зі знака успіху (неуспіху) в пізнавальній діяльності дитини перетворюється в знак, який оцінює особистість в цілому.

В.С. Мухіна

відповідальності, пов'язане з розумінням на доступному рівні суспільної ролі навчання. Для більшості молодших школярів характерними є також *вузькоособисті мотиви* – задоволення самолюбства, прагнення до самоствердження, намагання відзначитися в колективі однолітків. Божович Л.І. та Матюхіна М.В. наголошують на величезній ролі мотиву отримання високої бальної оцінки серед учнів початкової школи, який займає перше рангове місце серед двадцяти інших спонук навчання. Ці дані виразно демонструють важливість бальної оцінки як педагогічного інструментарію щодо молодших школярів. За словами В.С. Мухіної, відчуваючи залежність ставлення дорослих та становища в класі від оцінки, дитина перетворює її в фетиш – знак, який визначає її місце в житті.

Психічна діяльність молодшого школяра **інтелектуалізується**, тобто мислення стає її центральним процесом.

Л.С. Виготський

Оволодіння змістом навчання вимагає формування в молодших школярів нових потрібних дій. Повноцінне навчання залежить від активізації і формування в учнів моторних, перцептивних, мислених, мовних, вольових та інших дій. На перший план вже в початковій школі виходять мислені дії, які забезпечують усвідомлення навчальних завдань, розуміння і свідоме засвоєння нового матеріалу тощо.

В процесі учіння молодші школярі оволодівають багатьма навчальними діями. Так, ними використовуються розумові і практичні дії, фігурують відтворювальні та творчі дії. При формуванні загальнопредметних і спеціальних навчальних дій пріоритет щодо даного вікового періоду надається першим, так як саме вони визначають загальну грамотність молодшого школяра. Важливу роль відіграє набуття дитиною спроможності до самоосвіти, в якому потрібні навички самоконтролю і самооцінки.

Молодші школярі, як правило, з інтересом ставляться до оцінних суджень учителя у першому класі та бальних оцінок у 2-4 класах. Поступово у молодших школярів формується самооцінка результатів їх учіння. Оскільки самооцінка виступає потужним

## РОЗДІЛ 2

механізмом саморегуляції успішності навчання дитини, то її значимість у молодшому шкільному віці є дуже суттєвою.

Небезпечною щодо наслідків є проблема *низької успішності навчання* учнів початкової школи. Оскільки учіння є провідною і суб'єктивно значимою діяльністю молодших школярів, то хронічні невдачі в ньому травмують дитину, знижують її самооцінку, викликають спочатку пригнічення і розчарування, а потім апатію, збайдужіння до навчання.



Рис. 2.47. Типові причини низької успішності навчання молодших школярів

### *Новоутворення пізнавальної та особистісної сфер молодшого школяра*

Навчальна діяльність потребує від дитини серйозних розумових зусиль і сприяє вдосконаленню всієї її пізнавальної

сфери. За рахунок цілеспрямованості та систематичності розумової праці пізнавальні процеси до кінця періоду набувають у молодшого школяра ознак *довільності*.

! **Довільність пізнавальної сфери** – новоутворення молодшого школяра, що виявляється в здатності докладати вольових зусиль, свідомо регулювати роботу пізнавальних процесів та уваги

**Синкретизм** – нерозділеність, злитість сприймання, пов'язана з фіксацією об'єкта на основі якоїсь випадкової його деталі

Сприймання учнів початкової школи стає все більш цілеспрямованим, довільним та осмисленим процесом. Так, зростає здатність розрізняти предмети та їх якості, вдосконалюється орієнтація в часі та просторовій перспективі, хоча нерідкими є прояви синкретизму дитячого сприймання. Так, навчаючись письму, першокласники плутають написання цифр 6 і 9, літер Ш і Щ тощо. Однак, цілеспрямована робота вчителя усуває ці помилки та формує позитивну якість сприймання – спостережливість, підґрунтям якої є здатність дитини до аналізу та узагальнення досвіду.

**Мнемічні прийоми** – засоби організованого запам'ятовування та відтворення інформації

Розвиток *пам'яті* характеризується в молодшому шкільному віці як кількісними, так і якісними змінами. Так, зростання обсягу запам'ятованого матеріалу та збільшення тривалості його збереження виражають кількісні зміни. Активізація довільної пам'яті супроводжується збереженням мимовільної, так само як механічне запам'ятовування співіснує з осмисленим. Під керівництвом вчителя молодші школярі засвоюють мнемічні прийоми, внаслідок чого зростає продуктивність запам'ятовування, збереження і відтворення матеріалу. Учіння викликає потужний розвиток словесно-логічної пам'яті, хоча образна все ще домінує.

Навчальна діяльність сприяє розвитку *уяви* та її переходу від репродуктивних до творчих форм. Засвоєння змісту навчальних предметів, зокрема розуміння оповідання, математичної зада-

чі, природних явищ, історичних подій спирається у молодшого школяра на створення образів уяви. В учнів початкової школи зростає швидкість створення образів уяви, збільшується їх точність та детальність. Багатство фантазії дітей проявляється й у різноманітності та насиченості мрій.

*У період від 6 до 11 років мислення дитини досягає стадії конкретних операцій і стає все більш схожим на мислення дорослих.  
Ж.Піаже*

Хоча провідним видом мислення молодших школярів залишається наочно-образне, однак учіння забезпечує зростання абстрактних компонентів. В ході навчання учні початкової школи використовують практично всі операції мислення, особливо активно порівняння, аналіз та синтез, узагальнення та конкретизацію. Доступними і правильними для дітей цього віку є базові мислені форми – поняття, судження, міркування і умовисновки. Щодо останніх, то при переважанні індуктивних умовисновків, використовуються і дедуктивні за умови опори на життєвий досвід.

Мислені процеси молодшого школяра спрямовуються не лише на пізнання предметів і явищ навколишньої дійсності, а виникає здатність дитини до аналізу своїх розумових процесів – *рефлексія*.

**■ Рефлексія** – новоутворення психіки молодшого школяра, що виявляється у його здатності до самоаналізу розумової діяльності та поведінки

*Важливим показником успіхів учнів в оволодінні мовленням є спроможність до мовчазного читання.  
Г.С. Костюк*

Поступальними змінами мовлення молодшого школяра є свідоме вживання різних форм слів, збагачення внутрішнього мовлення та оволодіння письмовим мовленням, розширення активного і пасивного словника дитини. Внаслідок відповідей дітей на уроках та активізації їх спілкування вдосконалюються навички усного мовлення, його лексичні та синтаксичні аспекти. З віком зростає швидкість та якість читання, письма. Згорненість зовнішніх мовних актів розповсюджується на процеси планування, що забезпечує появу психічного новоутворення – *внутрішнього плану дій*.

**Внутрішній план дій** – спроможність молодшого школяра здійснювати попереднє, мислене планування подальших дій

*До 10-11 років обсяг та стійкість уваги дітей майже такі ж, як у дорослих, а переключення розвинуте навіть краще*

Для початку молодшого шкільного віку характерне переважання мимовільної уваги. Яскраві, нові, незвичайні подразники привертають увагу першокласників. Навчальна діяльність викликає зростання концентрації, стійкості та обсягу уваги, сприяє формуванню її довільності. Найкраще зосередження уваги учнів початкової школи можна досягнути за умов активізації пізнавального інтересу та мотивації значимості матеріалу. Неуважність молодших школярів може проявлятися через поверховість та нестійкість уваги і потребує значних корекційних засобів.

Емоційна сфера молодшого школяра суттєво змінюється в зв'язку зі зміною образу життя дитини. Джерелами емоційних переживань в цьому віці стають переважно навчання, гра та спілкування. Впродовж молодшого шкільного віку відбуваються наступні зміни в царині емоцій та почуттів дитини:

збагачення емоційної виразності через інтонацію, міміку

послаблення емоційної виразності

зменшення безпосередності вираження емоцій

розвиток інтелектуальних, моральних та естетичних почуттів

вдосконалення навичок діагностики емоційних станів іншої людини

активний розвиток соціальних емоцій - самолюбства і альтруїзму, емпатії

Рис. 2.48. Зміни емоційної сфери молодшого школяра

## РОЗДІЛ 2

---

В дітей молодшого шкільного віку розвивається емоційна виразність, поповнюється арсенал інтонаційних та мімічних експресивних реакцій, формується спроможність фіксувати суть та природу власних емоційних переживань. Перебування в середовищі вчителя та ровесників породжує стримування, приховування своїх актуальних емоційних переживань, що психологи називають *синдромом втрати дитячої безпосередності*. В той же час молодший школяр залишається емоційно вразливим до ставлення значимих дорослих, особливо вчителя, а згодом чутливо реагує на мікроклімат взаємин з ровесниками. Психологічна залежність від учителя спонукає учнів початкової школи вміло діагностувати його настрій, інші емоційні реакції.

Під впливом учіння бурхливо розвиваються всі види вищих почуттів дитини – інтелектуальні, естетичні, моральні та практичні. Взаємини з ровесниками забезпечують вияви соціальних емоцій, зокрема, самолюбство дитини виражається як через самоствердження, так і через змагальність. При позитивному сценарії розвитку стосунків молодшого школяра з ровесниками він переживає почуття довіри, альтруїзму, емпатії, які стають підґрунтям для здатності до емоційної децентрації.

■ **Емоційна децентрація** – спроможність молодшого школяра відволікатись від власних емоційних переживань і сприйняти емоційний стан іншої людини

Однак несприятливим кроком у емоційному розвитку молодших школярів є часте переживання негативних емоційних станів – стресів, дистресів, невротичних реакцій, закріплення емоційних порушень. За думкою І.В. Дубровіної, можна визначити наступні категорії дітей з сталими проблемами емоційної сфери:



## ПСИХОЛОГІЯ ДИТИНСТВА

«Проблемні діти»		
<b>агресивні діти,</b> схильні до невмотивованих фізичних та вербальних агресивних реакцій	<b>емоційно розгальмовані діти,</b> що бурхливо і демонстративно виражають свої емоції на публіку	<b>емоційно вразливі діти,</b> що потерпають від сором'язливості, ранимості, образливості і тривожності

Рис. 2.49. Типи дітей з емоційними порушеннями за Дубровіною

Залучаючись до учіння як систематизованої, соціально контрольованої діяльності, молодший школяр змушений докладати суттєвих вольових зусиль для виконання навчальних завдань. Регламентованість шкільного навчання теж потребує від дитини вольової регуляції емоційних та поведінкових виявів. Тому молодший шкільний вік стає сприятливим для розвитку вольових якостей дитини.

Впродовж цього вікового періоду відбувається зменшення імпульсивності поведінки дитини, зростає її дисциплінованість, самостійність, витримка і наполегливість. Однак зовнішні перешкоди молодший школяр долає легше, ніж внутрішні, наприклад, лінощі можуть стати на заваді досягненню дитиною мети. Оскільки учні початкової школи легко піддаються навіюванню, то необхідно дбати про наслідування ними позитивних зразків. На основі цілеспрямованого виховного впливу дорослих та власної активності молодшого школяра, в кінці періоду він виявляє стабільну здатність до *самоконтролю*.

! **Самоконтроль** – новоутворення молодшого шкільного віку, що виявляється як спроможність до свідомого управління дитиною власною психічною та поведінковою активністю

Перебування дитини в школі викликає вияви її темпераменту в процесі навчання та спілкування, які можуть бути сприятливими і несприятливими. Темперамент дитини суттєво визначає

## РОЗДІЛ 2

стиль її поведінки та діяльності і виступає підґрунтям для формування рис характеру. В молодшому шкільному віці інтенсивно формуються всі групи рис характеру.

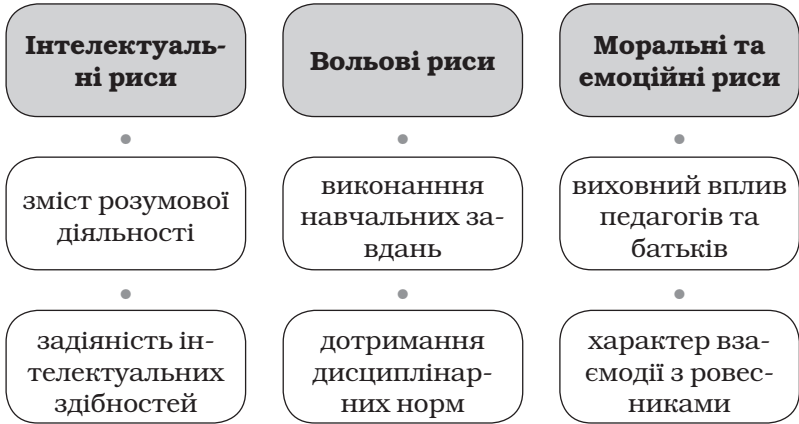


Рис. 2.50. Фактори формування рис характеру молодших школярів

Розвиткові *Я-концепції* учнів початкової школи властиві такі ознаки, як розширення сфери усвідомлення себе, активізація процесу самопізнання і, як наслідок, формування *Я-образу* учня. Саме в молодшому шкільному віці *Я-образ* дитини починає диференціюватись на *Я-реальне* (уявлення про себе зараз, теперішнього) і *Я-ідеальне* (образ себе в майбутньому). Навчання в школі сприймається дитиною як засіб саморозкриття, самоактуалізації своєї особистості.

*Найбільш високий рівень розвитку когнітивного компонента самооцінки співвідноситься або з адекватно високою, або з заниженою самооцінкою.*

*А.В. Захарова*

Молодший шкільний вік є важливим кроком формування самооцінки дитини. Під впливом навчання та спілкування з ровесниками інтенсивно розвиваються когнітивний та афективний компоненти самооцінки, хоча співвідношення між ними неоднозначне. Дослідження засвідчують суттєвий взаємозв'язок між самооцінкою молодших школярів і рівнем їх навчальної успішності. Оскільки провідною діяльністю учнів початкової школи є учіння, то оцінка

його результатів стає критерієм самооцінки особистості дитини. Спостерігається і зворотній зв'язок – самооцінка визначає результативність навчання молодшого школяра. Наприклад, занижена самооцінка, сформована ще в дошкільному дитинстві, викликає невпевненість в собі, страх проявляти свої здібності і очікування невдач.

За думкою Р.Бернса, традиційне шкільне навчання зорієнтоване на формування заниженої та вузько орієнтованої самооцінки дитини. Фактично єдиним критерієм успішності статусу школяра є рівень розвитку вербального інтелекту і відповідне йому бальне оцінювання вчителів. Крім того, навчальна успішність стає ареною конкурентної боротьби молодших школярів, і поразка в ній знецінює особистість дитини в очах педагогів та однолітків. Тому не дивно, що середньостатистична самооцінка школярів починає неухильно знижуватись в інтервалі з 2 по 7 клас.

Таким чином, самооцінка молодших школярів суттєво залежить від впливу вчителя, її рівень впливає на успішність навчання дитини, характер емоційних переживань, зміст поведінки та рівень домагань.

## КОНТРОЛЬНО-ДОСЛІДНИЦЬКИЙ БЛОК

### Питання для обговорення на семінарах

1. Зародження психіки дитини під час її пренатального розвитку.
2. Психогігієна майбутніх батьків.
3. Психологічні особливості фази новонародженості.
4. Соціально-психологічні детермінанти психічного розвитку немовляти.
5. Вплив фізичних досягнень на психічний розвиток немовляти.
6. Зміст сенсорного та мовленнєвого розвитку немовляти.
7. Соціальна ситуація розвитку переддошкільника.
8. Динаміка та функції провідної діяльності дитини раннього віку.
9. Особливості розвитку пізнавальної сфери переддошкільників.
  10. Розвиток мовлення в ранньому віці.
  11. Формування особистості дитини раннього віку.
  12. Криза 3-ох років: причини та симптоматика.
  13. Соціальна ситуація розвитку дошкільняти.
  14. Специфіка ігрової діяльності дітей дошкільного віку.
  15. Розвиток інтелекту в дошкільному віці.
  16. Формування особистості дитини-дошкільника. Криза 6 (7) років.
  17. Шкільна зрілість дошкільняти, її зміст, механізми формування та діагностика.
  18. Вплив статусу школяра на психіку першокласника.
  19. Початкова шкільна дезадаптація: причини, вияви та способи усунення.
  20. Специфіка взаємин молодшого школяра з вчителем.
  21. Родина як фактор соціалізації молодшого школяра.
  22. Динаміка спілкування дитини молодшого шкільного віку з ровесниками.
  23. Характеристика учіння як провідної діяльності молодших школярів.

24. Соціально-психологічні чинники формування особистості сучасних молодших школярів.

25. Особливості емоційної сфери учня початкової школи.

23. Типові емоційно-поведінкові порушення дітей молодшого шкільного віку.

27. Розвиток вольової регуляції в молодшому шкільному віці.

28. Формування самосвідомості дитини молодшого шкільного віку.

29. Вплив навчальної діяльності на інтелектуальну сферу молодшого школяра.

30. Зміст та механізми формування новоутворень пізнавальної сфери учня початкової школи.

### Завдання для самоперевірки

*Знайдіть єдину правильну відповідь  
на тестові запитання*

1. Етап розвитку дитини в лоні матері називається:

- а) пренатальним,
- б) дитячим,
- в) захисним,
- г) постнатальним.

2. Остаточне формування всіх органів та систем плода, підготовка дитини до народження та самостійного життя – це зміст якої фази пренатального розвитку:

- а) фетальної,
- б) ембріональної,
- в) постнатальної,
- г) гермінальної.

3. Впродовж якої фази пренатального розвитку зародок є особливо чутливим до впливу тератогенів (несприятливих факторів його розвитку):

- а) гермінальної,
- б) ембріональної,

## РОЗДІЛ 2

---

- в) фетальної,
- г) постнатальної.

4. Виберіть рядок, в якому перелічені тільки тератогени:

- а) стан здоров'я матері, алкоголь, їжа,
- б) ліки, спадкові хвороби, куріння,
- в) звички матері та батька дитини, резус-конфлікт, ліки,
- г) алкоголь, наркотичні речовини, радіація.

5. Встановлення підтримуючого контакту батьків із новонародженою дитиною для подолання у неї почуття самотності та занедбаності – це суть якого поняття:

- а) комплексу поживлення,
- б) імпринтингу,
- в) бондінгу,
- г) сиблінгу.

6. Чи є факт недоношеності дитини підставою для формування в неї порушень психічного розвитку:

- а) так, неадекватність психічного розвитку цієї дитини виявляється завжди,
- б) цей факт становить лише ризик для формування порушень психічного розвитку дитини,
- в) тільки у випадку, якщо дитина не отримала адекватної медичної допомоги,
- г) ніякого впливу на психічний розвиток дитини її передчасне народження не має.

7. Виберіть назву психічного новоутворення, що формується в кінці фази новонародженості:

- а) мовлення,
- б) комплекс поживлення,
- в) маніпуляції з предметами,
- г) спілкування з дорослим.

8. Якою є провідна діяльність немовляти:

- а) емоційне спілкування з дорослим,
- б) учіння,

## ПСИХОЛОГІЯ ДИТИНСТВА

---

- в) їжа та сон,
- г) дотримання режиму життєдіяльності.

9. Із перелічених факторів виберіть той, який найчастіше є причиною відставання психічного розвитку немовлят:

- а) поганий гігієнічний догляд за дитиною дорослими,
- б) недостатність спілкування дитини з дорослими,
- в) недоношеність,
- г) фізичні хвороби.

10. Визначте вікові рамки раннього періоду:

- а) від народження до одного року,
- б) від 6-8 тижнів до 2 років,
- в) від одного до трьох років,
- г) від трьох до шести років.

11. Провідною діяльністю дітей раннього періоду є:

- а) мовлення,
- б) предметно-маніпулятивна,
- в) емоційне спілкування з дорослими,
- г) ігрова.

12. Ранній вік сприятливий для розвитку якої психічної функції:

- а) мислення,
- б) логічного мислення,
- в) інтуїції,
- г) мовлення.

13. Мислення дітей раннього віку є:

- а) абстрактним,
- б) наочно-дійовим,
- в) наочно-образним,
- г) образно-логічним.

14. Часте вживання дитиною фрази «Я сам!», її неслухняність та впертість є ознаками якого явища психічного розвитку раннього віку:

## РОЗДІЛ 2

---

- а) прискорення психічного розвитку,
- б) затримки психічного розвитку,
- в) кризи 3-ох років,
- г) дитячої шпитальності.

15. Яке новоутворення психіки, що свідчить про розвиток самосвідомості дитини, формується в ранньому віці:

- а) самооцінка,
- б) самосприймання,
- в) мовлення,
- г) гордість за досягнення.

16. За рахунок якого провідного чинника в дитини з'являється спроможність до переживання емоції сорому:

- а) вроджених задатків,
- б) стимуляції зі сторони значимих дорослих,
- в) спілкування з ровесниками,
- г) розвитку інтелекту.

17. Фіксація дитиною свого зовнішнього вигляду та формальної статевої приналежності – це ознака якого психічного новоутворення раннього віку:

- а) самосприймання,
- б) гордості за досягнення,
- в) адекватної самооцінки,
- г) емоції сорому.

18. Для дошкільного віку провідною діяльністю є:

- а) предметно-маніпулятивна,
- б) трудова,
- в) учіння,
- г) ігрова.

19. Наявність засвоєних норм поведінки – це зміст якого новоутворення психіки дошкільнят:

- а) уяви,
- б) образного мислення,
- в) внутрішніх етичних інстанцій,
- г) самоконтролю.



## ПСИХОЛОГІЯ ДИТИНСТВА

---

20. Мовне коментування дитиною дошкільного віку власних дій, «розмова з самим собою» – це ознаки якого психічного явища:

- а) внутрішнього мовлення,
- б) егоцентричного мовлення,
- в) монологу,
- г) внутрішнього плану дій.

21. Стадія каракулів, неспівпадання задуму і результату, адекватності задуму та результату – це етапи розвитку якої продуктивної діяльності дошкільника:

- а) ліплення,
- б) малювання,
- в) навчання,
- г) гри.

22. Яку негативну форму має розвиток дитячої уяви в дошкільному віці:

- а) фантазування,
- б) дитячі страхи,
- в) сором'язливість,
- г) мрійливість.

23. Готовність до засвоєння нової соціальної ролі – школяра та можливості успішного спілкування з ровесниками шестирічки складають зміст якого компоненту психологічної готовності дитини до школи:

- а) розумового,
- б) емоційно-вольового,
- в) соціального,
- г) мотиваційного.

24. Провідною діяльністю дітей молодшого шкільного віку є:

- а) ігрова діяльність,
- б) учіння,
- в) гра та учіння,
- г) спілкування з вчителем.

## РОЗДІЛ 2

---

25. Знайдіть найсуттєвіше обґрунтування доречності використання вчителем початкової школи ігрового методу навчання шестирічок:

- а) для більш легкої зміни провідної діяльності – від ігрової до навчальної,
- б) для уникнення перевтоми дітей,
- в) для кращого розподілу ролей дітей,
- г) для зміцнення класного колективу.

26. Що таке внутрішній план дій як психічне новоутворення молодшого шкільного віку:

- а) попереднє мислене планування подальших розумових дій,
- б) сумлінне виконання вказівок вчителя,
- в) зосередження школяра на учбовому завданні,
- г) свідоме управління та регуляція дитиною власної психічної та поведінкової активності.

27. Спроможність цілеспрямовано докладати вольові зусилля для організації розумової діяльності – це сутність якого новоутворення психіки молодших школярів:

- а) зосередженості,
- б) осмисленості,
- в) мимовільності,
- г) довільності.

28. Яка особливість пізнавальної сфери формується в молодшому шкільному віці:

- а) спостережливість,
- б) довготривалість,
- в) абстрактність,
- г) довільність.

29. Якою особливістю психіки молодших школярів зумовлена необхідність використання вчителем початкової школи великої кількості наочності:

- а) переважанню наочно-образного мислення,
- б) пізнавальною активністю дітей,
- в) недостатнім розвитком уваги молодших школярів,
- г) нестійкою навчальною мотивацією.

## ПСИХОЛОГІЯ ДИТИНСТВА

---

30. Оберіть найтиповішу ознаку проблеми початкової шкільної дезадаптації дитини:

- а) суперечки з вчителем,
- б) погіршення успішності,
- в) конфлікти з однокласниками,
- г) хронічне небажання дитини ходити до школи.

31. Яким чином виявляється емоційна вразливість молодших школярів:

- а) схильністю до пригніченого настрою, сльозливістю,
- б) чутливістю до оцінки їх значимими дорослими,
- в) частими перепадами настрою, примхливістю,
- г) здатністю до співчуття, співпереживання.

32. Позитивне ставлення до школи, відповідальність щодо результатів учіння – це вияви якого психічного новоутворення молодших школярів:

- а) рефлексії,
- б) внутрішньої позиції школяра,
- в) довільності пізнавальної сфери,
- г) самоконтролю.

33. Чи можуть сімейні негаразди вплинути на успішність навчання молодшого школяра:

- а) ні, оскільки школа та сім'я – це різні сфери життя дитини,
- б) тільки у випадку вразливості дитини,
- в) якщо вчитель не зацікавить дитину навчальними завданнями,
- г) пригнічений настрій дитини через родинні проблеми заважає її повноцінному навчанню.

34. Яка позитивна якість сприймання формується в молодшому шкільному віці:

- а) поверховість,
- б) спостережливість,
- в) тривалість,
- г) синкретизм.

## РОЗДІЛ 2

---

35. До якого соціометричного статусу потрапляють діти молодшого шкільного віку, що виявляють агресивність, задержаність, грубість, зухвалість чи зазнайство:

- а) «прийнятих»,
- б) «дітей, яких уникають у спілкуванні»,
- в) «дітей, яким надають перевагу у спілкуванні»
- г) «ізольованих».

*Спираючись на опрацьований зміст розділу, сформулюйте відповіді на проблемні питання*

1. Охарактеризуйте психологічні чинники пренатального розвитку дитини, які визначають її психічне здоров'я.

2. Окресліть наслідки впливу процесу народження дитини на її подальший психічний розвиток.

3. Опишіть прояви комплексу поживавлення дитини та його роль в психічному розвитку.

4. Охарактеризуйте соціальну ситуацію розвитку немовляти.

5. Розкрийте причини та вияви явища дитячої шпитальності.

6. Визначте засоби, які мають використовувати дорослі для розвитку емоцій та мовлення немовляти.

7. Розкрийте провідні потреби переддошкільників та їх вплив на розвиток психіки.

8. Охарактеризуйте механізми впливу значимих дорослих на формування новоутворень психіки переддошкільника.

9. Доведіть, що ранній вік є сенситивним для розвитку мовлення дитини.

10. З'ясуйте, чому ранній вік займає таке вагоме значення в процесі формування особистості в багатьох психологічних концепціях (психоаналіз, гуманістична теорія, теорія соціального навчання тощо).

11. Проаналізуйте типові форми реагування дорослих на прояви емансипації дітей раннього віку та їх наслідки для психіки малюка.

12. Визначте роль провідної діяльності переддошкільників для їх розумового розвитку.

13. Охарактеризуйте фактори, які спричинюють відставання в психічному розвитку у дітей раннього віку.

## ПСИХОЛОГІЯ ДИТИНСТВА

---

14. Порівняйте специфіку спілкування дітей раннього та дошкільного віку з дорослими.

15. Охарактеризуйте систему взаємин дошкільника з ровесниками.

16. Розкрийте співвідношення впливу ігрової, навчальної та трудової діяльності на становлення особистості дитини дошкільного віку.

17. Визначте роль продуктивної діяльності (малювання, ліплення тощо) для інтелектуального розвитку дошкільника.

18. Опишіть можливі форми реагування дорослих на вияви пізнавального інтересу дошкільника і їх наслідки для розумового розвитку дитини.

19. Проаналізуйте думку К.Д. Ушинського, що саме дошкільне дитинство є початком інтимної історії людської душі – історії її почуттів.

20. З'ясуйте роль внутрішнього мовлення у плануванні і регуляції поведінки дошкільнят.

21. Охарактеризуйте компоненти психологічної готовності дитини до школи та способи їх діагностики.

22. Складіть пам'ятку для батьків щодо формування психологічної готовності дошкільняти до школи.

23. Розкрийте роль молодшого шкільного віку в процесі соціалізації особистості.

24. Охарактеризуйте взаємозв'язок шкільної зрілості дошкільняти та рівня адаптації першокласника до школи.

25. Доведіть, що учіння є провідною діяльністю для психічного розвитку молодших школярів.

26. Співвіднесіть роль батьків та вчителя у формуванні у дитини внутрішньої позиції школяра.

27. Розкрийте механізми становлення статусу учня початкової школи в класному колективі.

28. Охарактеризуйте гендерні відмінності дітей молодшого шкільного віку.

29. Проаналізуйте взаємозв'язок стилів батьківського виховання з результативністю навчання молодшого школяра та його самооцінкою.

30. Обґрунтуйте психологічну доречність використання вчителем тільки словесного оцінювання навчальних досягнень учнів 1-го класу.

## РОЗДІЛ 2

---

31. Проаналізуйте детермінанти виникнення негативних емоційних станів дітей молодшого шкільного віку.

32. Охарактеризуйте поведінкові відмінності молодших школярів різних типів темпераменту.

33. Розкрийте детермінанти формування характеру в молодшому шкільному віці.

34. Охарактеризуйте причини, вияви та способи профілактики агресивності молодших школярів.

35. Охарактеризуйте основні напрямки діяльності вчителя щодо розвитку здібностей молодших школярів.

36. Розкрийте специфіку взаємозв'язку роботи мислення та уяви учнів початкової школи.

37. Розкрийте основні напрямки профілактики та корекції неувважності молодших школярів.

### *Розв'яжіть психологічні задачі*

1. Мама Наталки (дівчинці 6 місяців) весь час – і вдома, і на прогулянці говорить, наспівує до дитини. Сусідка каже: «Що ти говориш, дитина все одно ж нічого не розуміє».

*Проаналізуйте доречність дій мами для психічного розвитку доньки.*

2. Обідньої пори тато, мама і маленька Ясочка (дівчинці 11 місяців) зібрались за столом. Дівчинка робить невдалі спроби самотужки поїсти каші. Хоча тарілка поряд, але донести ложку до ротика так важко, більшість каші залишається на обличчі, одязі дівчинки і на столі. Мама намагається відібрати ложку у Ясі, щоб погодувати дівчинку. Тато починає протестувати, мотивуючи важливістю формування самостійності доньки. Жінка ображено вказує на необхідність прибирання всієї кухні та прання одягу після такої «самостійності» дитини. Між батьками зав'язується словесна перепалка. Яся в цей час вимазує залишки каші на скатертину.

*З'ясуйте доречність виховних впливів батьків на дитину. Визначте правильну форму реагування батьків на потребу дівчинки.*

3. Оля тихо грається в своєму куточку. Вона одягає і роздягає ляльку вже 5 хвилин. А перед цим вона возила візочок назад і вперед кілька разів підряд.

*Визначте вік та тип діяльності дівчинки.*

4. Михайликові, якому 1 рік 3 місяці, ще важко дається вимова слів, і він часто вдається до жестів. Мати, зрозумівши, що хоче хлопчик, тут же виконує його бажання.

*Як вплине така поведінка мами на розвиток мовлення хлопчика?*

5. Андрій закинув м'ячик за шафу і безуспішно намагається його дістати. Мама пропонує йому подумати, як можна дістати м'яч. Андрій відповідає: «Не треба думати, діставати треба».

*Який вид мислення дитини проявляється в даному епізоді, і для якого віку він характерний?*

6. Тато з Настею (дівчинці – 2 роки і 7 місяців) вийшов на прогулянку. Зручно вмістившись на лавці, він відправляє дівчинку гуляти в пісочницю з іншими дітками. Настя злякано оглядає незнайомих хлопчиків і дівчаток, відмовляється та тулиться до батька. «Перестань вередувати, марш до пісочниці!» – голос тата набуває крижаних ноток. Дівчинка повертається у вказаному напрямку й із сльозами на очах прямує до інших дітей.

*Які наслідки для психіки дитини матиме вплив тата? Визначте правильну форму реагування батька на поведінку дівчинки в даній ситуації.*

7. Володя (2 роки 8 місяців) намагається сам одягнутися. Крекчучи, він натягує колготки. Нічого не виходить. Мама пропонує свою допомогу.

«Я сам!» – протестує дитина.

«Сиди спокійно, нічого у тебе не виходить» – каже мама.

«Я хочу сам!» – знову стверджує хлопчик.

*Визначте особливості психіки дитини раннього віку, які характеризує дана ситуація.*

## РОЗДІЛ 2

---

8. Тарасик, якому виповнилось 2,5 роки, зібрав на вулиці палички, тендітними пальчиками прилаштував їх одну до одної і побіг до тата, прагнучи показати тому свій виріб. «Тату – бібі», – весело вигукує хлопчик, тягнучи батька до паличок. «Що це ти за сміття назбирав, викинь негайно, вже руки забруднив», – кидає репліку невдоволеним тоном чоловік.

*Які наслідки для психічного розвитку дитини матиме реакція тата?*

9. Сергійко вирує енергією. Ось, граючись біля мами на подвір'ї, він підбігає до сусідки Оленки, вихоплює у неї совочок і вдаряє ним по руці дівчинки. Її голосний плач приваблює увагу обох мам, що розмовляли. «От бешкетник», – каже мама Сергійка, поблажливо посміхаючись до нього. Розмова мам продовжується....

*Проаналізуйте зміст поведінки хлопчика та мами щодо даної ситуації та спрогнозуйте психологічні наслідки. Визначте правильну форму реагування мами на поведінку хлопчика в даній ситуації.*

10. Мама в 4-річному Віталіком зайшла до магазину. Увагу хлопчика привернула велика іграшкова машинка. Перші прохання дитини придбати іграшку мамі вдалося проігнорувати, пояснюючи відмову відсутністю грошей. Але наполегливі прохання хлопчика переросли в істеричний плач. Мама, пригнічена увагою сторонніх людей – відвідувачів магазину – до голосного плачу дитини, здалася. Миттєво змінивши сльози на переможну посмішку, Віталік разом з мамою подався купувати іграшку.

*Сформулюйте причини та наслідки неадекватної поведінки хлопчика для становлення його особистості.*

11. Поясніть емоційні переживання дошкільниці.

«Мойй Галі пішов лише п'ятий рік, а вона вже жорстокою росте у нас, – скаржиться батько. – Вдома вона тягає собаку за хвоста, мучить кішку. Уявіть собі, що Галя ні сльозинки не пролила, коли померла її бабуся, яку вона дуже любила, а вчора гірко плакала, коли довідалась, що мама викинула її стареньку ляльку».



12. «Дуже спокійна моя дитина», – ділиться враженнями мама хлопчика 5-ох років. – «Інші заважають дорослим, набридають своїми примхами, а мій син може годинами гратись однією іграшкою. Я піду в іншу кімнату надовго, вже всю роботу перероблю, а він все ще мене не кличе. Хоча коли прийду – радіє».

*Проаналізуйте зміст та чинники поведінки хлопчика. Визначте правильну форму реагування матері на означені психічні прояви сина.*

13. Вихователь в старшій групі дитячого садка організував змагання, хто швидше і краще побудує будиночок. Діти з радістю прийняли за роботу. Михайлик із завданням не справився, але вихователь все-таки сказав йому: «Молодець!» і дав цукерку. Однак Михайло взяв цукерку без всякого задоволення і їсти її відмовився.

*Яке психічне новоутворення дошкільного віку ілюструє дана ситуація?*

14. Антон, досить комунікабельний та жвавий хлопчик п'яти років, обожнює гратись з ровесниками. Але, на відміну від інших дітей, його час, відведений для ігор, досить обмежений. Серйозна та строга мама вважає, що багато бавитись – це зайве. Набагато корисніше зайняти дитину вивченням англійської мови, заняттям музикою та переглядом розвиваючих фільмів. Відтак, погратися з ровесниками для хлопчика стало рідкісним святом та винагородою за старання.

*Проаналізуйте психологічну доречність виховної стратегії мамі.*

15. *Про який складовий компонент психологічної готовності до школи свідчить наведений нижче фрагмент бесіди з 6-річною дівчинкою Аллою:*

Алло, тобі хочеться йти до школи?

Дуже хочеться.

Чому?

Там вчитимуть читати, писати.

А для чого треба вміти читати і писати?

Вчитися треба, щоб все знати. Хочу стати ученицею, ходити до школи.

## РОЗДІЛ 2

---

16. Мати шестирічної дівчинки говорить: «Я спокійна за свою Юлю. Вона вміє читати, писати, лічити навчилась до 100. Що ж іще треба для школи?»

*Чи розділяєте ви впевненість матері? Обґрунтуйте свою думку.*

17. Женья (6 років) ріс активним, допитливим хлопчиком. В дитячому садку він швидко засвоював зміст занять, любив читати, але був неуважним і непосидючим. В першому класі Женья на уроці часто відволікався та не слухав пояснення вчителя і відповіді товаришів, тому часто отримував зауваження, на що болісно реагував.

*Які якості психологічної готовності до школи не сформовані у хлопчика для успішного навчання?*

18. Сергій (хлопчику 7 років) вчиться в першому класі. Він повідомляє мамі: «Олег тепер у нас не головний».

«А коли він був головним?» – здивувалась мама.

«В дитсадку. Він вміє добре бігати і стрибати. А тепер головне, як ти вчишся».

*Дайте психологічне обґрунтування зміні оціночних критеріїв дітей.*

19. Учні 1-го класу зосереджено виконують письмове завдання. Раптом за вікном лунає вибух петарди. Робота перервана, дехто з дітей навіть встає і підходить до вікна.

*Які особливості уваги молодших школярів виявляються в даній ситуації?*

20. Коли ученицю 2-го класу Марину запитали, чи є у неї подружки, вона відповіла: «Ні, вони всі живуть далеко, у бабусі в селі». – «А в класі є хороші дівчатка, котрих ти любиш?» – «Аякже, – сказала дівчинка, – у нас є відмінниця».

*Визначте критерії симпатії дівчинки до однокласниць.*

## Практичні дослідницькі завдання

### Завдання 1

**Тема:** психологічні особливості дітей раннього віку.

**Мета:**

- дослідити ступінь сформованості уявлень дітей раннього віку про величину предметів,
- визначити здатність переддошкільників розрізняти кольори,
- виявити ступінь оволодіння лічбою, а також рівень розвитку моторики дітей раннього віку.

**Форма роботи:** індивідуальна діагностика дитини 3-річного віку за методикою «Складання піраміди з кілець».

**Обладнання:** піраміда (з чіткою різницею у розмірах кілець, забарвлених у основні кольори).

### Хід дослідження

Перед дитиною ставимо піраміду і знімаємо з неї усі кільця. Потім даємо інструкцію: «Зроби, надінь так, як було». Фіксуємо правильність виконання завдання малюком.

Бажаючи дослідити сформованість уявлень про величину предметів, даємо дитині завдання: «Надінь найбільше кільце», «Надінь найменше кільце».

Для дослідження здатності малюка розрізняти кольори, даємо такі інструкції: «Дай червоне (зелене, сине) кільце». Крім того, можна скласти уявлення про ступінь оволодіння лічбою, якщо дати завдання: «Дай одне кільце», «Дай багато кілець».

Оцінюючи результати, треба виходити з того, що діти 3 років у нормі збирають піраміду з урахуванням відносної величини кілець. При цьому вони йдуть до правильного варіанта шляхом проб.

*Протягом гри створюється ситуація, коли малюк «навчає», «підказує», як же визначити, яке кільце найбільше, найменше тощо. Це сприяє тому, що малюк почуває себе вільніше, міг виявити свої найкращі знання і навички*

### Завдання 2

**Тема:** психічний розвиток дошкільнят.

**Мета:**

- дослідження змісту сприймання дитиною дошкільного віку сімейних взаємин,
- виявлення ставлення дошкільника до кожного члена родини,
- з'ясування специфіки сприймання дитиною себе, свого становища в родині.

**Форма роботи:** проективне тестування дитини дошкільного віку за методикою «**Малюнок сім'ї**» (статичний варіант).

**Обладнання:** альбомний аркуш паперу форматом А-4, простий та кольорові олівці, гумка.

#### Хід дослідження

*Це потрібно, щоб надати спонтанності та відвертості малюванню дитини*

Після встановлення позитивного контакту з дитиною пропонуємо їй намалювати свою сім'ю. На всі подальші уточнюючі запитання дитини відповідаємо: «Як хочеш, як вважаєш за потрібне». Спостерігаємо за ходом малювання дитини, фіксуємо її словесні коментарі та міміку. Після закінчення дитиною малювання уточнюємо, хто де зображений та з'ясовуємо реальний склад членів родини, що проживають разом з дитиною. На малюнку підписуємо зображення та цифрами вказуємо послідовність їх виконання.

Далі здійснюємо аналіз малюнку за показниками:

1. Відповідність зображень реальному складу родини як показник прийняття чи ігнорування дитиною своїх родичів.
2. Наявність чи відсутність власного зображення дитини як показник сприймання дитиною свого статусу в сім'ї.
3. Послідовність малювання як показник значимості члена родини для дитини (першими малюються найбільш значимі люди).
4. Розміри зображень як показник значимості члена родини для дитини (великий розмір зображення, як щодо

*При аналізі доречно звернути увагу на розмір голови як показник авторитетності даної людини для дитини*

зросту, так і щодо товщини фігури, свідчить про вагому значимість).

5. Розміщення на аркуші зображень як показник значимості члена родини для досліджуваного (ближче до центру зображуються найбільш значимі люди).
6. Використання кольорів як показник симпатії чи антипатії (кольори «симпатії» – зелений, салатовий, синій, блакитний, жовтий, рожевий, бузковий, кольори «антипатії» – чорний, сірий, коричневий, червоний та оранжевий – показники енергійності, демонстративізму, іноді агресивності, фіолетовий – символ незахищеності, інфантилізму). Відмова зафарбовувати зображення відображає проблемне ставлення дитини до цієї людини.
7. Схематичність чи детальність малювання як показник симпатії чи антипатії (більш детально промальовуються приємні для дитини члени родини). Аналіз положень зображених членів родини чи їх дій.
8. Наявність об'єднувальних чи роз'єднувальних деталей, відстань між зображеннями, розміщення стосовно один одного як показники сприймання дитиною емоційної близькості між членами родини. Наприклад, зображення предметів на малюнку може нести декоративну, об'єднувальну чи роз'єднувальну функції.

В кінці аналізу формулюємо загальний висновок щодо благополучності сприймання дитиною сімейних взаємин.

### Завдання 3

**Тема:** психологія молодших школярів.

**Мета:**

- визначення впливу телебачення на особистість молодшого школяра,
- з'ясування характеру контролю батьків за телевізійними інтересами дитини.

**Форма роботи:** бесіда з дитиною молодшого шкільного віку.

## РОЗДІЛ 2

### Хід дослідження

Після налагодження емоційного контакту з молодшим школярем залучаємо його до тематичної бесіди.

*Орієнтовний зміст бесіди:*

1. Скажи своє повне ім'я та вік (наприклад, Олександр, 10 років).
2. Скільки часу у буденний/вихідний день ти дивишся телевизор?
3. Які твої улюблені телепередачі?
4. Які телепередачі тобі не подобаються?
5. Чи радять тобі батьки подивитись якусь телепередачу? Якщо так, то яку саме?
6. Чи є телепередачі чи фільми, які тобі забороняють дивитись батьки? Якщо так, то які саме?
7. У вихідний день якому заняттю ти б надав перевагу:
  - а) слуханню музики,
  - б) грі на комп'ютері,
  - в) перегляду телевизору,
  - г) читанню цікавої книжки,
  - д) спілкуванню з товаришами.
8. Чи є у тебе улюблений телегерой? Якщо так, то хто саме? Чому він тобі подобається?
9. Чи пробуєш ти наслідувати свого улюбленого телегероя?
10. Якби ти був режисером телебачення, яку телепрограму ти б знімав?

Можна надати варіанти відповіді: 1, 2, 3 чи більше годин

При опрацюванні отриманих під час бесіди даних здійснюється якісний аналіз відповідей дитини.

## Література до розділу

1. Авдеева Н.Н., Мещерякова С.Ю. Младенец: такой простой и такой сложный // Дошкольное воспитание. – 1986. – № 10.
2. Адаптація дитини до школи. Упорядник: Максименко С.Д. – К., 2003.
3. Бардин К.В. Чтобы ребенок успешно учился. – М.: Педагогика, 1988.
4. Безруких М.М. Знаете ли вы своего ученика? – М.: Просвещение, 1991.
5. Вікова психологія / За ред. Костюка Г.С. – К.: Радянська школа, 1976.
6. Вікова та педагогічна психологія / За ред. Скрипченка О.В. – К.: Просвіта, 2001.
7. Возрастная и педагогическая психология / Под ред. Петровского А.В. – М.: Просвещение, 1981.
8. Волков Б.С., Волкова Н.В. Психология развития человека: Учебное пособие для вузов. – М.: Академический Проект, 2004.
9. Выготский Л.С. Кризис семи лет. / Собр. соч. в 6 томах. Т.4. – М., 1988.
10. Выготский Л.С. Младенческий возраст. / Собр. соч. в 6 томах. Т.4. – М., 1988.
11. Выготский Л.С. Раннее детство. / Собр. соч. в 6 томах. Т.4. – М., 1988.
12. Галигузова Л.Н. Формирование потребности в общении со сверстниками у детей раннего возраста // Вопросы психологии. – 1985. – № 5.
13. Гільбух Ю.З. Темперамент і пізнавальні здібності школяра. – К.: КІПМ, 1992.
14. Гиппенрейтер Ю.Б. Общаться с ребенком. Как? – М., 2000.
15. Гуськова Т.В. Личностные новообразования у детей в период кризиса трех лет // Вопросы психологии. – 1987. – № 5.
16. Давыдов В.В. Младший школьник как субъект учебной деятельности // Вопросы психологии. – 1984. – № 2.
17. Дьяченко О.М. Психическое развитие дошкольников. – М., 1984.
18. Захаров А.И. Как предупредить отклонения в поведении ребенка. – М.: Педагогика, 1986.
19. Коломинский Я.Л. Учителю о психологии детей шестилетнего возраста. – М., 1988.

20. *Кравцова Е.Е.* Психологические проблемы готовности детей к обучению в школе. – М., 1991.
21. *Крайг Г.* Психология развития. – СПб.: Питер, 2002.
22. *Леви В.* Нестандартный ребенок. – М., 1992.
23. *Люблінська Г.О.* Дитяча психологія. – К.: Вища школа, 1974.
24. *Люблинская А.А.* Учителю о психологии младшего школьника. – М.: Просвещение, 1977.
25. *Манова-Томова В.* Психологічна діагностика раннього віку. – К.: Вища школа, 1974.
26. *Маркова А.К.* Формирование мотивации учения. – М.: Просвещение, 1990.
27. *Мухина В.С.* Детская психология. – М., 1985.
28. *Мухина В.С.* Шестилетний ребенок в школе. – М., 1986.
29. *Немов Р.С.* Психология: В 3 кн. – **Кн. 2: Психология образования.** – М.: Владос, 1999.
30. *Обухова Л.Ф.* Детская психология: теория, факты, проблемы. – М., 1995.
31. Психология человека от рождения до смерти. Психологический атлас человека / Под ред. А.А. Реана. – СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2007.
32. Рабочая книга школьного психолога / Под ред. Дубровиной И.В. – М.: Просвещение, 1991.
33. Родители и дети: Хрестоматия / Под ред. Райгородского Д.Я. – Самара: Бархат-М, 2003.
34. *Рыбалко Е.Ф.* Возрастная и дифференциальная психология. – СПб.: Питер, 2001.
35. *Савчин М.В., Василенко Л.П.* Вікова психологія. – К.: Академвидав, 2006.
36. *Сапогова Е.Е.* Психология развития человека. – М.: Аспект-Пресс, 2001.
37. *Фридман Л.М., Кулагина И.Ю.* Психологический справочник учителя. – М.: Просвещение, 1991.
38. *Шеффер Д.* Дети и подростки: Психология развития. – СПб.: Питер, 2003.
39. *Цукерман Г.А.* О детской самостоятельности // Вопросы психологии. – 1990. – № 6.
40. *Эльконин Д.Б.* Психология игры. – М., 2003.
41. *Эриксон Э.* Детство и общество. – СПб.: Питер, 1996.



# РОЗДІЛ III

## ПСИХОЛОГІЯ ДОРΟΣЛІШАННЯ ТА ДОРΟΣЛОСТІ

### ІНФОРМАЦІЙНИЙ БЛОК

#### 3.1. Психічний розвиток підлітків

##### *Вплив фізичного та фізіологічного розвитку підлітка на його психіку*

*Підлітковий вік  
триває з 10 (11) до  
15 років*

Підлітковий період охоплює навчання в основній школі (5-9 класи) і знаменує собою суттєві зрушення суб'єкта в напрямку дорослішання. Даний вік характеризується бурхливими, але нерівномірними темпами зростання організму та фізіологічними змінами. Ці соматичні зміни стають чинниками ряду надбань психічного розвитку підлітка:

- швидкі темпи зростання та дорослішання викликають формування нового образу «Я», посилення інтересу до свого зовнішнього вигляду, однак підліткам характерне незадоволення своєю зовнішністю,
- нерівномірне формування опорно-кісткової системи (зростання рук, ніг та голови випереджає темпи розвитку хребта) супроводжується тимчасовою втратою гармонії в рухах, що примушує підлітка переживати сором'язливість, пригніченість, знижує самооцінку,
- нерівномірний розвиток кровоносної системи (серце росте швидше, ніж судини) може спричинювати погане самопочуття, головний біль, періодичне зниження розумової працездатності,

*Дівчатка переймаються пропорціями та стрункістю своєї фігури, а хлопчиків хвилює мускульна маса і атлетичність тіла*

### РОЗДІЛ 3

- у нервовій діяльності підлітка процеси збудження переважають над гальмуванням, що викликає часті перепади настрою, підвищену чутливість, дратівливість,
- розгортання статевого дозрівання, поява вторинних статевих ознак сприяє формуванню почуття дорослості як центрального особистісного новоутворення підлітка, забезпечує активізацію статевої ідентифікації, поживляє потяг до спілкування з протилежною статтю.

**Пубертат** – період статевого дозрівання

В зв'язку з означеними вище фізіологічними змінами підлітковий період синонімічно називається *пубертатним*. Оскільки темпи статевого дозрівання в підлітковому віці досить швидкі, то позначаються як так званий «пубертатний стрибок». Психологи розглядають *проблему «пубертатного стрибка»* щодо підлітків як невідповідність випереджаючих темпів його статевого дозрівання повільнішим темпам фізичного розвитку та становлення особистості. Проблема «пубертатного стрибка» може виявлятися через раннє і безладне статеве життя підлітків, розповсюдження венеричних захворювань та ВІЛ-інфекції, незаплановані вагітності, аборти, шкідливі звички та антиправну поведінку.

Від латин. «пубертас» – покриття волоссям

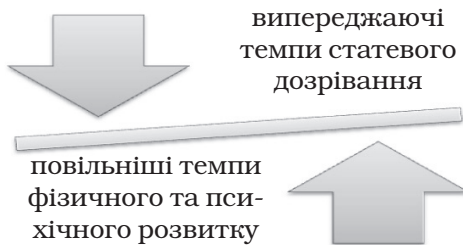


Рис. 3.1. Проблема «пубертатного стрибка»

Проблему дисбалансу фізичних, фізіологічних та психічних аспектів дорослішання підлітка можуть ускладнити явища *акселерації* – прискорених темпів фізичного розвитку та *ретардації* як явища уповільнених темпів дорослішання підлітка.

*Важливо, що прискорені темпи фізичного та фізіологічного розвитку не збігаються з такими ж швидкими темпами становлення особистості*

Хлопчики-акселерати почувають себе більш впевнено та комфортно, маючи певні соціальні переваги, ніж дівчатка-акселерати, які спочатку комплексують і тривожаться через свою «дорослу» зовнішність на фоні ровесників. Окрім цього, в підлітковому віці спостерігається тенденція випередження на півтора-два роки фізичного розвитку дівчат щодо хлопців. Тому, в найбільш травматичну ситуацію можуть потрапляти хлопці-ретарданти, які переживають пригніченість, стурбованість, сором'язливість через свою дитячу зовнішність, гірше налагоджують соціальні контакти. Типовим ставленням дорослих до таких підлітків є гіперопіка, що може спричинити вияви інфантилізму.

**! Інфантилізм підлітка** – надмірна дитячість внутрішніх психічних проявів (емоцій, поглядів, інтересів) та поведінки, що не відповідає хронологічному віку

Підлітку, що фіксує в собі безліч різких фізичних і фізіологічних змін, пов'язаних з дорослішанням і статевим дозріванням, нелегко утримувати почуття ідентичності. Однак, при визнанні бурхливості та нерівномірності соматичних змін підлітка та їх суттєвого впливу на становлення особистості, не доречно вважати його жертвою «гормональної бурі», «ендокринного шторму» і т.п. Активізація біологічного фактору розвитку підлітків не перекреслює вагомість їх соціальної взаємодії та власної активності.

### Соціальна ситуація розвитку підлітків

*Підліток – вже не дитина, але ще їй не дорослий.*  
*К.Левін*

Соціальна ситуація розвитку підлітка суттєво відрізняється від ситуацій розвитку в дитинстві. Розбіжність пов'язана не стільки із зовнішніми обставинами, скільки із внутрішніми чинниками. Підліток продовжує жити в сім'ї, вчитися у школі, контактувати з однолітками, але сама соціальна ситуація трансформується в

### РОЗДІЛ 3

---

його свідомості у зовсім нові ціннісні орієнтації. Тепер вже інакше розставляються акценти між сім'єю, однолітками і школою, зумовлені перехідністю від дитинства до дорослості.

Формально підліток залишається у попередньому статусі – школяра, однак перехід з початкової до основної школи зумовлює ускладнення цього статусу:

- зростання кількості навчальних предметів та ускладнення їх змісту через вивчення основ наук та прикладних галузей знань,
- збільшення навчального навантаження (кількості уроків та обсягів домашніх завдань),
- поява нових вчителів та їх диференційованих вимог до учіння підлітків.

На фоні цих ускладнень змінюється мотивація навчання підлітків, загальне ставлення до перебування в школі. Якщо молодші школярі психологічно захоплені навчальною діяльністю, то підлітків починають приваблювати взаємовідносини з однолітками. У шкільних умовах, навіть не ігноруючи навчання, підліток особливої уваги надає спілкуванню з однолітками, фігурують й інші спонуки його перебування в школі:

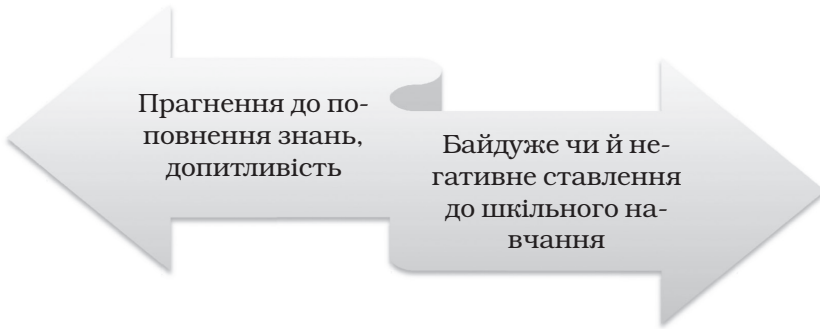


Рис. 3.2. Мотиви позитивного ставлення підлітків до школи за Булах

## ПСИХОЛОГІЯ ДОРОСЛІПАННЯ І ДОРОСЛОСТІ

---

Розширення зв'язків з оточуючим світом, активізація самопізнання і поглинаючого спілкування з ровесниками, особисті прагнення та захоплення підлітка часто знижують його інтерес до шкільного навчання. Характерною для багатьох учнів основної школи є суперечність їх ставлення до пізнання та шкільного навчання:



*Рис. 3.3. Суперечність навчальної мотивації підлітків*

Така ситуація складається як реакція підлітка на невдачі в навчанні, конфлікти з вчителем, проблему підліткової шкільної дезадаптації.

Навчальна мотивація підлітків збагачується появою нових мотивів та їх видозміненою ієрархією. Відбувається поєднання соціальних мотивів навчання з особистісними (перспективи здобуття вищої освіти, прагнення інтелектуально самоствердитись серед ровесників, стійкі пізнавальні інтереси). Свідоме позитивне ставлення до навчання у підлітка виникає тоді, коли знання набувають сенсу знярядь побудови майбутнього дорослого життя та відповідають пізнавальним інтересам.

Ускладнення шкільного навчання, що відбувається при переході учнів з початкової до основної школи, створює ризик розгортання *підліткової шкільної дезадаптації*. За даними В.В. Гороховського, підтверджуваними й іншими дослідниками, якщо в молодших класах шкільна дезадаптація зустрічається в 8-10% випадків, то у підлітків – в 18-20%.

Причини дезадаптації	Вияви дезадаптації
<ul style="list-style-type: none"> <li>• неспроможність адаптуватись до ускладнених умов навчання,</li> <li>• погіршення статусу в класному колективі через його структурні зміни,</li> <li>• занедбана початкова шкільна дезадаптація</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• значне погіршення навчальної успішності, закріплення негативної мотивації учіння,</li> <li>• конфліктні взаємини з вчителями та однокласниками, системні порушення дисципліни,</li> <li>• негативні емоційні переживання підлітка</li> </ul>

*Рис. 3.4. Причини та вияви підліткової шкільної дезадаптації*

Способи корекції даної проблеми визначаються виявленням причин дезадаптації конкретного підлітка.

Важливим є проведення завчасної профілактичної діяльності педагогами та шкільним психологом:

- корекційна і розвиваюча робота з майбутніми підлітками, що здійснюється ще під час їх навчання в 4 класі;
- консультування педагогів, що випускають і приймають клас;
- організація діяльності вчителів і батьків з корекції виявлених відставань або порушень в психічному, особистісному розвитку учнів;
- «відстрочена допомога», тобто спостереження за ходом подальшого розвитку тих підлітків, кому за наслідками обстеження не була потрібна негайна допомога, але проблеми яких можуть загостритися в більш старшому віці.

*Проблема ускладнюється ще і тим, що дезадаптація може розгорнутись не лише в 5 класі, а й значно пізніше. Тому навчальна діяльність підлітків потребує постійного психологічного патронату*

### *Спілкування підлітків з дорослими*

Система взаємин підлітків з учителями ускладнюється порівняно з молодшими школярами; на зміну беззаперечній авторитетності педагогів приходить диференційоване ставлення

до них – якщо молодші школярі автоматично виражали свою повагу до вчителя, то щодо підлітків авторитет йому необхідно завоювати.

Чинники дифереційованого ставлення підлітка до вчителів		
особистісне становлення підлітка, що зумовлює критичне ставлення до дорослих	зростання кількості вчителів, яке викликає порівняння їх особистісних та професійних якостей	формування у підлітка образу ідеального вчителя через досвід взаємодії з різними педагогами

Рис. 3.5. Чинники дифереційованого ставлення підлітка до педагогів

Характер спілкування учня основної школи з учителями і суб'єктивне ставлення до них змінюється протягом підліткового віку. Якщо провідними мотивами спілкування молодших підлітків є прагнення отримати підтримку, схвалення вчителя за навчання, поведінку і шкільну працю (за традиціями молодшого шкільного віку), то старші підлітки очікують особистісного спілкування на рівних, визнання вчителем їх дорослішання. Попри зовнішню, демонстративну незначимість думки педагога для підлітка, останній надзвичайно чутливий до несправедливості, недовіри вчителя.

Вчитель може фіксувати й негативно оцінювати погіршення мотивації навчання підлітка. Однак, ставлення підлітків до навчального предмету переважно проектується від ставлення до вчителя. В зв'язку з розширенням досвіду та ускладненням розумової діяльності підлітка, він, сприймаючи інформацію від вчителя, піддає її критичному аналізу. Тому саме у взаєминах учнів основної школи з вчителями вперше фігурує *конфлікт поколінь*. Якої форми набуде конфлікт поколінь: конструктивної розвивальної дискусії чи антагоністичного конфліктного протистояння – першочергово залежить від позиції педагога.

*Якщо педагог не бачить зусиль підлітків у сфері саморозвитку, це сильно зачіпає їх самолюбство і призводить до розчарування.  
І.С. Булах*

### РОЗДІЛ 3

Спілкування підлітка з вчителем може набувати відверто конфліктного характеру, що негативно впливатиме на загальну продуктивність їх взаємин. При цьому ініціатором конфлікту може стати кожен із суб'єктів взаємодії:



Рис. 3.6. Типові причини конфліктів педагогів та підлітків

Оптимальним стилем взаємодії вчителя з підлітками є *демократичний*, що поєднує в собі заохочення підлітків до самостійності, відповідальності та колегіальності і постійний, вимогливий контроль, справедливу оцінку результатів учіння школярів. Якщо педагоги помічають процеси дорослішання учнів основної школи, визнають їх, організують навчальну та виховну діяльність так, щоб підлітки могли адекватно реалізувати себе як особистості, що формуються, то процес взаємодії між ними має продуктивний характер.

Процеси фізичного та психологічного дорослішання підлітка викликають зміни у його взаєминах з *батьками*. Вплив батьків вже обмежений – ним не охоплюються всі сфери життя дитини, як це було в молодшому шкільному віці, але його значення



важко переоцінити. Думка батьків починає конкурувати з точкою зору ровесників, однак базові ціннісні орієнтації підлітка, розуміння ним соціальних проблем, моральні оцінки подій і вчинків залежать в першу чергу від позиції батьків.

Почуття дорослості як центральне новоутворення підлітків викликає їх прагнення змінити стосунки з слухняності, підкорення дитини дорослому на рівноправні взаємини. Дитяча безоцінна любов до батьків змінюється у підлітка на аналіз та критику їх особистісних якостей, тобто має місце ефект «зняття з п'єдесталу».

*Родина залишається вагомим інститутом соціалізації підлітків, хоча вони самі децю знецінюють її роль.*  
І.С. Булах

▼ **Ефект «зняття з п'єдесталу»** – зменшення авторитетності батьків для підлітка, спричинене його критичним, оцінним ставленням до особистісних якостей і поведінки батьків

*Егоцентризм виявляється як зосередженість підлітків на собі*

Дане явище викликає послаблення емоційних зв'язків між підлітком та батьками, переключення його інтересів на середовище ровесників. Складність взаємин підлітків з батьками зумовлюється і асиметричністю їх інтересів. Так, батьки цікавляться всіма аспектами життя підлітків, тоді як останні через власний егоцентризм та малий життєвий досвід мало переймаються проблемами батьків. У відносинах з батьками підліток прагне налагодити нові зв'язки, підтверджуючи свою ідентичність та випробовуючи свою автономію. Перебудова взаємин підлітка з батьками супроводжується його поведінковим відокремленням від дорослих, що виявляється в *реакціях емансипації та опозиції*.

▼ **Підліткова реакція емансипації** – прагнення підлітка звільнитись від опіки, контролю дорослих і здобути автономність від старшого покоління

▼ **Підліткова реакція опозиції** – протиставлення цінностей та норм підлітка вимогам дорослих

## РОЗДІЛ 3

Підліткова реакція емансипації є багатогранним явищем, що зазвичай охоплює різні сторони його психіки, діяльності та поведінки. Російський психолог І.С. Кон розрізняє емоційну, поведінкову та нормативну емансипацію підлітків:

### Емоційна емансипація

- послаблення емоційних зв'язків з батьками, пошуки емоційної близькості з ровесниками

### Поведінкова емансипація

- прагнення підлітка звільнитись від контролю та опіки батьків

### Нормативна емансипація

- заперечення норм та цінностей батьків, тенденція до вироблення власних ціннісних орієнтацій, ідеалів

Рис. 3.7. Види емансипації підлітків за Коном

*Чи досягнули батьки успіху, прививаючи дитині почуття підтримки і незалежності, з'ясується в отроцтві.*

*Г.Крайг*

Емоційна емансипація підлітків спирається на попередні досягнення їх виховання і символізує суперечливість батьківських завдань: дорослі повинні забезпечити захищеність та підтримку дітям і водночас сприяти становленню їх незалежності, самостійності. Емоційна емансипація дається підліткові значно легше, ніж його батькам. Переключення інтересів підлітка на ровесників, послаблення частоти спілкування та відвертості, довіри між батьками та підлітком є неминучим явищем, яке, однак, не заперечує вагомості родини для дорослішання підлітка. Його прагнення до поведінкової та нормативної автономії теж є досить відносним. В дійсності підлітки не прагнуть до повної свободи, так як вона сприймається ними як відчуження від родини. За словами Ф.Райса, підлітки хочуть

*Ті з підлітків, кому надається повна свобода, відчують почуття тривоги, так як не знають, як цією свободою скористатись.*

*Ф.Райс*

## ПСИХОЛОГІЯ ДОРОСЛІПАННЯ І ДОРОСЛОСТІ

мати право робити власний вибір, проявляти свою незалежність, сперечатись зі старшими і нести відповідальність за свої слова і вчинки, однак повна свобода їм не потрібна.

Зміна взаємин підлітків з батьками супроводжуються конфліктами. Їх типовими причинами є батьківський контроль за поведінкою, навчанням підлітка, його вибором друзів, необхідність виконання підлітком побутової роботи та спосіб вибору ним одягу, зачіски.

Частота розгортання та характер розв'язання конфліктів підлітків та батьків суттєво залежать від стилю батьківського виховання. За думкою Е.Еріксона, впродовж дитинства та отрочтва найбільш важливими є два вектори виховного впливу родини – батьківське прийняття / чуйність та батьківська вимогливість / контроль, поєднання яких утворює чотири стилі батьківського виховання, зміст яких досліджувала американський психолог Д.Баумрінд.

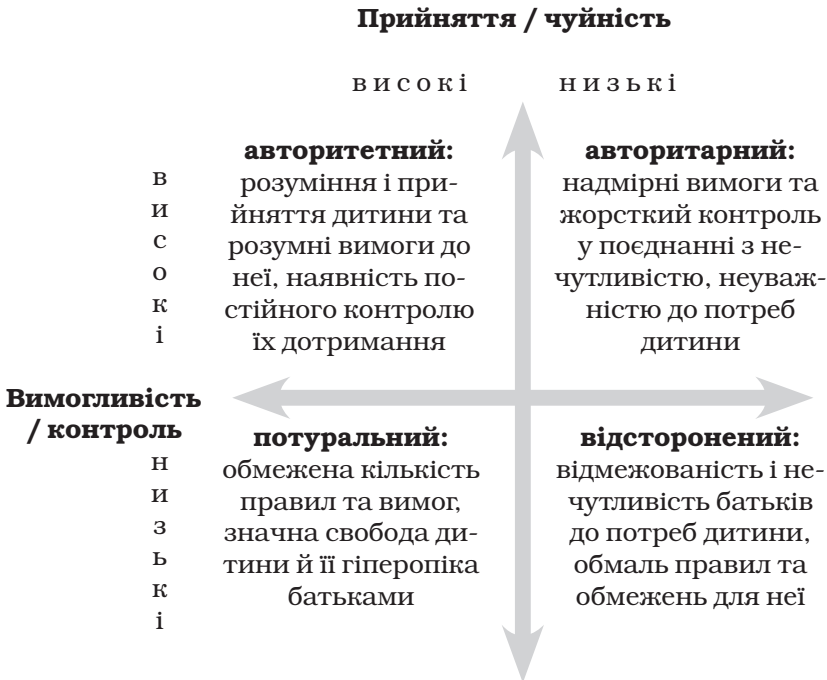


Рис. 3.8. Стилі батьківського виховання за Баумрінд

### РОЗДІЛ 3

Практикування батьками одного із означених виховних стилів викликає певні зміни особистості підлітка:

Таблиця 3.1

#### **Вплив стилів батьківського виховання на результати психічного розвитку підлітка**

<b>Стилі виховання</b>	<b>Наслідки для психічного розвитку підлітків</b>
<b>Авторитетний</b>	Висока самоповага і самооцінка, значні соціальні вміння, велика увага до соціальних та моральних проблем, хороша навчальна успішність
<b>Авторитарний</b>	Середні соціальні вміння, високий рівень тривожності, нестійка самооцінка, несамостійність і підвищена конформність до впливу ровесників
<b>Потуральний</b>	Низькі соціальні вміння, пасивність, інфантилізм та егоїзм, слабкий самоконтроль, схильність до демонстративної та аморальної поведінки
<b>Відсторонений</b>	Низькі соціальні вміння, занижена самооцінка, висока тривожність та агресивність, схильність до неконтрольованої й аморальної поведінки

Хоча конфліктів підлітків з батьками повністю уникнути неможливо, проте зменшити їх кількість та гармонізувати шляхи розв'язання цілком реально шляхом використання дорослими певних виховних прийомів:

## ПСИХОЛОГІЯ ДОРОСЛІШАННЯ І ДОРОСЛОСТІ

вияви прийняття підлітка через любов, зацікавленість та турботу

перебудова ставлення до підлітка через визнання його дорослішання

послідовність подачі вимог та перевірка їх дотримання підлітком

уникнення практики подвійних очікувань – то дитячого підкорення, то дорослої самостійності

толерантне наставництво щодо інтересів, взаємин з ровесниками та поведінки підлітка

Рис. 3.9. Прийоми оптимізації виховання батьками підлітків

### Спілкування підлітків з ровесниками

Підлітковий період є сенситивним до розширення та збагачення стосунків з ровесниками. Це виражається у налагодженні довірливого особистісного спілкування підлітка з однолітками як провідної діяльності даного віку. Спілкування з однолітками у підлітковому періоді реалізує функції:

- обміну інформацією, самопізнання,
- вдосконалення навичок взаємодії з однолітками,
- збагачення емпатійних навичок, здатності розділяти з іншими спільні заняття, інтереси і почуття,
- налагодження контактів з протилежною статтю і засвоєння гендерних ролей,
- становлення автономності підлітка, його незалежності від дорослих,
- здобуття досвіду набуття прийняттого соціального статусу.

Тлумачення поняття «гендер» – у словнику

Саме у групі однолітків створюється нова соціальна ситуація розвитку особистості підлітка, так як дорослішання, статеве дозрівання формує прагнення у здобутті емоційної незалежності від дорослих та активізує потребу у спілкуванні з ровесниками. Спілкування з ровесниками стає значимою сферою також через

*Для підліткового віку характерний пріоритет дитячої спільноти над дорослою.*

*Д.Б. Ельконін*

дію механізму самооцінювання – порівняння себе з ровесниками. Взаємини підлітків з ровесниками виявляють нові поведінкові реакції: групування, пошуків друзів і компанії, хобі-реакції та реалізуються через налагодження дружніх взаємин і пошуки референтної групи та встановлення значимого статусу в ній.

**!** **Підліткова реакція групування** – потреба підлітка в приналежності до групи, що виражається через його прагнення перебувати в середовищі ровесників та взаємодіяти з ними

На основі реакції групування підліток спочатку розширює коло спілкування з ровесниками, але цим взаєминам властива значна емоційність та конфліктність через егоцентризм підлітків у дружбі. Приблизно в 14-15 років відбувається *відбір та диференціація підліткових взаємин на категорії знайомих, приятелів, друзів*. Спочатку актуальними є дружні взаємини з представниками своєї статі, до кінця підліткового віку може розгорнутися дружба з протилежною статтю.

*Зі слів 13-річної дівчинки: «Мої батьки багато працюють, рідко буваючи вдома. Брат старший мене на шість років. Якби не подруги, мені навіть не було б з ким поговорити»*

Динаміка дружніх взаємин у цьому віці передбачає спочатку встановлення приятельських стосунків на основі спільних інтересів, визначення змісту «Я», самопізнання, а згодом

формування емоційної прив'язаності, закріплення навичок соціальної взаємодії. Важливим чинником підліткової дружби є подолання самотності.

В підлітковому віці з'являється «*кодекс дружби*» – набір значимих, цінних якостей, якими повинен володіти друг. Наприклад, це щирість, вірність, чесність, відданість тощо. Найважливіше та цікаве в дружбі підлітків – *розмови, обговорення*. Егоцентричність дружніх взаємин підлітків проявляється у надмірній критичності до друга та лояльності до себе. Для цього віку характерною є висока чутливість до оцінки товаришів, яка може вступати в конфлікт з оцінкою дорослих.

У підлітковому віці відбувається пошук *референтної групи*. Пошук референтної групи характерний для всіх підлітків, а потреба завоювати високий статус в ній більш активізована у хлопців. Для підлітка дуже важливо мати референтну групу, цінності якої він приймає, на чій норми поведінки і оцінку він орієнтується.

Тлумачення поняття «референтна група» – у **словнику**



Рис. 3.10. Особливості пошуку підлітком референтної групи

Важливо, що підліток, який претендує на роль лідера, повинен мати високу або й завищену самооцінку. Активні підлітки можуть одночасно входити в кілька груп, приміром, у групу, яка склалася на заняттях у спорткомплексі, у компанію свого чи сусіднього двору, в одну з мікрогруп класу.

Для даного віку також характерними є різноманітні захоплення і пов'язана з ними *хобі-реакція*.

**! Хобі-реакція** – схильність підлітків переймати та розповсюджувати інтереси, захоплення ровесників, яка має по-верховий та швидкоплинний характер

## РОЗДІЛ 3

*Підлітковий вік без захоплень подібний дитинству без ігор.*

*А.Є. Лічко*

Інтереси хлопців та дівчат цього віку є швидкоплинними і поверховими, тобто підлітки часто захоплюються чимось новим, однак ненадовго. При виборі захоплення підліток виявляє свою самостійність та здійснює пошуки способів й сфер самореалізації. Як правило, захоплення підлітків не пов'язані з навчанням. За думкою А.Є. Лічко, тип захоплення підлітка визначається змістом його особистості. Захоплення підлітків А.Є. Лічко та Ю.О. Строцький класифікують на такі типи:



*Рис. 3.11. Типи підліткових захоплень за Лічком, Строцьким*

Інтелектуально-естетичні захоплення ґрунтуються на глибокій цікавості підлітка до певної галузі знань чи сфери діяльності – історії, музики, малювання, комп'ютерного програмування тощо. Подібним змістом наповнені і егоцентричні захоплення, однак їх головним призначенням є не поглиблення компетентності, а спосіб самоствердження, досягнення лідерства серед ровесників. Підлітки, котрі мають такого роду захоплення, намагаються привернути до себе увагу оригінальністю своїх занять, виділитись, підвищити свій авторитет в очах інших.

Тілесно-мануальні захоплення підлітків викликані їх наміром зміцнити свою силу, витривалість, набути спритності чи яких-небудь вишуканих мануальних навичок. Окрім спорту та бодібілдингу, це захоплення скейтами, роликками,



*Спільним для підлітків обох статей щодо цього виду захоплення є розповсюджена орієнтація не стільки на процес занять, скільки на досягнуті результати*

водіння мотоцикла для хлопців, які таким чином розвиваються в фізичному плані і оволодівають потрібними для них вміннями. Дівчатка для поліпшення фігури можуть захоплюватись шейпінгом, аеробікою та спортивними танцями.

Зустрічаються підлітки, що мають накопичувальні захоплення, в основу яких покладене колекціонування, яке може поєднуватись із пізнавальною потребою, із схильністю до накопичення матеріальних благ, з бажанням слідувати підлітковій моді (збирання етикеток, наклейок, дисків) тощо.

*В інформаційно-комунікативних захопленнях проявляється жага отримання нової, не дуже змістовної інформації, яка не потребує ніякої критичної обробки, і потреба в легкому спілкуванні з однолітками – у великій кількості контактів, що дозволяють цією інформацією обмінюватись.*

*І.С. Булах*

Найбільш розповсюдженими щодо сучасних підлітків є інформативно-комунікативні захоплення, які можуть набути примітивного змісту. Приміром, це багатогодинні пусті розмови в звичній вуличній компанії або з випадковими товаришами, некритичне споглядання того, що відбувається навколо (від вітрин магазинів до вуличних

пригод). постійне поверхове спілкування з ровесниками засобами мобільного зв'язку чи мережі Інтернет, довготривале просиджування перед екраном телевізора чи комп'ютера. Перегляд телебачення може тривати кілька годин поспіль, але особливо цікавлять фільми детективно-пригодницького жанру, бойо-вики. Вся інформація засвоюється на достатньо поверховому рівні, іноді тут же передається іншим і забувається, приглушуючись іншою порцією. Це проведення часу важко назвати захопленням по його суті, але воно характерне для величезної кількості підлітків.

Спілкування підлітків з ровесниками може відбуватись і в рамках ігрової діяльності. Гра залишає свою привабливість для підлітка у тому випадку, коли відповідає його інтересам. Найбільш популярними серед представників даного віку є комп'ютерні ігри, фігурують також спортивні, та, рідше, інтелектуальні.

Таким чином, спілкування з оточуючими, а зокрема значимими дорослими і ровесниками, є найбільш важливою стороною життя підлітків, умовою їх особистісного становлення.

### *Пізнавальні надбання підліткового віку*

Ускладнення умов шкільного навчання, збагачення змісту внутрішньо- психічної діяльності підлітків спричинює потужні зміни їх інтелектуальної та особистісної сфери.

*Саме в підлітковому віці учні навчаються регулювати зовнішній вираз уваги – вдавати з себе уважного, тоді як в їх думках зовсім інші об'єкти*

Так, розвиток *уваги* учнів основної школи відбувається через формування вищих довільних форм, зростання обсягу, стійкості та концентрації. Однак, спостерігається залежність продуктивності уваги від інтересу підлітка до діяльності – школяр може тривалий час зосереджуватись, переборювати відволікання уваги, якщо його приваблює зміст чи процес діяльності. Хоча багатьом підліткам

характерна імпульсивність інтелектуальних процесів, але за умови позитивної стійкої мотивації учні основної школи спроможні до саморегуляції уваги, яка стає більш контрольованою. У цьому періоді вдосконалюється вміння розподіляти та переключати увагу.

Розвиток позитивних властивостей уваги підлітка залежить від його вольових якостей, зокрема наполегливості і може стати предметом для самовиховання. Увага підлітків покращується, якщо вміло стимулюється вчителем, та коли вони бачать своє прогресивне просування в навчанні. Саме в цьому віці за сприятливих умов виховання виявляється й уважність у ставленні до інших людей.

Процеси *відчуття та сприймання* працюють у підлітка узгоджено, розвиваються в єдності. Їх довільність, започаткована ще в попередньому, молодшому шкільному віці, набуває щодо підлітків характеру цілеспрямованих сенсорних і перцептивних дій, так як ускладнення змісту навчального матеріалу потребує від учня основної школи для успішного засвоєння інформації її продуктивного сприймання. Основними змінами перцептивної діяльності підлітків є наступні:

## ПСИХОЛОГІЯ ДОРОСЛІПАННЯ І ДОРОСЛОСТІ

формування візуального реалізму – перехід від графічних образів до графічних схем

посилення впливу мотивації та емоційної сфери на продуктивність сприймання

удосконалення зорових та слухових диференціацій, подолання дитячого синкретизму сприймання

збагачення сприймання естетичних форм (поезії, музики, живопису тощо)

зростання плановірності, системності та послідовності сприймання

поглиблення впливу мислення на сприймання через аналіз, синтез та узагальнення сприйнятих образів

Рис. 3.12. Основні досягнення перцептивного розвитку підлітків

*В підлітковому віці змінюється співвідношення між мисленням та пам'яттю, яка втрачає свою домінуючу позицію, поступаючись саме мисленню – продовжується процес інтелектуалізації вищих психічних функцій*

Ускладнення змісту навчання в основній школі визначає вдосконалення роботи пам'яті у підлітків. Більшість з них змушена відмовлятися від дослівного запам'ятовування за допомогою повторень і практикувати первинне осмислення та

інтелектуальне опрацювання матеріалу, полегшуючи його запам'ятовування та подальше відтворення. Відповідно, саме в підлітковому віці засвоюються базові мнемічні прийоми. В учнів основної школи розвивається логічна пам'ять, яка поступово займає домінуюче місце при фіксації навчального матеріалу. Разом з тим уповільнюється розвиток механічної пам'яті, що в умовах необхідності запам'ятовування значної кількості термінології може викликати негативну оцінку підлітком своїх мнемічних якостей. Ступінь осмислення матеріалу суттєво впливає на якість як запам'ятовування, так і відтворення

### РОЗДІЛ 3

---

навчального матеріалу учнем основної школи. Довільна пам'ять переважає у навчанні підлітків, однак мимовільно добре фіксується матеріал, який викликає емоційний супровід чи визнається значимим.

Мислення зазнає суттєвих якісних змін впродовж підліткового періоду. Згідно концепції Ж.Піаже, інтелектуальний розвиток учнів основної школи досягає стадії формальних операцій. Це виявляється у ряді типових змін мислення:

- перехід від предметного і наочного до абстрактного та формального мислення,
- уможливлення класифікації неоднорідних об'єктів, аналізу нових сполучень предметів і категорій,
- вживання мовленнєвих абстрактних висловів, співставлення альтернативних ідей,
- оволодіння здатністю систематично будувати гіпотези, робити висновки й експериментально перевіряти в разі необхідності їх істинність,
- розвиток здатності в ідеальній формі створювати задум, втілювати його в дійсність, отримувати продукт і тим самим реалізувати власно спроектований задум, виступаючи при цьому автором ідеальної форми даної проєктивної діяльності,
- рефлексія (самоаналіз) своїх власних розумових операцій, вияви формального мислення,
- оволодіння дискурсивним мисленням – розгорнутими розміркуваннями,
- спроможність до аналізу й розрізнення слів, намірів та вчинків.

*В ході експерименту Жан Піаже надавав досліджуваним 5 посудин з прозорими рідинами в них і пропонував шляхом змішування утворити рідину жовтого кольору. Молодші школярі діяли методом спроб і помилок, а підлітки намагалися прорахувати логічно можливі комбінації, висували гіпотези і послідовно їх перевіряли*

Означені особливості стають підґрунтям для виявів у підлітка критичизму, який засвідчує активізацію мислительної активності.

! **Критицизм підлітковий** – схильність підлітків скептично ставитись до пояснень дорослих, сумніватись у правильності їх доказів та шукати свої контраргументи

Хоча даний віковий період сприятливий для оволодіння індивідом абстрактним мисленням, однак більшість підлітків виявляють лише рівень конкретних мислених операцій. Причини цього можуть нести комплексний характер, в тому числі фігурують генетичні порушення, несприятливі соціальні умови та знижена інтелектуальна активність самого підлітка.

*Гра дитини переростає у фантазію підлітка.  
Л.С. Виготський*

Паралельно з розвитком сприймання, пам'яті та мислення відбувається формування уяви. Це сприяє виявам творчості підлітків, які починають писати вірші, серйозно займатися малюванням, конструюванням і т.д.

Уява підлітка займає в онтогенезі її розвитку перехідне становище: зазвичай вона менш продуктивна, ніж у дорослого, але багатша фантазії дитини. Показово, що не всі підлітки досягають об'єктивного результату творчості, але всі вони отримують задоволення від самого процесу фантазування. Уява підлітків набуває регулятивного та компенсаторного характеру, тісно вплітаючись в їх психічне життя.

Потреби, почуття, що переповнюють підлітка, знаходять місце в уявній ситуації. Недосяжні в реальному житті мрії легко втілюються у світі фантазій, тому уява часто приносить підліткові заспокоєння, знімає напруження, послаблює внутрішній конфлікт. Окрім цього, у своїх фантазіях підліток краще усвідомлює власні прагнення та емоції, вперше починає уявляти свій майбутній життєвий шлях, неясні спонукання постають перед ним в яскравій образній формі.

Зростання змісту навчального матеріалу, частину якого необхідно опановувати самостійно, вдосконалює навички читання підлітка, а відтворення засвоєного на уроках сприяє розвитку усного мовлення. Зокрема, розвиток монологічного мовлення дозволяє учневі основної школи переказувати не-

*Оскільки у підлітковому віці багато гострих особистісних проблем, уява в цей час стає на службу бурхливому емоційному життю.*

*І.С. Булах*

### РОЗДІЛ 3

ликий твір, самостійно готувати виступ, висловлювати думки та аргументувати їх, вести роздуми. Подібним чином вдосконалюється і письмове мовлення, що виявляється у здатності підлітка писати перекази та твори за заданою чи вільною тематикою.

Підлітковий вік сприятливий для вдосконалення вмінь користуватись мовленням як засобом спілкування. На думку Г.С. Костюка, майстерне володіння зовнішнім мовленням виражає інтелектуальну силу підлітка, є ознакою його авторитету в колективі. Активно розвивається і внутрішнє мовлення учнів основної школи, яке відображає пошуки адекватних способів передачі своїх думок. Підлітки зазвичай добре розуміють гумор, виражають інтерес до оволодіння засобами виразності мови.

*Сленг – варіант розмовного мовлення, що не відповідає літературним вимогам*

Однак в повсякденному спілкуванні з однолітками підлітки часто вдаються до сленгу, а окремі вживають нецензурні слова, що начебто робить їх дорослішими, автономнішими, вільними від соціального тиску. Дорослі мають пояснити підліткам, що існує безліч інших, прийнятних форм знаходження індивідуальності.

Таким чином, мовлення в підлітковому віці розвивається за наступними аспектами:

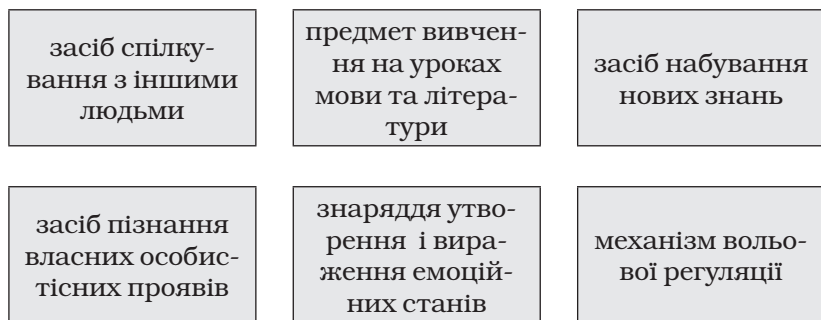


Рис. 3.13. Функції мовлення для психічного розвитку підлітка

### Особистісні зміни підлітків

Суттєві фізичні зміни, зростання організму, які фіксує в собі підліток викликають формування центрального особистісного новоутворення віку – *почуття дорослості*.

! **Почуття дорослості** – центральне особистісне новоутворення підлітка, що виражається через суб'єктивне ставлення до себе як до дорослого, уявлення себе дорослою людиною

Почуття дорослості підлітків не є обов'язково усвідомлюваним. Однак, воно є специфічною формою самосвідомості представників цього віку, соціальною за змістом та походженням. Будучи закономірною ознакою формування особистості, дане новоутворення виникає у підлітків навіть за протилежних умов виховання дорослими: як авторитарного підходу, регламентації всієї поведінки дитини, так і за умов її значної свободи та самостійності.

Почуття дорослості у підлітків проявляється з неоднаковою яскравістю і в різних формах.

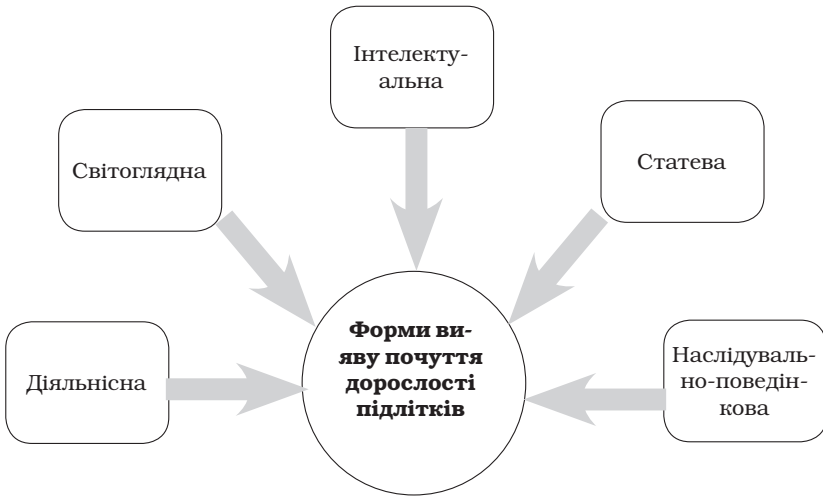


Рис. 3.14. Форми вияву почуття дорослості підлітків

### РОЗДІЛ 3

Діяльнісна форма фігурує за фактові участі підлітка в справах дорослих (спілкуванні, праці тощо); світоглядна виявляється як наявність власної точки зору і вміння її відстоювати. Високий рівень ерудиції, обізнаності підлітка в певній сфері виражає інтелектуальну форму. Зацікавленість протилежною статтю, романтична захопленість хлопця чи дівчини, прагнення налагодити взаємини з представником протилежної статі – це вияви статевої форми почуття дорослості. І нарешті, наслідування підлітком зовнішніх манер поведінки дорослих, копіювання їх звичок (часто негативних, на кшталт паління, вживання алкоголю) відображає наслідувально-поведінкову форму.

Часто ці вияви мають змішаний характер, тобто у одного підлітка виявляється декілька різних форм одночасно.

Почуття дорослості конкретного підлітка формується різними темпами, залежно від дії зовнішніх факторів, які поділяють на:

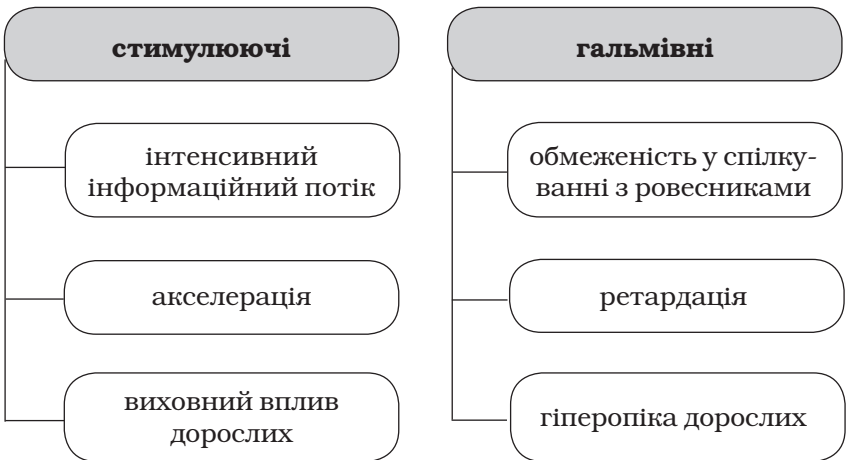


Рис. 3.15. Зовнішні фактори формування почуття дорослості підлітків

Почуття дорослості найбільше проявляється у прагненні підлітка до самостійних поглядів, рішень та вчинків. Дане прагнення розповсюджується на спілкування підлітка з дорослими і ровесниками. Важливо, чи визнають вони



«дорослість» підлітка. Одним із виявів почуття дорослості є потреба підлітка у *самоствердженні*.

! **Потреба у самоствердженні** – спрямованість підлітка на пошуки, виявлення та реалізацію своєї індивідуальності, унікальності в системі соціальних зв'язків

Поява даної потреби є свідченням переходу підлітка на наступний етап соціалізації – індивідуалізацію. Сутність самоствердження підлітка пояснюється прагненням до підтвердження самоцінності, бажання бути гідним уваги й отримати визнання інших, набути впевненості в собі.

*Настрій підлітків коливається між сяючим оптимізмом і найпохмурішим песимізмом.*

*А. Фрейд*

Підлітковий період є одним з ключових етапів становлення емоційно-вольової регуляції особистості. Однак відбувається це складно, суперечливо. Так, для підлітків характерна легка збудливість, різкі зміни переживань та настрою, причому без особливо значимих причин. Перепади емоційних переживань можуть бути швидкими, радикально протилежними і навіть поєднувати амбівалентні емоції чи почуття. Представники даного вікового періоду є дуже чутливими у ставленні інших до себе, водночас здатними до сильних емоційних прив'язаностей та самопожертви. Так званий *підлітковий комплекс емоційності* поєднує в собі сентиментальність і вражаючу байдужість, хворобливу сором'язливість з розв'язністю, бажання бути визнаним іншими з прагненням до усамітнення. Водночас переживання підлітка стають глибшими, багатограннішими і сильнішими, він краще, ніж молодий школяр може керувати своїми емоційними станами. Спілкування з однолітками формує моральні почуття учня основної школи, навчання в школі збагачує інтелектуальні та естетичні.

*Важка обстановка в родині, конфлікти з дорослими та ровесниками, проблеми навчання*

Коли особистість підлітка формується в несприятливих умовах, у нього можуть розвинути асоціальні почуття. Агресивну емоційність підлітка провокує неадекватне ставлення дорослих – ігнорування або недоброзичливе ставлення до його потреб та прагнень.

## РОЗДІЛ 3

Емоційна сфера підлітків дуже суттєво впливає на мотивацію їх поведінки та волюву регуляцію. В даному віковому періоді зміцнюється сила волі, зростає самовладання, розвиваються самостійність та наполегливість у випадку позитивної мотивації. Але через неправильне розуміння частиною підлітків сили волі, вони схильні до впертості, негативізму, нерозумних перевірок власного самовладання. В цілому ж в підлітковому віці зростає тенденція особистості організувати себе, прагнення до самовиховання позитивних волевих якостей. Становлення волевої регуляції підлітків залежить від типу його взаємин зі значимими дорослими (приміром, авторитарний виховний стиль може «зламати» волю або ж, навпаки, викликати стійкий негативізм підлітка щодо оточуючих).

*Тлумачення поняття «акцентуації характеру» – у словнику*

Розвиток волі в даному віці створює чутливість до формування основ характеру. Суперечності психічного розвитку підлітків можуть спровокувати акцентуації рис характеру. За даними С.І. Подмазіна, серед підлітків розповсюджені наступні типи акцентуації характеру: гіпертимний, циклоїдний, демонстративний, лабільний, антено-невротичний, сенситивний, тривожно-педантичний, збудливий та нестійкий. Типовими причинами виникнення акцентуацій характеру підлітків є проблеми фізичного розвитку та помилки сімейного виховання. Важливо, щоб зафіксовані в цьому віці акцентуації піддалися своєчасній психолого-педагогічній корекції, інакше існує ризик їх закріплення та виявів важковиховуваності.

*Тлумачення поняття «Я-концепція» – у словнику*

Впродовж становлення особистості підлітків відбувається освоєння ними нового соціального простору і паралельно пізнання власних якостей. Бурхливе фізичне зростання та оновлення соціальної ситуації розвитку підлітка викликають ґрунтовні зміни його самосвідомості. В цьому віці формується *Я-концепція*, підліток починає усвідомлювати свою неповторність, в його свідомості

*В підлітковому віці виробляється власна система еталонів самооцінювання та самоставлення, все більше розвиваються здатності проникнення в свій внутрішній світ.  
Ж.К. Дандарова*

відбувається переорієнтація з зовнішніх оцінок дорослих та внутрішні. Розгортається формування нового Я-образу особистості підлітка, пов'язаного з фіксацією змін зовнішності та соціального статусу. В учня основної школи оновлюється диференціація Я-образу на Я-реальне (теперішні якості та властивості) та Я-ідеальне (образ себе в майбутньому).

*Орієнтація підлітка на самооцінку пов'язана з його прагненням до самостійності й незалежності, із самоповагою та вимогливістю до себе.*

*Є.І. Савонько*

В зв'язку з потужним прагненням до самопізнання, значними спробами розібратися в собі, підліток стає чутливим до думки інших про себе, гостро сприймає критику та бурхливо реагує на неї. Така реакція виявляє вразливість підлітка, нестабільність його самооцінки. Хоча внаслідок рефлексії зростає критичність і адекватність самооцінки підлітка, однак спостерігається її дисбаланс з рівнем домагань, який має завищений характер. За думкою Костюка, самооцінка підлітком своїх успіхів в учінні і праці може вступати в конфлікт з його власними домаганнями, які він не в змозі реалізувати. Ця ситуація спричинює переживання учнем основної школи афекту неадекватності. Цей стан викликає значна дистанція між своїм ідеальним, бажаним образом і його невідповідністю з оцінкою реальних якостей підлітка.

Самооцінка в підлітковому віці набуває ролі регулятора поведінки та діяльності, активатора самопізнання, самовиховання і має наступні характерні особливості:



Рис. 3.16. Особливості самооцінки в підлітковому віці

### РОЗДІЛ 3

Умовним піком переходу від дитинства до дорослості можна вважати переживання підлітком кризи 13 років, з якою традиційно пов'язують головні труднощі підліткового віку. Науковці по-різному тлумачать існування та зміст даного психологічного явища.

Альтернативні погляди психологів щодо підліткової кризи		
Криза виникає через суперечність нових потреб підлітка у визнанні його дорослішання та збереженні старого ставлення дорослих (В.В. Давидов, В.С. Мухіна)	Підліткова криза – це віддзеркалення суперечностей процесу статевого дозрівання та особистісного становлення підлітка (С. Холл, З. Фройд, )	Підліткова криза є необов'язковою для всіх представників цього віку, у багатьох підлітків її взагалі не буває (М.Мід, І.В. Дубровіна)

Рис 3.17. Погляди психологів щодо підліткової кризи

Переживання підлітком кризи зумовлене загостренням базових суперечностей віку: між сформованим почуттям дорослості та відсутністю адекватних способів її підтвердження, а також між прагненням підлітка до самостійності, самоствердження й контролем, опікою зі сторони дорослих. Відповідно, ломка старих психологічних структур приводить до вибуху неслухняності, грубощів, негативізму підлітка.

*Підліток через власні душевні муки збагащує сферу своїх почуттів та думок, він проходить важку школу ідентифікації з самим собою і іншими, вперше оволодіваючи досвідом цілеспрямованого відособлення.*  
В.С. Мухіна

Швидкі темпи фізичного та розумового розвитку учня основної школи викликають нові психологічні потреби – визнання дорослості, самоствердження, які через недостатню соціальну зрілість підлітка ще не можуть бути

задоволені. Відтак, у віці 12,5-13 років відбувається різка змі-

на всієї системи переживань підлітків – як їх структури, так і змісту. Дана криза пов'язана з виникненням нового рівня самосвідомості підлітка – потреби і здатності пізнання самого себе як особистості та індивідуальності.

Суб'єктивно складнощі виховання і батьки, і вчителі пов'язують зовсім не з кризою як такою і не з передкризовим періодом, коли починається розпад, ломка колишніх психологічних утворень, а з посткризовим періодом, що доводиться на вік 14-15 років. Тобто важким для оточуючих підлітка дорослих виявляється період творення, формування нових психологічних утворень, який вимагає нових виховних підходів.

Підліткова криза відрізняється від інших вікових криз довшою тривалістю. Слід зазначити, що бувають випадки безкризового розвитку підлітка, якщо дорослі чутливо ставляться до потреб дитини цього віку і вчасно перебудовують взаємини з ними. Іноді безкризовий розвиток підлітка може бути лише вдаваним, а насправді проходити в прихованій формі або зміщуватись у часі.

Якщо ж криза 13-ти років характеризується гострим перебігом, то може виявлятися через важковиховуваність підлітка.

**! Важковиховуваність підлітка** – явище несприймання чи опору підлітка виховному впливу дорослих, що має стійкий характер і потребує спеціальних корекційних психолого-педагогічних заходів

Детермінація важковиховуваності підлітків зазвичай має комплексний характер, поєднуючи зовнішні та внутрішні причини. Типовими зовнішніми причинами даного явища є прорахунки сімейного виховання, шкільна педагогічна занедбаність, несприятливий вплив стихійного середовища ровесників, а внутрішніми – деформоване переживання підлітком кризи 13-ти років, складність і нерівномірність формування його характеру, аномалії спадковості та соматичні порушення, відставання психофізіологічного розвитку. Відповідно, коригування важковиховуваності підлітків теж передбачає тривалий і системний соціальний вплив.

## 3.2. Психологія юнацтва

*Соціальна ситуація розвитку в юнацькому віці*

Юнацький період триває з 15-ти до 21-го року

Згідно сучасної вітчизняної вікової періодизації юнацький вік охоплює дві послідовні фази, з яких впродовж 15-18 років розгортається рання юність, а з 18 до 21 року триває власне юність.

Для цього вікового періоду характерне завершення біологічного дозрівання організму та, відповідно, послаблення дії біологічного фактору на психіку юнаків. Юнацький вік є початковою стадією фізичної зрілості, що створює сприятливі можливості для фізичних та розумових навантажень представників цього віку. Однак фізична зрілість далеко не завжди супроводжується формуванням соціальної та психологічної зрілості (особливо стосовно акселератів) і тому поширені прояви інфантилізму серед представників ранньої юності. Неадекватну дитячість юнаків породжує випередження темпів досягнення фізичної зрілості на протигагу повільнішому формуванню соціальної та особистісної зрілості.

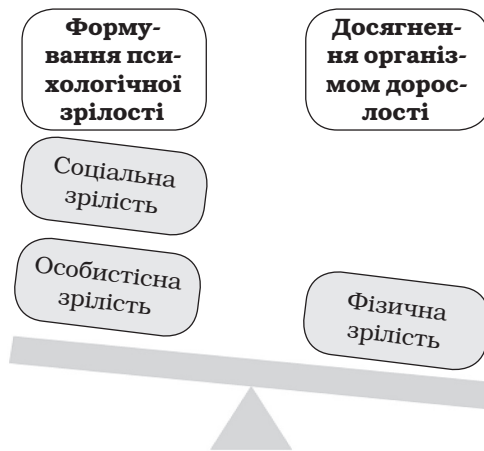


Рис. 3.18. Механізм закріплення інфантилізму в юнацькому віці

## ПСИХОЛОГІЯ ДОРОСЛІПАННЯ І ДОРОСЛОСТІ

В даному періоді закінчується модифікація організму юнаків, зникає характерна для попереднього підліткового періоду диспропорція тіла, незграбність рухів. Тілесна конституція молодих людей набуває індивідуального характеру. В цілому досягнення фізичної зрілості позитивно впливає на психіку юнаків, так як усвідомлення своєї сили і привабливості, здоров'я формує у хлопців та дівчат високу самооцінку, впевненість в собі, оптимізм та життєву активність.

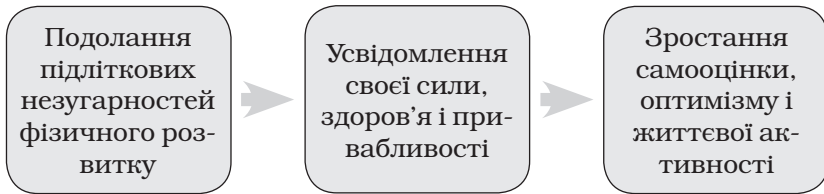


Рис. 3.19. Вплив соматичних змін на психіку юнаків

Водночас, оскільки приваблива зовнішність є вагомим фактором для успішного знайомства та спілкування юнака з представником протилежної статі, зберігається критичне ставлення до свого фізичного «Я», що започаткувалось з підліткового віку. Відтак, оцінка своєї зовнішності як неадекватної соціальним стандартам породжує та підтримує комплекс неповноцінності та невпевненість в собі. Ці проблеми стосуються і хлопців, і дівчат, однак останніх більшою мірою.

Соціальна ситуація розвитку юнаків може розгортатися через три альтернативні (іноді поєднані) статуси – *старшокласника, студента чи працюючого*.

Навчання юнаків у старшій школі здебільшого позитивно впливає на їх психіку, так як вони знаходяться в звичному середовищі на позиції старших, мають можливість продовжити процес вибору професії. Працюючі хлопці та дівчата отримують професійний досвід, певну матеріальну незалежність, однак цей статус не забезпечує найкращих надбань психічного розвитку, оскільки професійна діяльність зазвичай є малокваліфікованою і не престижною. Оптимальним статусом представників цього віку є *студентство* (за умов успішної адаптації до вузівського навчання та правильного вибору майбутньої професії) – юнаки-сту-

## РОЗДІЛ 3

денти отримують загальну та професійну освіту, шліфують свій інтелект, накопичують комунікативний досвід. Високі амбіції та життєва активність частини юнаків дозволяє їм поєднувати навчання в кількох ВНЗ або працювати, отримуючи вищу освіту.



Рис. 3.20. Позитивні та проблемні аспекти соціального статусу юнаків

Прагнення до накопичення та підтримання контактів з якомога більшою кількістю людей

Паралельно з набуттям соціальної зрілості в юнацькому віці спостерігається висока гнучкість соціальних ролей – представники цього періоду прилаштовуються до людей різних статусі, статі та віку. Водночас має місце комунікативне експериментування, що сприяє накопиченню комунікативного досвіду юнаків, але й викликає певні розчарування. Залишається актуальним прагнення хлопців та дівчат перебувати у референтній групі, займати вагомий статус серед ровесників, що започаткувалось ще в підлітковому віці.

Соціалізація в юнацькому віці досягає етапу *інтеграції*, тобто молоді люди намагаються налагодити з ровесниками взаємини, що характеризуються глибокою психологічною близькістю.



## ПСИХОЛОГІЯ ДОРОСЛІПАННЯ І ДОРОСЛОСТІ

Найповніше вони виявляються в юнацькій дружбі та коханні. Цьому сприяє і досягнення юнаками *гетеросоціальності* – вміння налагоджувати та підтримувати спілкування з людьми обох статей.

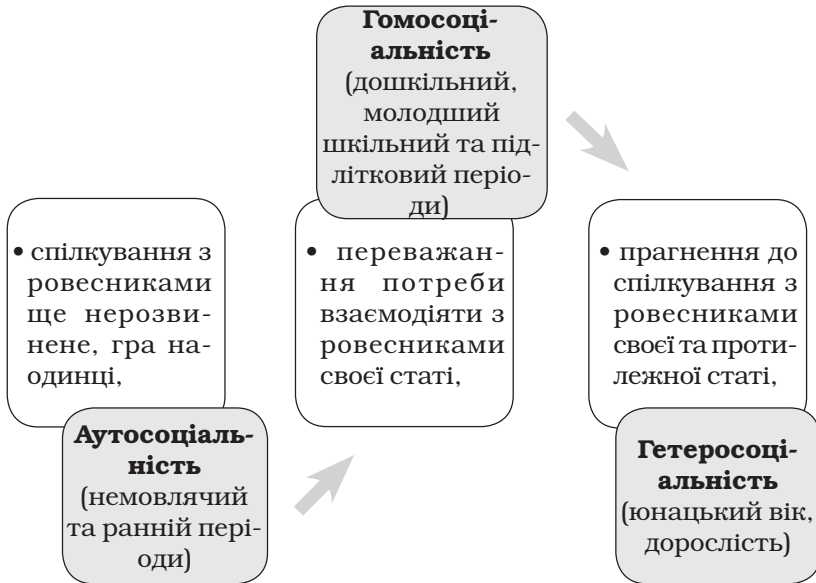


Рис. 3.21. Динаміка комунікативних інтересів особистості впродовж онтогенезу

Позитивна динаміка має місце у спілкуванні юнаків з дорослими. Досягнення поведінкової автономії юнаків визнається *батьками*, що послаблює конфліктність їх взаємин. У порівнянні з підлітками юнаки також виражають більш терпиме, лояльне та доброзичливе ставлення до батьків. При всьому тяжінні до самостійності молоді люди гостро потребують життєвого досвіду і допомоги старших. Демократичний стиль ставлення батьків до юнака має найбільш позитивний вплив на формування його особистості. В той же час очікування молодих людей щодо взаємин з батьками є досить різноплановими:

### РОЗДІЛ 3

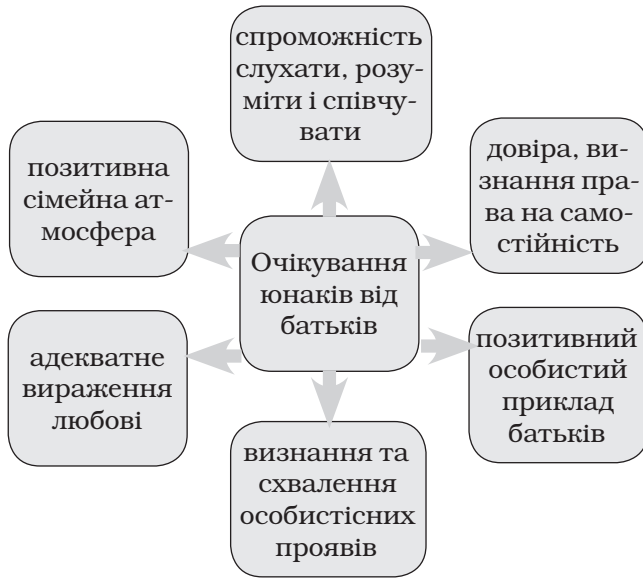


Рис. 3.22. Очікування юнаків щодо батьків

*Типова скарга ряду юнаків: «Батьки мене не слухають і не розуміють»*

Оскільки батьки є авторитетними суб'єктами виховного впливу і володіють значним життєвим досвідом, то юнаки та дівчата потребують їх порад, підтримки, а здебільшого просто уваги до своїх особистісних проблем. Проте батькам часто бракує часу та бажання для відвертих розмов, а іноді вони створюють смисловий бар'єр у спілкуванні через свій скепсис, критику, безапеляційність і впевненість у непогрішності власного життєвого досвіду. Близькі до дорослості юнаки все ж таки чутливо реагують на взаємини між батьками, їх типовий емоційний стан, оптимістичне чи песимістичне сприймання життя в цілому та переймають особистий приклад батьків як зразок послідовності, стриманості і зрілості.

Започатковане в підлітковому віці прагнення до дорослості посилює емансипацію юнаків щодо батьків. Однак поведінкова автономія юнаків випереджає емоційну, тому вони прагнуть самі контролювати свої дії, але мати емоційну підтримку батьків

## ПСИХОЛОГІЯ ДОРОСЛІПАННЯ І ДОРОСЛОСТІ

через спілкування. Батьки все ще суттєво впливають на самооцінку молодих людей, тому актуальним є визнання і схвалення значимими дорослими їх особистісних проявів. Хлопці та дівчата потребують адекватного вираження любові батьками до себе дитини – не фізичних, а вербальних виявів турботи, ласки.

За словами Т.М. Зелінської, при конструктивному стилі відносин у родині вона стає для юнаків тією соціальною групою, де вони почувають себе спокійно та впевнено. Однак, спілкування молодих людей з дорослими, в тому числі з батьками, балансує між наступністю і конфліктом поколінь. Наступність у взаєминах юнаків з батьками простежується у питаннях моральних та світоглядних цінностей, гендерних та шлюбних орієнтирів тощо. Конфлікт поколінь зумовлюється несхожими, а іноді й протилежними поглядами дорослих та юнаків, що формувались на різних етапах розвитку суспільства. В сферах дозвілля, моди, споживчих й естетичних смаків відмінності між дорослими та юнаками можуть бути доволі суттєвими. Конфліктні взаємини посилюються і різними віковими психічними особливостями.

Таблиця 3.2

### Диференціація психічних особливостей юнаків та дорослих

Дорослі	Юнаки
Обережність, що базується на досвіді	Авантюризм, ризикованість
Порівняння минулого і сьогодення	Актуальне сьогодення і майбутнє, минуле не важливе
Реалізм з нотками скептицизму	Ідеалізм та оптимізм
Консервативність, прив'язаність до традицій	Ліберальність, схильність до експериментів, новацій
Прийняття життя, реальності	Критика існуючого, бунтарство

### РОЗДІЛ 3

Бажання зберегти молодість, страх перед старістю	Прагнення до дорослості, заперечення старості
Консервативні погляди на поведінку, яка має відповідати віку	Готовність до порушення поведінкових стереотипів, терпимість до відхилень

*Зі слів десятикласника: «Такому вчителю не треба принижувати нас, щоб самоствердитись»*

Започатковане ще в підлітковому віці диференційоване ставлення учнів до педагогів посилюється в старшій школі. Старшокласники вже не сприймають вчителя як втілення батька чи матері. У вчителів юнаки хочуть бачити старшого друга, до якого можна звернутись за порадою щодо подальших життєвих планів. Дещо послаблюється тенденція залежності інтересу до навчального предмету від ставлення до вчителя в зв'язку з професійною спрямованістю навчання старшокласників. Однак старшокласники традиційно ставлять високі вимоги до особистісних якостей вчителів. Серед найбільш бажаних якостей педагога юнаки називають емоційну стійкість (**врівноваженість, добро-зичливість, терплячість**), демократичність (позитивне ставлення до запитань юнаків, толерантність до альтернативних точок зору), комунікабельність, любов до учнів, розуміння їх потреб й індивідуальних особливостей, ерудованість, об'єктивність.

*Спрацьовує й фактор віку: старшокласники є представниками ранньої юності, тоді як студенти вже власне юності*

Студенти юнацького віку теж визнають означені вище особистісні якості важливими для конструктивної взаємодії з викладачами. Однак, **маючи професійно спрямовану мотивацію** та будучи позбавленими в університеті традиційного шкільного патронату зі сторони педагогів, студенти першочергово звертають увагу на професійні якості викладача – компетентність, майстерність. Тяжіння до довірливого позанавчального спілкування з авторитетними педагогом, властиве старшокласникам, у багатьох студентів не виявляється. Загалом відносини юнаків з дорослими зберігають певну дистанцію, а довірливе спілкування найбільш повно реалізується з ровесниками.

Для юнацької комунікативності, як і підліткової, теж є характерним егоцентризм, так як потреба у самовираженні сильніша від інтересу до співрозмовника. Це може стати причиною конфлікту навіть у дружніх взаєминах. В юнацькому віці зростання вибіркoвості дружніх стосунків супроводжується посиленням їх стійкості. Але найважливіше зрушення в юнацькій дружбі – зростання її психологічної інтимності. Молоді люди стають спроможними на глибоку сповідальність та саморозкриття, прощення. Для ранньої юності притаманна ідеалізація друзів і самої дружби. Потребуючи сильної емоційної прив'язаності, молоді люди не помічають реальних якостей партнера, а створюють бажані уявні образи. У власне юності ця тенденція послаблюється.

*Психологічна цінність юнацької дружби в тому, що вона є одночасно школою саморозкриття і розуміння іншого.*

*І.С. Кон*

Спілкування юнаків з протилежною статтю теж містить відбиток роботи фантазії. Особливо актуальним це стає щодо закоханості та кохання. В перших юнацьких захопленнях вагому роль відіграє фантазія

*Тлумачення поняття «маскулінність» – у словнику*

(у хлопців вона має еротичний зміст, у дівчат – романтичний). Юнацькі мрії про кохання виражають прагнення особистості до тісних емоційних контактів, розуміння, психологічної близькості. Еротичні мотиви в юнацькому коханні слабо виражені або відділені від психологічної близькості. Так, дівчата можуть вважати справжнє кохання платонічним, «чистим». У хлопців роз'єднаність нижніх почуттів та еротичних потягів пов'язана з швидкими темпами їх статевого дозрівання та тиском стереотипу маскулінності. Поєднання сексуальності та духовності в коханні відбувається у власне юності.

Юнацьке кохання характеризується глибокою інтимністю, ніж дружба. Воно включає в себе дружбу та потребу фізіологічної близькості, інтимності. Поява коханої людини знижує емоційний запал одностатевої дружби, однак не виключає її важливості для молодого людини.

Перше кохання юнаків наповнене пристрастю та сподіваннями, однак часто не витримує життєвих випробувань. Юнаки дуже болюче переживають втрату кохання через емоційну

### РОЗДІЛ 3

*У зв'язку з різними особливостями статевого дозрівання дівчат та хлопців можуть виникнути взаємні непорозуміння, даремні ілюзії, а згодом і розчарування.*

*Т.М. Зелінська*

силу, значимість цього почуття. Ставлення до романтичних почуттів представників цього віку може набути невротичного залежного характеру або ж, навпаки, знецінення, заперечення. Окремі хлопці та дівчата

спілкування з протилежною статтю сприймають як свого роду колекціонування.

Неодмінним атрибутом романтичних стосунків молодих людей є побачення, які в юнацькому віці мають поліфункціональний характер:

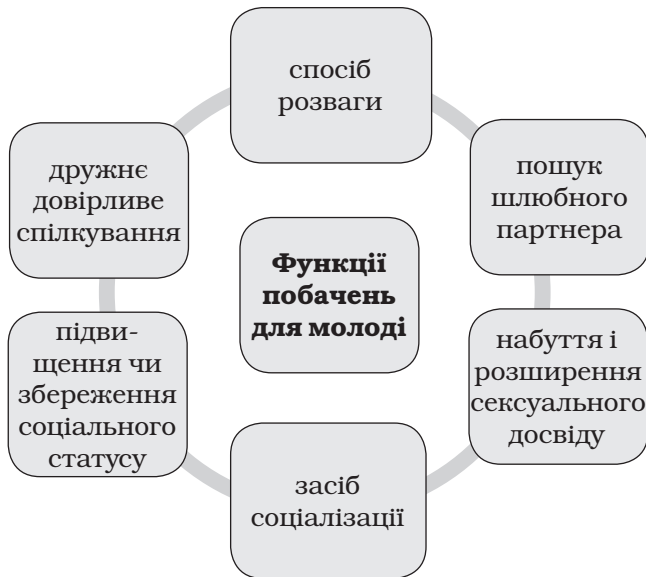


Рис. 3.23. Функції побачень для юнацтва

Головними проблемами побачень хлопці та дівчата називають складності спілкування щодо змісту розмови, вибір місця проведення часу на побаченні, сором'язливість, вироблення оптимального ступеня відкритості і щирості з партнером, непорозуміння на сексуальному ґрунті.

*Бажання виглядати якнайкраще в очах партнера викликає рисовку – перебільшення своїх позитивних якостей, припис неіснуючих чеснот і маскування негативних рис.*

*Ф.Райс*

В зв'язку з великою значимістю для юнака думки ровесників про нього актуальною є проблема самопрезентації як способу вираження своєї індивідуальності в суспільстві.

З іншої сторони, хлопець чи дівчина прагне інтегруватись в середовищі ровесників. Обидва ці аспекти дозволяє поєднати та втілити залучення молодих людей до так званої *юнацької субкультури*.

**Юнацька (молодіжна) субкультура** – особливий етико-естетичний пласт, який визначає стиль життя, мислення молодих людей і відрізняється своїми звичаями, нормами та цінностями від уподобань дорослих

Прагнучи віднайти та виразити свою індивідуальність, юнаки створюють специфічний набір цінностей, норм поведінки, музичних смаків, мовлення, зовнішнього вигляду. Це відрізняє молодих людей від дорослих і надає почуття групової спільності та солідарності.

В Україні має місце існування таких типів субкультур за ознакою ціннісних орієнтацій, як романтико-ескапістські (хіпі, толкієністи, байкери), гедоністично-розважальні (мажори, рейвери, репери), кримінальні (гопники, урла), анархо-нігілістичні чи радикально-деструктивні (панки, металісти, сатаністи, скінхеда) тощо.

Приєднання юнака до певного напряму субкультури дозволяє реалізувати декілька функцій:



Рис. 3.24. Функції юнацької субкультури

### РОЗДІЛ 3

Всі означені функції в цілому позитивно впливають на формування особистості юнаків, однак ідеологія та поведінкові норми певних напрямків молодіжної субкультури можуть заходити у крайності в прагненні протиставитись суспільній моралі.

Так як і дружба, кохання є дуже значимим для особистісного становлення юнаків через глибинну емоційність, сповідальність, довірливість. Відтак, дефіцит близьких взаємин вони переживають дуже болісно, тим паче що успішність спілкування суттєво впливає на рівень самоповаги юнаків. Епізодичні перерви у комунікації сприймаються молодими людьми як можливість поміркувати про себе та життя. Самотність же як стан хронічного дефіциту близького, довірливого спілкування зі значимими людьми викликає почуття ізольованості, пригнічення чи роздратування, агресію. Типовими причинами та наслідками самотності для юнаків є:



Рис. 3.25. Причини та наслідки юнацької самотності



Однак причини дефіциту близького спілкування юнаків суттєво піддаються корекції, навіть в умовах самовиховання, що зумовлює тимчасовість стану самотності.

### Розумовий розвиток юнаків

Важливим аспектом психічного розвитку людини в юнацькому віці є інтенсивне інтелектуальне дозрівання.

Г.С. Костюк

Розвиток пізнавальної сфери в ранній юності досягає рівня готовності особистості до виконання практично всіх видів розумової діяльності дорослих. Частина науковців (Ж.Піаже, Я.Пономарьов) взагалі вказує на досягнення піку інтелектуальних можливостей в кінці періоду. Однак досягнення піку розумового потенціалу не співпадає з піком розумової продуктивності через брак життєвого досвіду юнаків.

Процес сприймання стає складним інтелектуальним процесом, організовані перцептивні дії старшокласників набувають спрямування як на зовнішні об'єкти, так і на внутрішній світ. Самоспостереження стає підґрунтям для рефлексії молодого людини.

Започатковане в підлітковому віці домінування довільної та логічної пам'яті, в юності досягає апогею. Розвиток мнемічних якостей виявляється й в зростанні продуктивності пам'яті щодо абстрактного матеріалу, системному й осмисленому використанні раціональних мнемічних прийомів. Так, при засвоєнні великого обсягу матеріалу юнаки використовують алгоритм роботи логічної пам'яті:

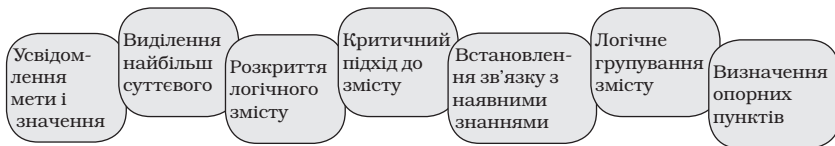


Рис. 3.26. Етапи роботи довільного запам'ятовування юнаків

Водночас роль мимовільної пам'яті не зменшується, а видозмінюється. Дієвими факторами її роботи виступають активний характер й ускладнення розумової діяльності,

## РОЗДІЛ 3

Важливою є на-  
станова на засво-  
єння матеріалу

зацікавленість і емоційний відгук. Важливими фактами прогресу є спеціалізація пам'яті відповідно до провідних інтересів і професійної спрямованості юнаків та їх прагнення оволодівати і керувати своєю пам'яттю.

Зміст мрій юна-  
ків зумовлюється  
обставинами їх  
життя й діяль-  
ності, інтересами  
й домаганнями.  
Г.С. Костюк

Збагачення інтелекту яскраво виявляється в роботі *уяви* юнаків. Даний період взагалі сприятливий для розвитку уяви, так як формування подальшого життєвого плану втілюється у мріях. Мрії юнаків набувають особливо конкретного та дієвого характеру. Фантазія через образи себе в майбутньому спонукає молоду людину до реальних дій, стає фактором саморегуляції діяльності. Під час

навчання юнак, оволодіваючи складним навчальним матеріалом, вдосконалює репродуктивну уяву. Водночас розвивається творча уява, що виразно виявляється в навчальній, дослідницькій, художній та інших видах діяльності. Старшокласники значно краще, ніж підлітки, схильні критично ставитись до витворів своєї уяви, співвідносити мрії з реальною дійсністю.

Юнацький вік – важливий етап розвитку розумових здібностей, що передбачає активізацію теоретичного *мислення*. Вже старшокласники прагнуть осягнути суть та детермінацію явищ, характерним є прагнення до узагальнення, пошук загальних закономірностей за конкретними фактами.

Внаслідок розвитку мислення у юнаків відбувається вироблення критичного ставлення до знань та їх селекція. Суттєві зміни стають помітними у розвитку мислення юнаків, яке набуває ряду характерних якостей:

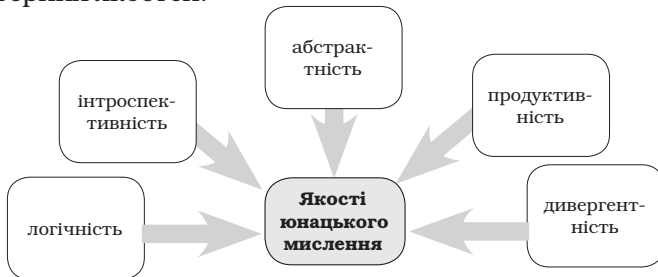


Рис. 3.27. Базові якості мислення юнаків

Інтроспективність мислення реалізується через спроможність прослідкувати та проаналізувати хід власних думок, логічність фігурує як опора на докази, наукові обґрунтування, абстрактність виявляється через оперування поняттями, економічність та продуктивність спирається на контроль процесів міркування, їх скорочення. Зіштовхуючи особистість з численною кількістю нових, суперечливих життєвих ситуацій, юнацький вік стимулює та активізує її творчий потенціал. У власне юності відбувається становлення дивергентного мислення, що свідчить також про послаблення юнацького максималізму.

! **Дивергентне мислення** – різновид мислення, який передбачає наявність багатьох однаково правильних і рівноправних відповідей на одне і теж питання

Внаслідок розвитку мислення у юнаків відбувається вироблення критичного ставлення до знань та їх селекція. Знання в цьому віці перетворюються у систему, яка слугує основою для формування світогляду.

Паралельно з розвитком мислення покращується і мовлення хлопців та дівчат. Відбувається збагачення лексичного запасу новими термінами, удосконалюються мовні засоби, відшліфовуються вміння передавати думки в усній та письмовій формі. Суттєво активізується внутрішнє мовлення як наслідок системної рефлексії, відбувається перехід від розгорнутого до скороченого внутрішнього мовлення. У багатьох юнаків виявляється прагнення до самовдосконалення мовлення, пов'язане з труднощами викладу знань.

Навчальна та практична діяльність хлопців та дівчат стимулює розвиток їх уваги. Інтенсивно розвивається здатність юнаків зосереджуватися на тривалій час, переборювати дію відволікаючих подразників, розподіляти та переключати увагу. Залежно від інтересів хлопців та дівчат виявляється вибірковість їх уваги. При їх наявності та стійкості довільна увага перетворюється на післядовільну, збільшуючи продуктивність засвоєння матеріалу.

Тлумачення поняття «післядовільна увага» – у словнику

*Найкраще засвоєння та використання знань все ж таки можливе лише за умов позитивної мотивації навчання юнаків*

Для даного вікового періоду провідною діяльністю є *навчально-професійна*, тобто навчання, спрямоване на здобуття професії. Продовжуючи задовольняти потребу хлопців та дівчат у спілкуванні, навчання сприяє оптимальному розвитку інтелекту та формує професійну компетентність. Провідними мотивами навчання стають саме професійно орієнтовані, що зумовлює вибіркове ставлення молодих людей до навчальних предметів.

Розумовий розвиток юнаків полягає не тільки в накопиченні вмій та змінах окремих властивостей інтелекту, а й у формуванні головного пізнавального новоутворення – *індивідуального стилю інтелектуальної діяльності*.

**! Індивідуальний стиль інтелектуальної діяльності** – стійка своєрідна система набуття, накопичення, переробки та використання особистістю інформації

Дане новоутворення формується на основі типу вищої нервової діяльності, пізнавальних інтересів, досвіду та особистісних якостей. Важливим є врахування даного новоутворення при здійсненні педагогами індивідуального підходу до старшокласників і студентів.

### *Формування особистості в юнацькому віці*

Юність – це етап онтогенезу психіки, коли впродовж відносно незначного часу відбуваються глибинні зміни особистості. При цьому в юнаків не тільки з'являються нові інтереси, прагнення, але й відмирають, втрачаються чи суттєво видозмінюються старі. В даному періоді на перший план висуваються мотиви, пов'язані з життєвими планами молодої людини, її майбутніми намірами. Головною суперечністю ранньої юності є потреба в самовизначенні та неадекватний життєвий досвід.

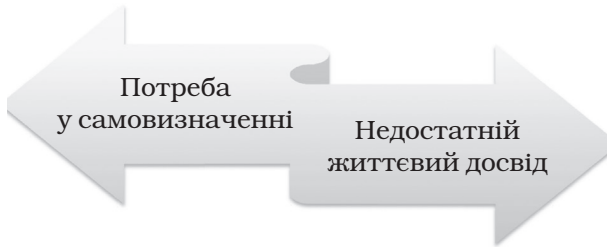


Рис. 3.28. Головна внутрішня суперечність ранньої юності

В ході вирішення цієї суперечності юнак шукає своє місце в дорослому світі, формує свої подальші життєві плани та шляхи їх реалізації, тому головним особистісним новоутворенням ранньої юності є *самовизначення*.

! **Самовизначення** – центральне особистісне новоутворення раннього юнацького віку, що виявляється як формування його представниками подальшого життєвого плану та способів його реалізації

Юнацьке самовизначення має комплексний характер, так як розповсюджується не тільки на професійну сферу (вибір майбутньої трудової діяльності), а й на сімейну (вибір шлюбного партнера, створення сім'ї), громадянську (суспільні позиції, вибір друзів) тощо. Його формування ускладнюється дисбалансом між швидким доросліпанням, статевим дозріванням і повільнішим настанням соціальної зрілості юнака.

Американський психолог Е.Еріксон вважав головним особистісним надбанням юнаків ідентичність, яка співзвучна з поняттям самовизначення.

! **Ідентичність (психосоціальна тотожність)** – баланс, узгодженість між внутрішніми психічними якостями особистості та її соціальними ролями, діяльністю й поведінкою

### РОЗДІЛ 3

Якщо молода людина, за думкою психолога, не знаходить своєї ідентичності, то потрапляє в несприятливу для її психіки ситуацію змішування (дифузії) ролей. Продовжуючи дослідження Еріксона, канадський психолог Ж.Марсія визначив, що формування ідентичності може відбуватись в наступних типових варіантах:

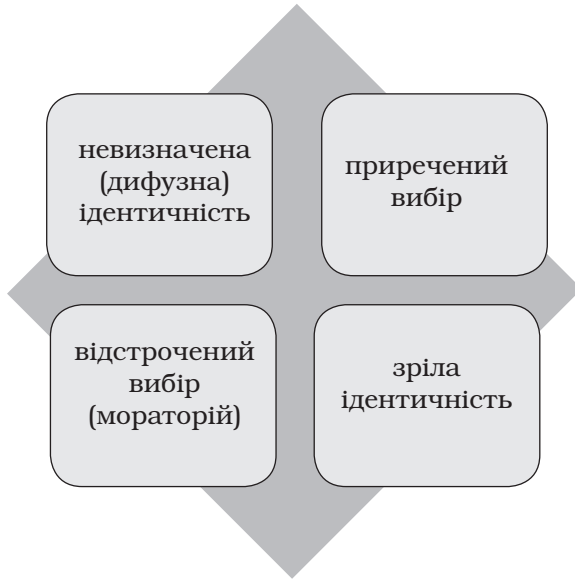


Рис. 3.29. Варіанти формування ідентичності за Марсія

Так, у випадку уникнення пошуку ідентичності, його запереченні юнаком мова йде про дифузну ідентичність. Її може спричинити інфантилізм, негативна Я-концепція, викривлені механізми самоствердження. Пошуки ідентичності, замінені вибором дорослих чи здійснені під впливом випадкових обставин, визначають передчасний (приречений) варіант розвитку. Відкладений процес формування особистості, пов'язаний з несприятливими життєвими обставинами чи внутрішньою неготовністю юнака відображає відстрочений вибір або мораторій. Знаходження молодою людиною балансу між бажаннями і можливостями, узгодження своїх потреб

## ПСИХОЛОГІЯ ДОРОСЛІПАННЯ І ДОРОСЛОСТІ

щодо майбутнього з соціально зумовленою ситуацією розвитку вказує на досягнення зрілої ідентичності. Зазначені варіанти формування ідентичності є одночасно її типами та етапами.

Досягнення юнаком зрілої ідентичності дозволяє виробити життєвий план і приступити до його реалізації. За думкою І.С. Кона, життєвий план – це план діяльності, тому він «заземлюється» в першу чергу на вибір професії. Отже, провідним напрямком самовизначення в ранній юності є *професійний*, який має певну динаміку:

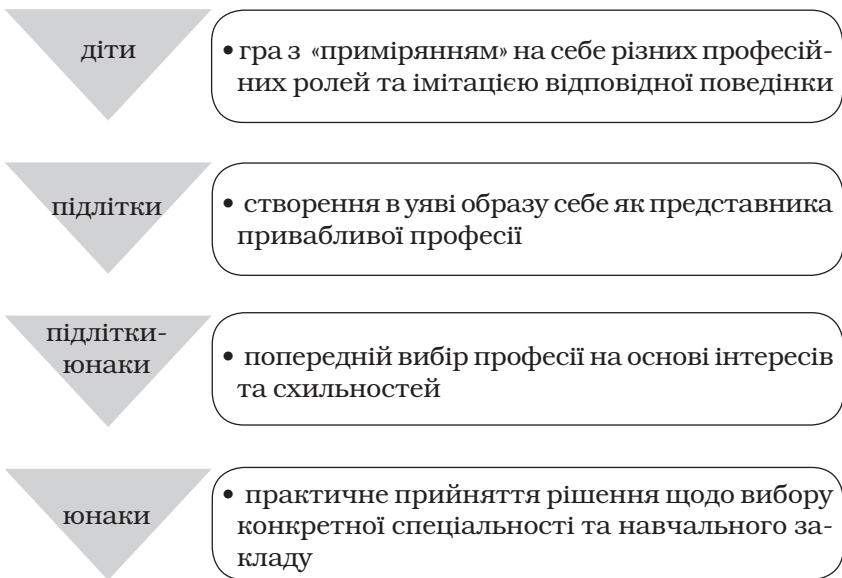


Рис. 3.30. Етапи професійного самовизначення

*Зростаюча свобода вибору і менша соціальна скутість сприяє формуванню в юнака більш гнучкого соціального характеру, але водночас ускладнює самовизначення.*

*І.С. Кон*

Збільшення періоду включення юнацтва в доросле життя пов'язане не тільки з ускладненням трудової діяльності, що потребує компетентності і тривалого навчання, а й з розширенням сфери індивідуального само-

### РОЗДІЛ 3

визначення молодих людей і підвищенням вимог до його усвідомленості. Чим ширше можливості та діапазон професійного вибору, тим він складніший для юнака, тим паче, що самовизначення є одночасно і самообмеженням. Вибір професії є тривалим та складним для юнаків процесом, зумовленим їх рівнем інформованості щодо специфіки трудової діяльності, рівнем домагань, інтересами, цінностями, здібностями тощо. Професійне самовизначення як необхідність для юнаків може бути ускладненим, якщо вони не враховують всіх потрібних для цього факторів, а зосереджуються лише на одному, наприклад престижності професії, але не зважають на насиченість ринку праці її представниками.

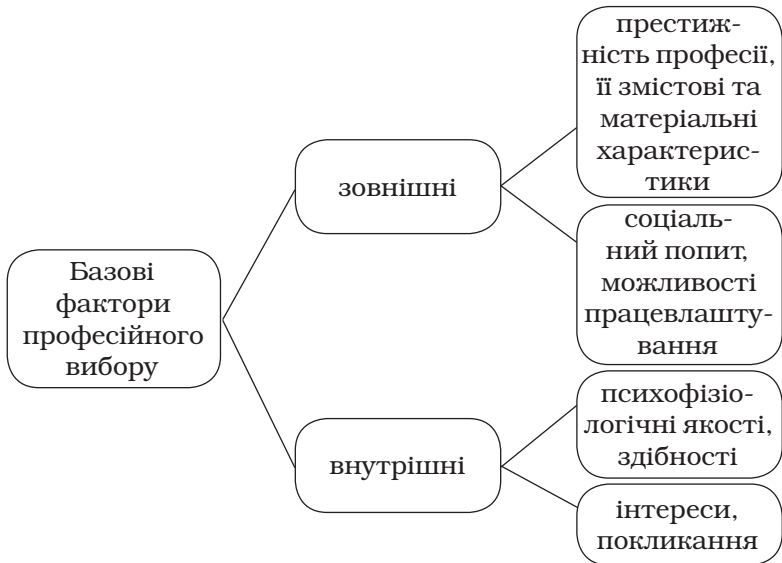


Рис. 3.31. Фактори професійного вибору юнацтва

При виборі майбутньої професії молода людина орієнтується на запозичений досвід. За умов недостатньої обізнаності юнака про специфіку професій та слабкого знання власних особистісних якостей доречним є звертання до професійної консультації, яку надають кваліфіковані фахівці.



Уся система потреб і прагнень юнаків упорядковується, інтегрується світоглядом, який формується.  
Л.І. Божович

Емоційна сфера юнаків є більш стабільною, ніж підлітків. Молоді люди спроможні до саморегуляції своїх емоційних станів, ставлення до себе теж набуває більш стійкого позитивного змісту. Почуття, формуючись в узагальненому вигляді, поєднуються зі знаннями і виражають більш-менш стійкі світоглядні настанови. Тому даний віковий період також сенситивний до формування світогляду як системи стійких переконань. Значне місце в ньому займає моральна орієнтація як ставлення до людей, норми поведінки тощо. Моральна свідомість в юнацькому віці піднімається до ступеня стійких моральних переконань, що уможлиблює свідому регуляцію поведінки. За дослідженнями американського психолога Л.Кольберга, автора теорії морального розвитку, юнацький вік характеризується досягненням особистістю постконвенційного рівня.

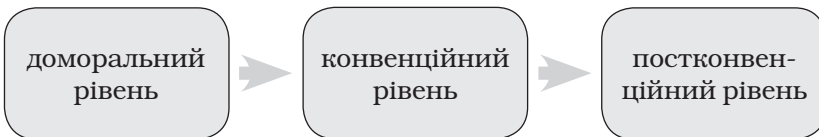


Рис. 3.32. Етапи морального розвитку за Кольбергом

Психолог вважає, що моральний розвиток дитини зумовлений прогресивними змінами її інтелекту. На доморальному рівні, який властивий дітям, їх мотивацією вчинків спочатку є конформне уникнення покарання і отримання нагороди, трохи згодом – прагнення отримати користь від певної дії. Впродовж конвенційного етапу, що є типовим для підлітків, людина дотримується суспільних норм та встановленого порядку через прагнення вживатись у суспільстві, конформність. Високий рівень розумового розвитку юнаків дозволяє їм перейти до постконвенційного рівня, на якому регуляція поведінки здійснюється власною «автономною» мораллю особистості. На думку Л.Кольберга, особистість досягає рівня справжньої моральності не раніше 20-ти років.

Тлумачення поняття «спрямованість» – у **словнику**

Початок юнацького періоду характеризується виокремленням інтересів, які стають більш серйозними, зрілими та стійкими. У власне юності інтереси інтегруються у спрямованість особистості, що може мати просоціальний, асоціальний чи антисоціальний зміст. Статус студента зумовлює активізацію пізнавальних інтересів юнака, вони набувають професійного і дослідницького спрямування. Навчання в університеті сприяє розвитку здібностей молодій людині, як загальних, так і спеціальних.

Юнацький вік – це вік зростання сили «Я» особистості, її здатності не втратити, зберегти своє «Я» та проявити свою індивідуальність в умовах групової діяльності та інтимної близькості, дружби.

*Г.С. Абрамова*

У ранньому юнацькому віці поглиблюється та розширюється особистісна рефлексія – самопізнання особистістю себе як активного суб'єкта своєї життєдіяльності. Юнак намагається відмежуватись від потреби бути схожим на інших,

а акцентує увагу на власних якостях, проявах своєї індивідуальності. Самопізнання хлопців та дівчат формує їх *самість*, а спілкування з іншими її поглиблює. У власне юності відбувається стабілізація образу Я та самооцінки. Тоді ж гармонізується рівень домагань, зростає самоповага, активізується мотивація досягнень.

Для всього вікового періоду характерне розгортання статево-рольової ідентифікації, закріплення гендерних норм моралі та поведінки, формування готовності до шлюбних взаємин (ступінь якої дуже варіюється у різних хлопців і дівчат). Засвоєння гендерної ролі супроводжується високим рівнем тривожності сучасних юнаків, оскільки, за влучним висловом І.С. Кона, молоді люди – справжні «раби» норми. Їх переконаність в тому, що існують загальні і чіткі стандарти щодо жіночності і чоловічності, не відповідає власній індивідуальності, що й викликає занепокоєння та розгубленість.

Для хлопців та дівчат типовим є пошук сенсу життя. В юності, коли людина здійснює свідомий вибір свого життєвого шляху, потреба осягнути сенс свого життя набуває потужного орієнтувального призначення. Ставлення молодій людині до

## ПСИХОЛОГІЯ ДОРОСЛІПАННЯ І ДОРОСЛОСТІ

*Потреба в сенсі життя – це необхідність усвідомлювати своє життя не як серію випадкових, розрізнених подій, а як цілісний процес, що має певну спрямованість, наступність і зміст.*

*К.Обуховський*

світу набуває особистісного забарвлення. Рефлексія власних особистісних якостей, прагнення самореалізації зумовлюють пошук юнаками цінностей, які визначають сенс існування. Проблема пошуку сенсу життя значною мірою

зумовлює стан психологічного здоров'я юнака. За словами В.Франкла, відсутність сенсу життя вже в юності породжує стан «ноогенного неврозу» – почуття порожнечі, відчаю та безцільності існування. Психолог виокремлює цінності, в яких втілюється сенс життя:

• праця, що є корисною для суспільства і особистості

• зміст та детермінованість емоцій і почуттів як цінностей

• сприймання випробувань долі, мужність у стражданнях

**твор-  
чість**

**пере-  
живан-  
ня**

**став-  
лення**

Рис. 3.33. Базові життєві цінності за Франклом

Для молоді людини найбільш прикладними постають перші два аспекти цінностей. Як зауважує Т.М. Зелінська, смислово-життєві роздуми в юнацькому віці спрямовані у майбутнє, на пізнання свого життєвого призначення, а відповідь на це питання звичайно розгортається у системі конкретних життєвих планів, які юнак має намір реалізувати. Тобто розгляд питання сенсу життя (навіщо?) переростає в питання цілей (чого досягати?).

Сучасні матеріальні контрасти українського суспільства викликають надмірну меркантильність юнаків. Однак втілення матеріальних домагань більшості хлопців та

## РОЗДІЛ 3

Хоч юність і вважається найкращим періодом життя, однак психологічні дослідження фіксують низьку задоволеність сенсом свого життя багатьма хлопцями та дівчатами, гостру невпевненість в собі через невизначеність майбутнього

За словами юнаків:  
«Якщо щось погане  
станеться, то не  
зі мною»

дівчат ще далеко попереду. Психологи відзначають високу тривожність багатьох сучасних молодих людей через невпевненість стосовно власного майбутнього, пригніченість власними обмеженнями на фоні численних матеріальних спокус.

Для представників даного віку характерним є міф про власну унікальність тобто уявлення про себе і про свою психіку як винятковості. Психологічне призначення цього феномену психіки хлопців та дівчат – відшліфовування власної індивідуальності, стабілізація самооцінки. Також є типовими мрії юнаків про власне блискуче майбутнє і песимістичне уявлення розгортання буття суспільства, тому юнаки часто проявляють безтурботність, внаслідок чого їх життєвий досвід поповнюється помилками та висновками з них.

Однією з причин суперечливої поведінки та суджень молодих людей може стати *максималізм*, характерний для даного віку.

■ **Юнацький максималізм** – категоричне ставлення до дійсності, спричинене невідповідністю рівня домагань життєвому досвіду молоді людини, **завищеність її життєвих ідеалів**

Його прояви мають місце в світогляді, емоційній та поведінковій сферах молоді людини. Багато юнаків демонструє максималізм як прагнення до якнайбільшого задоволення своїх матеріальних та духовних потреб, завищений рівень домагань.

Приблизно в 17 років представники юнацтва переживають *вікову кризу*. Вона зазвичай протікає більш спокійно, ніж підліткова. Першочерговими причинами цієї кризи, за даними вітчизняних психологів, є складності самовизначення, особливо професійного. Нездатність молоді людини ідентифікувати себе з представником певної професії викликає тривожність, розчарованість та відчай.

## ПСИХОЛОГІЯ ДОРΟΣЛПШАННЯ І ДОРΟΣЛОСТІ

Зарубіжні психологи беруть до уваги інші аспекти юнацького самовизначення як детермінацію кризи. Так, американський публіцист Г.Шихи схильна розглядати кризу сімнадцятирічних як «відрив від батьківських коренів». На думку психолога, набуваючи власних світоглядних цінностей, юнак переглядає та аналізує життєві орієнтації, культивовані в родині. Результатом цього аналізу молоді людини в кризі може бути:

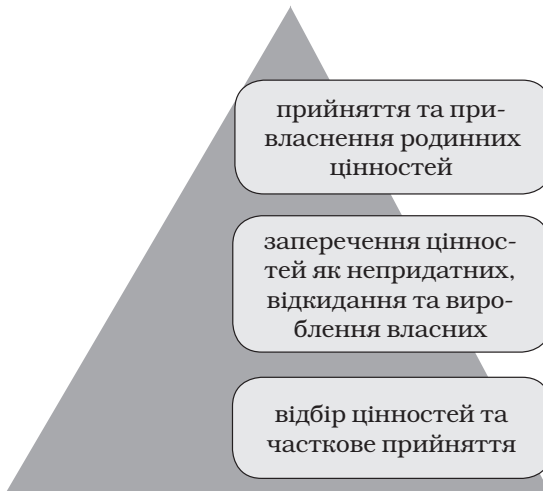


Рис. 3.34. Варіанти реагування юнака під час кризи 17-ти років

Поступово об'єднуючий батьків та юнаків родинний зв'язок послаблюється. В результаті в дорослих доньок та синів назріває бажання залишити «батьківське гніздо», і вони починають обривати емоційні зв'язки з домом, які в цей момент їх обтяжують. Г.Шихи стверджує, що стрімкий відрив від батьківських коренів забезпечує подальший адекватний розвиток життєвого циклу дорослої людини. Якщо криза не розгортається в цьому віці, вона наступить пізніше і буде переживатись важче.

### 3.3. Психологічні особливості раннього дорослого віку

#### *Загальні передумови функціонування психіки в ранній дорослості*

Із настанням дорослості змінюється співвідношення базових факторів психічного розвитку людини – роль біологічного послаблюється, посилюється активність самої особистості в контексті певних соціальних умов.

Попередні маркери, які використовувались для характеристики психічного розвитку дітей, підлітків та юнаків, втрачають типовий характер. За словами Г.Крайг, хід розвитку дорослих описується визначеними культурою соціальними орієнтирами, а також ролями та відносинами, котрі входять в склад циклів родинного життя та кар'єри. На особистість впливають як передбачувані, так і несподівані події її власного та суспільного життя. Тому дорослість як найбільш тривала епоха онтогенезу людини важко піддається типізації. І все ж таки, за допомогою виокремлення найбільш загальних ознак психіки дорослих, надається характеристика їх психологічних якостей.



Психічний розвиток дорослого можна описати в контексті трьох взаємопов'язаних аспектів його «Я». Йдеться про розвиток таких систем Я-концепції, як індивідуальне «Я», родинне «Я» та професійне «Я». Розвиток індивідуального «Я» передбачає розвиток та вдосконалення фізичних, інтелектуальних,

## ПСИХОЛОГІЯ ДОРОСЛІПАННЯ І ДОРОСЛОСТІ

емоційно-вольових та поведінкових якостей. Родинне «Я» пов'язане з функціонуванням таких соціальних ролей особистості як дорослої дитини батьків, члена подружжя, батька чи матері власних дітей. Професійне «Я» виявляється через трудову діяльність особистості, де вона виступає як професіонал, колега, начальник і підлеглий.

*Ранню дорослість можна по-іншому назвати періодом починань.*

*Д.Левінсон*

У всіх вище означених напрямках Я-концепції молода людина стоїть на початку шляху реалізації власних життєвих планів. Ці плани окреслились з юнацьких мрій, сформованих під впливом юнацького максималізму, тому на початку ранньої дорослості перед особистістю стоїть непросте завдання – узгодити свої мрії та реальність, бажане та дійсно досягне.

*Ранній дорослий вік триває з 21 до 40 років*

На початку раннього дорослого віку остаточно завершується зростання та дозрівання організму, людина досягає вершини своїх фізичних можливостей, так триває до 30 років, потім починається їх повільний малопомітний спад. До 40 років рівень фізичних можливостей людини залишається надзвичайно високим, тому рання дорослість в цілому – це здоровий період. Цей вік сприятливий для практикування звичок здорового способу життя, які визначатимуть надалі початок та інтенсивність старіння.

Настання фізичної зрілості має підкріплюватись набуттям психологічної зрілості.

**! Зрілість психологічна** – системна якість особистості, що відображає досягнення стану її повної функціональності, адаптивності та відповідальності

Культурні цінності суспільства визначають зміст психологічної зрілості, однак найчастіше фігурують такі її типові ознаки:

## РОЗДІЛ 3



Рис. 3.35. Ознаки психологічної зрілості особистості

Періодичне зіткнення зі стресогенними подіями може стати важливим стимулом чи поштовхом для подальшого розвитку особистості.  
В.А. Прокоф'єва

В цьому віці на психіку впливають як нормативні (передбачувані), так і ненормативні (несподівані) події, які можуть спричинити стресові реакції. Сильнішу реакцію на-

пруження викликають непрогнозовані стресогенні події. Це пов'язано, за висловом С.М. Костроміної, з ще нестійкою системою цінностей і емоційною чутливістю молоді людини. Однак помірні стреси потрібні для психіки дорослого, так як мобілізують та стимулюють її. В процесі виходу зі стресових ситуацій особистість навчається *опанувальній поведінці*, що забезпечує конструктивне розв'язання життєвих проблем та збереження психічного здоров'я.



- ! **Опанувальна поведінка** – тип конструктивного реагування особистості на стресову ситуацію, що передбачає усвідомлення та позитивне розв'язання життєвих суперечностей та труднощів

Спроможність особистості до даної поведінки формується поступово і залежить від ряду факторів, як-от фізичного здоров'я, матеріальних ресурсів, психологічної компетентності, соціальної підтримки, особистісних якостей та обставин життя. Також тип реагування на стресогенні події та використання опанувальної поведінки залежить від внутрішніх настанов особистості, її вікового годинника.

- ! **Віковий годинник** – внутрішній часовий графік життя особистості, за яким вона визначає відповідність своїх життєвих подій ключовим соціальним подіям періоду дорослості

Віковий годинник слугує дорослому свого роду розкладом життя, звірення з яким визначає, наскільки повільно чи швидко особистість рухається вперед співвідносно з соціальними подіями.

*Зараз психологи приходять до висновку, що відбувається розмивання меж традиційних соціальних подій, таких як професійне навчання, одруження, народження дітей тощо*

Так, народження дитини в 30 років сприймається жінкою та її оточенням зовсім по іншому, ніж аналогічна подія у 20-річної мами. Одні чоловіки після 40 років вже задумуються про перспективи пенсії, інші – починають здобувати другу освіту та планувати кар'єру, відчуваючи при цьому більшу напруженість. Відставання від соціальної «норми» чи її випередження викликає ускладнену адаптацію особистості до життєвих подій.

На оцінку дорослими ходу свого розвитку впливають очікування суспільства. Останнім часом ці очікування змінились, стали більш лояльними щодо вікових норм тих чи інших традиційних подій дорослого життя.

Позитивна життєва настанова, пов'язана з досягненням фізичної зрілості, що започаткувалась у юності, в цьому

періоді підкріплюється почуттям впевненості в собі, великих можливостей, енергійності, оптимізму, піку життя. Однак, серйозні захворювання і травми викликають подвійну вразливість дорослого через порівняння себе зі здоровими ровесниками та своїм попереднім станом здоров'я.

*Фізичний розвиток в ранній дорослості веде за собою більш зрілі форми сексуальної поведінки і сексуальні стосунків, ніж у юності.*

*Н.В. Співак*

Смертність в цьому періоді дорослості є найнижчою, в основному через трагічні випадки, а сексуальність найвищою. Відповідно, найвищий рівень сексуальності провокує сексуальну поведінку й інтенсивне інтимне спілкування з протилежною статтю. Даний вік є сприятливим для народження жінками дітей.

Для людей цього віку характерна висока адаптивність організму та психіки, що допомагає у подоланні стресів, та хороші відновлювальні можливості, які забезпечують високу працездатність людини. Однак образ життя, який властивий людині раннього дорослого віку, визначає стан її здоров'я та інтенсивність старіння в середній та пізній дорослості.

### *Когнітивна сфера в ранній дорослості*

Робота інтелекту не тільки не зупиняється в дорослості, а й внаслідок постійної розумової активності люди до старості набувають значний багаж знань. Однак, відкритим залишається питання, чи розвивається при цьому інтелект чи всього лише зростає компетентність особистості. Однозначним є той факт, що зміни інтелекту в ранній дорослості визначаються тим змістом особистості, який склався – освітою, життєвим досвідом, настановами, професійною діяльністю тощо.

*Впродовж ранньої дорослості когнітивні навички, якими користуються частіше, зберігаються краще, ніж ті, котрі використовують рідше.*

*Г.Крайг*

За думкою ряду дослідників (С.Пако, К.Ховланд та інш.), на початку раннього дорослого періоду (близько 25 років) людина досягає піку *розумових функцій*. Після 30-ти років ймовірним є спад інтелектуального потенціалу, якщо він не підтримується

## ПСИХОЛОГІЯ ДОРОСЛІПАННЯ І ДОРОСЛОСТІ

систематичною розумовою працею. Для цього віку характерною є компенсація розумових резервів набуттям соціально-професійного досвіду.

До 25 років *сенсорно-перцептивні* характеристики дорослого досягають максимального розвитку, зберігаючись на цьому рівні у більшості людей до 40 років. Зокрема, зорова, слухова та рухова чутливість найкраще виявляються на початку періоду, а обсяг поля зору – у тридцятирічному віці. Особливо добре сенсорно-перцептивні властивості функціонують за умови їх систематичного оптимального навантаження.

Вивчення Г.Еббінгаузом динаміки мнемічних якостей людини дозволило виокремити наступний онтогенез *пам'яті*:

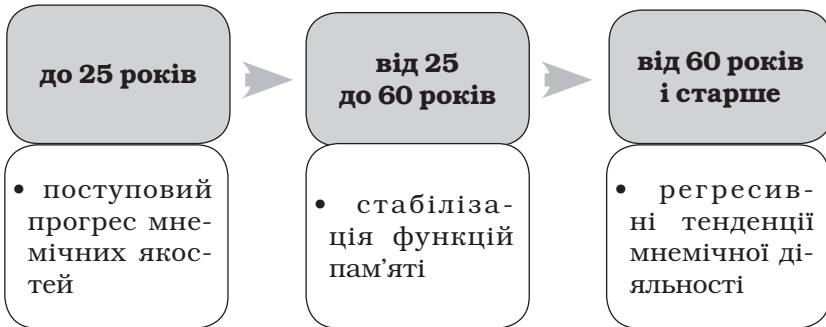


Рис. 3.36. Фази розвитку пам'яті за Еббінгаузом

Дослідження короткочасної вербальної пам'яті дорослих виявили високі показники її роботи в періоді з 18 до 30 років, далі простежується тенденція зниження продуктивності. Дещо ширший діапазон працездатності довготривалої вербальної пам'яті – від 18 до 35 років, тоді як образна й асоціативна пам'ять людини зменшують продуктивність після 20 років.

*...Мислення дорослої людини – це сплав чуттєвого (наочно-образного) і теоретичного (логічного) видів.*

*А.Г. Маклаков*

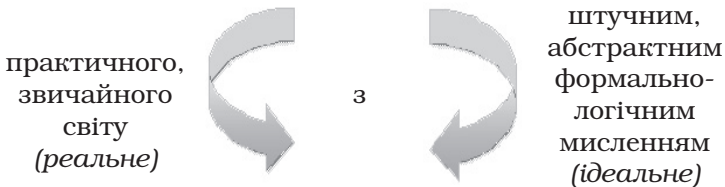
Впродовж раннього дорослого віку мислення особистості набуває комплексного характеру мислених операцій та високого рівня інтеграції різних видів мислення. Так, результати роботи теоретичного мислення перевіряються практикою. В свою чергу,

## РОЗДІЛ 3

практичне мислення відштовхується від понять теоретичного, і цим вони взаємно збагачуються. Наукові дослідження свідчать, що впродовж всього періоду ранньої дорослості різні види мислення розвиваються нерівномірно.

Мислення людини раннього дорослого віку характеризується значною гнучкістю – здатністю використовувати попередній життєвий досвід у нових незнайомих ситуаціях. Саме критичність і гнучкість мислення дозволяє людині даного віку будувати адекватні смислові системи, які містять прийнятні життєві цінності.

Вважаючи розуміння та розв'язування суперечностей рушійними силами когнітивного розвитку дорослої людини, К.Рігель доповнює теорію Ж.Піаже п'ятою стадією – *діалектичною*. За думкою психолога, сильною стороною мислення дорослого є вміння знайти компроміс при аналізі несхожих чи й протилежних точок зору, синтезуючи та інтегруючи їх. Важливим аспектом діалектичного мислення є *інтеграція ідеального та реального* тобто узгодження:



Якщо К.Рігель пропонує критерієм когнітивної зрілості дорослої людини вважати діалектичне мислення, то Г.Лейбоуви-Віф наполягає на поєднанні логіки, обов'язковості та відповідальності. Саме розвиток навичок самостійного прийняття рішень та відповідальності за них уможливорює подолання суперечностей та непевностей життєвого шляху дорослої людини. Тут мислення у поєднанні з волею виступає засобом самореалізації особистості.

Очевидно, що динаміка мислення впродовж раннього дорослого віку залежить від інтелектуальної активності особистості. Професійно спрямоване навчання студентів передбачає високий рівень задіяності їх мислення. Зміни

## ПСИХОЛОГІЯ ДОРОСЛІПАННЯ І ДОРОСЛОСТІ

мислення, зафіксовані американським психологом У.Перрі щодо студентів, мають стадіальний характер:

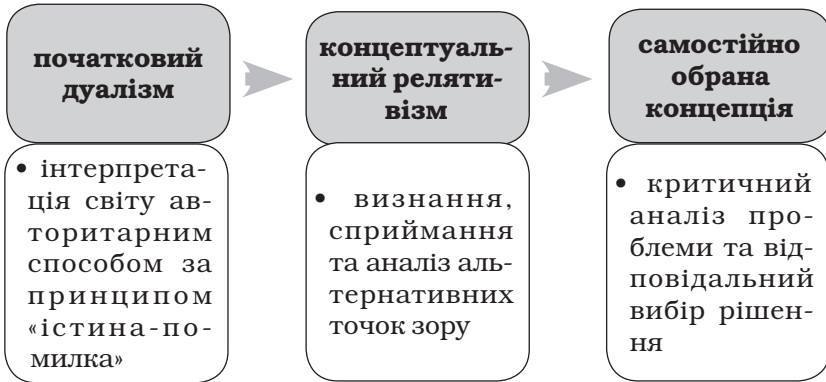


Рис. 3.37. Стадії розвитку мислення студентів за Перрі

Найбільш суттєві зміни розвитку мовлення людей, що досягнули ранньої дорослості, полягають у вдосконаленні якісних параметрів мовлення. Прогрес стосується зростання лексичного запасу (поповнення загальнокультурними та професійними термінами) і граматичних перетворень. Так, дорослі здійснюють перехід від простих речень до складних, з декількома складовими. Відтак, досягнення зрілості супроводжується зростанням мовно-мислених можливостей людини.

За даними Д. Векслера, прогресування вербальних інтелектуальних функцій охоплює період до 30 років. Вершина лексичних функцій досягає свого максимуму в 40 років. Після 30 років спостерігається зниження інтелектуальних функцій, пов'язаних не з мовою, а з моторикою.

*У педагогів якості уваги зберігають високу продуктивність і по завершенню ранньої дорослості*

Експериментальні дослідження діагностували нерівномірність проявів різних властивостей *уваги* в ранньому дорослому віці. Зокрема, зростання продуктивності обсягу, переключення та вибірковості уваги людини досягає її 33-річного віку з орієнтовним піком в 27-33 роки, надалі фіксується зниження

показників. Стійкість та концентрація уваги впродовж періоду суттєво не змінюються. На функціонування уваги в ранньому дорослому віці суттєво впливають ті види діяльності, якими займається людина.

Отже, когнітивний розвиток людини впродовж раннього дорослого віку має індивідуально зумовлений характер і регулюється її запитами, настановами, прагненнями та конкретними діями.

### *Побудова родинних взаємин людиною раннього дорослого віку*

*Хоча багато граний дорослої ідентичності може сформуватися уже на початку дорослості, іншим її граням ще тільки належить оформлятися.*

*Г.Крайг*

Започатковані у юності пошуки ідентичності тривають і в ранній дорослості. Завершення професійного навчання та початок трудової діяльності визначають професійну ідентичність, а налагодження близьких взаємин з протилежною статтю викликає активізацію родинної ідентичності особистості. Якщо у молодій людині нема відчуття того, що вона зайнята своєю справою чи має благополучну родину, то натомість приходить переживання незавершеності, незбалансованості життя.

Формування ідентичності стає підґрунтям для вирішення центрального завдання психіки людини раннього дорослого віку – самореалізації.

**! Самореалізація** – конструктивне виявлення та втілення людиною свого особистісного потенціалу, його розвиток та збагачення

За З.Фройдом, самореалізація – це вміння любити і трудитись. Відповідно, успішність життєвого шляху людини раннього дорослого віку здебільшого визначається самореалізацією в двох важливих напрямках – професійному та родинному.

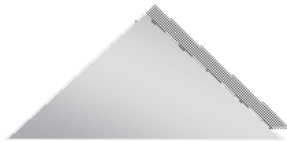
Еріксон тісно пов'язує досягнення ідентичності в дорослості з розвитком близьких взаємин з друзями, дружиною чи чоловіком.

! **Близькість** – тип тісних позитивних емоційних стосунків особистості з іншою людиною, що приносить взаємне задоволення, сприяє формуванню ідентичності та збереженню індивідуальності

Психолог наголошує, що неспроможність до встановлення особистістю близькості впродовж раннього дорослого віку викликає почуття самотності, пригніченості, підозрливості та ускладнене соціальну адаптацію.

Найсприятливішим підґрунтям для встановлення близьких взаємин з особами протилежної статі є почуття закоханості й кохання. Американський психолог Р.Стернберг, автор відомої трикомпонентної теорії кохання, вважає, що дане почуття характеризується наявністю трьох складових:

**інтимність** (симпатія до людини як до особистості, близькість у спілкуванні з нею, емпатія та підтримка)



**пристрасть** (фізичний потяг та сексуальна поведінка)

**рішення / зобов'язання** (рішення про довготривалість почуттів та їх спрямованість на одну людину)

Рис. 3.38. Компоненти кохання за Стернбергом

В залежності від наявності у людини цих складових компонентів існують такі різновиди почуттів:

## РОЗДІЛ 3

Таблиця 3.3

### Різновиди кохання за теорією Р.Стернберга

Типи близьких взаємин	Компоненти кохання		
	Інтимність	Пристрасть	Зобов'язання
Симпатія	+	-	-
Пристрасне кохання	-	+	-
Вигадане кохання	-	-	+
Романтичне кохання	+	+	-
Товаришування	+	-	+
Сліпе кохання	-	+	+
Досконале кохання	+	+	+

У таблиці позначка « + » означає наявність компоненту, « - » – його відсутність.

Дані різновиди є межовими випадками, що фігурують у теорії Стернберга, а більшість реальних стосунків є проміжними між цими різновидами. Показовим є існування значної кількості варіацій почуттів та людських стосунків, що впливає з теорії Стернберга.

Кохання, тим паче взаємне, може стати потужним стимулом для формування пари. Однак вчені, що досліджували розповсюджені під час ранньої дорослості процес зближення чоловіка та жінки, виявляли зовсім різні його механізми.

Теорії тлумачення механізмів утворення пари		
Перенесення протягу до одного з батьків на партнера в дорослості (Фройд)	Теорія комплементарних потреб (Уінч)	Інструментальна теорія підбору партнера (Сентерс)

Рис. 3.39. Підходи щодо тлумачення механізмів утворення пари



Так, засновник психоаналітичної теорії спирається на припущення щодо перенесення дитячого потягу до одного з батьків на партнера в дорослості. **Отже, на основі складного несвідомого переносу хлопець шукає собі дівчину, схожу на його матір, а дівчина нареченого, що нагадує їй батька.**

Згідно теорії Уінча процес зближення молодих людей відбувається на основі добре відомого принципу про притягування протилежностей. Відповідно, владного чоловіка привабить спокійна, поступлива жінка, а м'який чоловік шукатиме енергійну та рішучу жінку.

Альтернативу попередній теорії становлять дослідження Сентерса, який, надаючи першочерговій уваги потребам потенційної пари, визначає механізмом зближення молодих людей схожість чи доповнення потреб.

Формування пари є початком для подальшого розвитку взаємин. Те, наскільки успішно ці взаємини складуться, залежить від результатів взаємної триетапної фільтрації переваг та недоліків молодих людей:

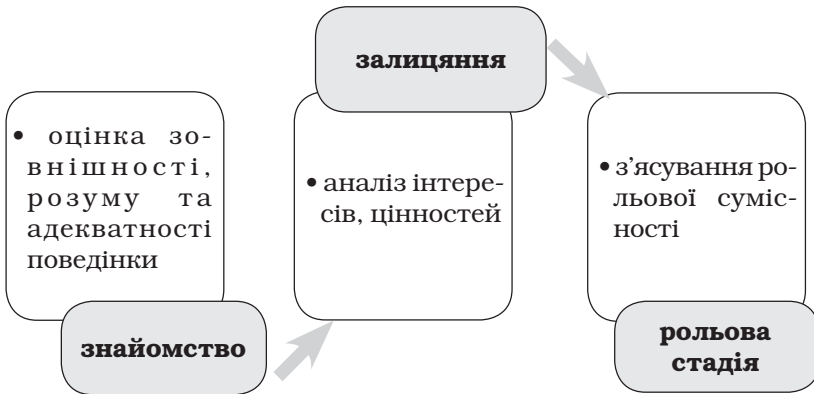


Рис. 3.40. Етапи фільтрації якостей партнера

Американський психолог Б.Мурштейн вважає, що підбір шлюбного партнера вмотивований прагненням кожного з пари зробити найкраще придбання з усіх можливих варіантів. Цим і зумовлюється триетапна фільтрація переваг та недоліків моло-

### РОЗДІЛ 3

Так званий громадянський шлюб

дих людей в ході їх зближення. Якщо перше враження під час знайомства є сприятливим, пара переходить до подальшого вивчення більш глибоких особистісних якостей один одного під час залицяння. По мірі з'ясування узгодженості інтересів, цінностей чоловіка та жінки, вони продовжують зближення з метою виявлення ролівої сумісності в незареєстрованому чи офіційному шлюбі.

Внаслідок більш лояльного ставлення суспільства багато сучасних молодих пар не поспішає офіційно реєструвати стосунки, а обирає громадянський шлюб. Різниця між ним та зареєстрованим шлюбом виявляється у ступені свободи, відповідності, взаємодомовленості та юридичної захищеності.

Рішення пари одружитись може бути вмотивоване різними чинниками. Найбільш типовими з них є:

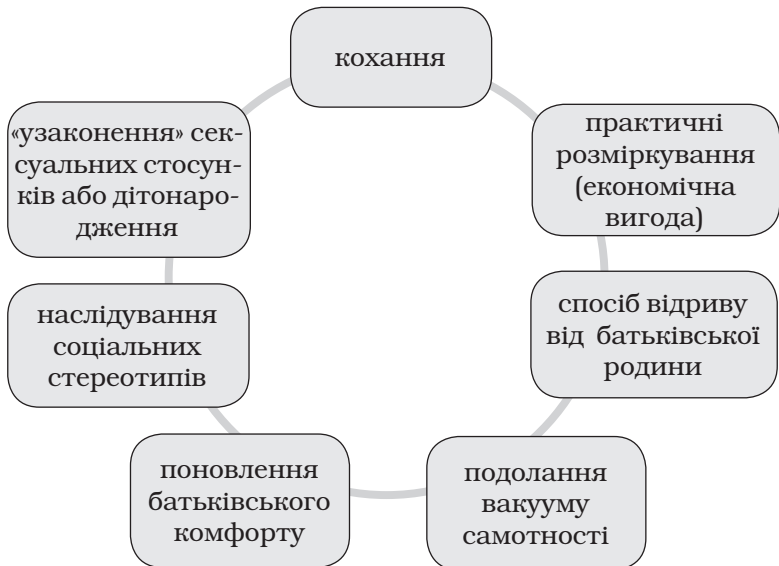


Рис. 3.41. Типові мотиви одруження

*Серед тих, хто одружився через кохання і спільність поглядів, максимальна кількість задоволених шлюбом і мінімальна – незадоволених.*

*С.М. Костроміна*

Кожен із шлюбних партнерів може керуватися декількома мотивами, наприклад, чоловік прагне налагодити близькість з жінкою в шлюбі, яка ще й буде турботливою господинею, як його мати. Жінка відчуває пристрасть до обранця, і також її приваблюють його чималі статки. Тому зазвичай одруження є полімотивованим кроком для обох шлюбних партнерів, але важливо, щоб ці мотиви були узгодженими. Найбільш сприятливими для

шлюбного союзу є мотиви взаємного кохання і спільності інтересів.

Однак романтика кохання може виступати першим випробуванням для молодят через складності подружньої адаптації. Після романтичного періоду залицянь, урочистого одруження та пристрасного медового місяця молодята стикаються з ефектом «скидання масок».

**! Ефект «скидання масок»** – більш глибоке пізнання молодятами один одного в звичних родинних умовах, що супроводжується побудовою реалістичного образу шлюбного партнера

Внаслідок послаблення емоційності дошлюбних відносин після одруження, ідеалізація партнера теж послаблюється, тому ефект скидання масок може викликати розчарування чи конфлікт. Наслідки переживання ефекту «скидання масок» впливають і на успішність шлюбної адаптації, яка, за даними російського психолога В.М. Цілуйко, буває первинною і вторинною.

**! Первинна шлюбна адаптація** – процес пристосування членів подружжя до шлюбного життя, який полягає в поступовому взаємному узгодженні їх думок, почуттів, потреб і поведінки

Означений вище вчений зазначає, що адаптація торкається всіх без виключення сфер сімейних відносин: матеріально-побутової, етико-психологічної і інтимно-особистісної.

## РОЗДІЛ 3

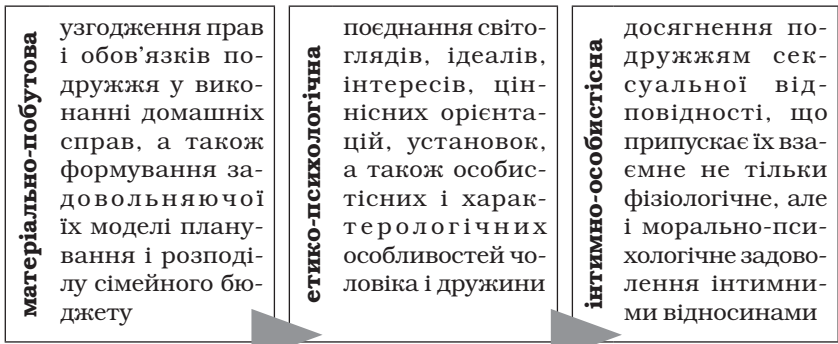


Рис. 3.42. Аспекти первинної шлюбної адаптації за Цілуйко

Іншим, полярним до первинної шлюбної адаптації пристосуванням є вторинна шлюбна адаптація.

**Вторинна шлюбна адаптація** – надмірне звикання членів подружжя один до одного, послаблення подружнього кохання і пригнічення неповторного характеру шлюбного союзу

Ця негативна адаптація виявляється в послабленні почуттів чоловіка та дружини, їх обезбарвленні, перетворенні в звичку, виникненні байдужості, яка з часом може перерости в неприязнь і навіть ненависть. Психолог В.М. Цілуйко визначає наступні аспекти вторинної шлюбної адаптації:

інтелектуальний	етичний	сексуальний
<ul style="list-style-type: none"> <li>зниження інтересу до шлюбного партнера як особистості внаслідок повторення ним в спілкуванні однакових думок, точок зору, оцінок</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>відверта демонстрація своїх негативних якостей, думок і вчинків, використання під час спілкування неприйнятних жестів та інтонацій</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>одноманітність інтимних відносин, що призводить до зниження взаємної привабливості і падіння статевого потягу</li> </ul>

Рис. 3.43. Аспекти вторинної шлюбної адаптації

## ПСИХОЛОГІЯ ДОРОСЛІПАННЯ І ДОРОСЛОСТІ

Також означений вище вчений наводить три головні умови боротьби з вторинною адаптацією:

- перша з них – це постійна робота над собою, духовне зростання, прагнення підтримувати в очах коханого свій престиж і статус;
- другою умовою є подолання негативних наслідків вторинної адаптації – це подальше підвищення культури взаємостосунків подружжя, послідовне виховання в собі лагідності, доброзичливості, чуйності, стриманості і тактовності;
- третьою умовою міцності сім'ї при загрозі негативної адаптації виступає підвищення взаємної автономності подружжя, їх відносної свободи один від одного.

Логічним продовженням закріплених у шлюбі близьких взаємин молодих людей є народження дитини. Ця подія перебудовує Я-концепцію та спосіб життя обох членів подружжя, але дестабілізація їх стосунків може спричинити сімейну кризу. Конструктивне подолання цієї кризи додає ще однієї грані до ідентичності людини – подружньо-батьківської. Перехід до батьківства зумовлює ряд психологічних змін особистості:

*Одруження жодною мірою не повинно сприйматися молодятами як кінцева мета, досягнення якої дозволяє «розслабитися і відпочити», а, навпаки, має розглядатися ними як початкова точка боротьби за сімейне щастя.*

*В.М. Цілуйко*

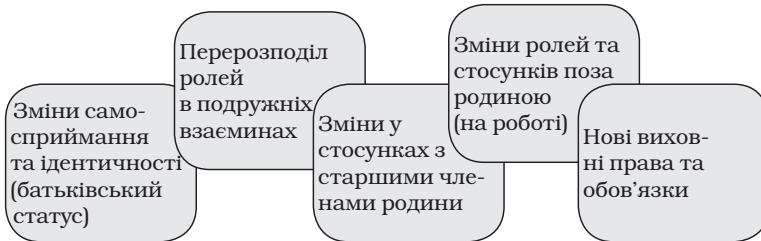


Рис. 3.44. Зміни особистості, спричинені батьківством

Якщо одруження та подальше народження дитини відбулось на початку ранньої дорослості, то до кінця періоду особистість

## РОЗДІЛ 3

встигає прожити майже всі *стадії батьківства*, визначені американським психологом Е.Галинські:

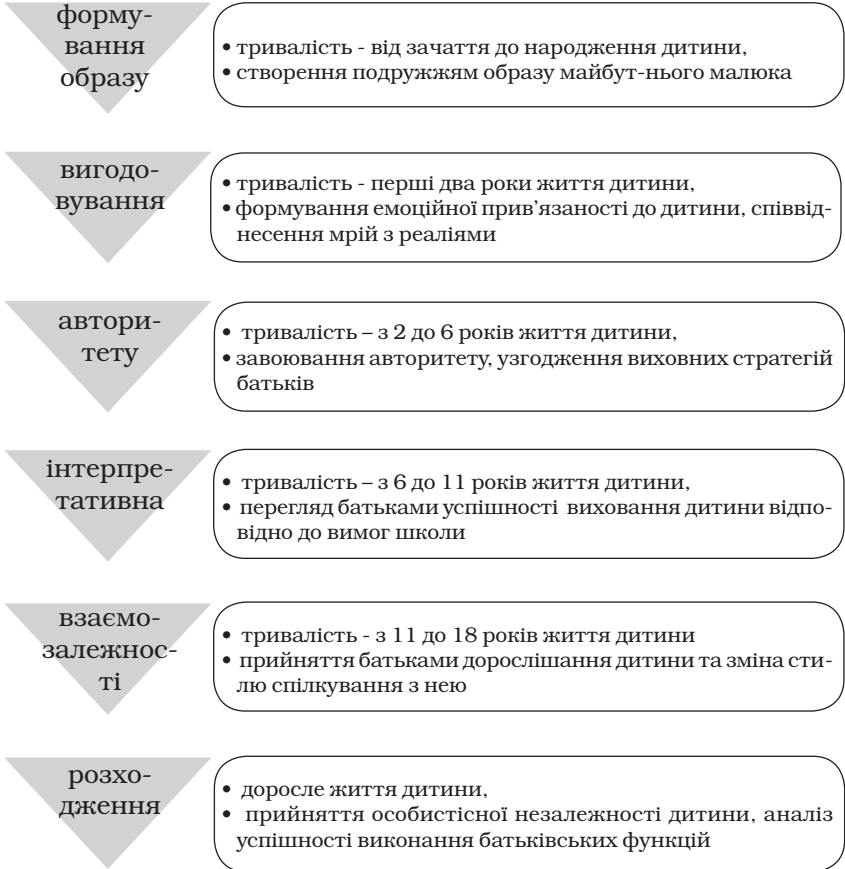


Рис. 3.45. Стадії батьківства за Галинські

Не більше двох дітей

Кожне подружжя постає перед питанням планування численності родини, тобто кількості дітей. Сучасні тенденції свідчать про схильність до малодітності. Вивчення мотивів відмови батьків від багатодітності, за даними

С.М. Костроміної, виявило два домінуючі мотиви – погані матеріально-житлові умови та обмеження за віком. Тенденція зростання бездітних шлюбів, характерна для нашого суспільства, викликана погіршенням репродуктивного здоров'я чоловіків та жінок, а також свідомою відмовою від батьківства. Головними аргументами шлюбних пар, що свідомо відмовляються від народження та виховання дітей, є сприймання дітей як перешкоди для:

- подружніх взаємин (за принципом «третій – зайвий»),
- повноцінної соціальної активності дорослих (побудови успішної кар'єри, самореалізації через хобі тощо).

*Більшість самотніх батьків зберігає тісні емоційні контакти з дітьми, віддає багато сил і коштів на турботу про них.  
Г.Крайг*

Задоволення потреб та запитів зростаючої дитини може стати складним завданням для батьків. Це особливо стосується батька чи матері, які, самотужки виховуючи дитину, відчувають рольове перевантаження та підвищену відповідальність. Переважну більшість таких вихователів складають жінки. Частина з них знаходиться в статусі розлучених, частина – самотні. Виховання дитини потребує від них постійних зусиль,

а матеріальне забезпечення родини ускладнює це завдання. Значно рідше зустрічаються чоловіки, що самотужки виховують дітей, проте самотній батько зіштовхується з тими ж проблемами, що і самотня мати. Батькам-одинакам, як і самотнім матерям, буває складно зберегти коло друзів, отримати від них емоційну підтримку, тому вони часто переживають почуття самотності та пригніченості. Позитивну роль в даному випадку відіграє допомога родичів.

Іноді, попри сприятливі у ранньому дорослому періоді можливості для розгортання близьких взаємин, люди залишаються самотніми. Сприймання суспільством таких людей зосереджується у двох протилежних образах:

### РОЗДІЛ 3

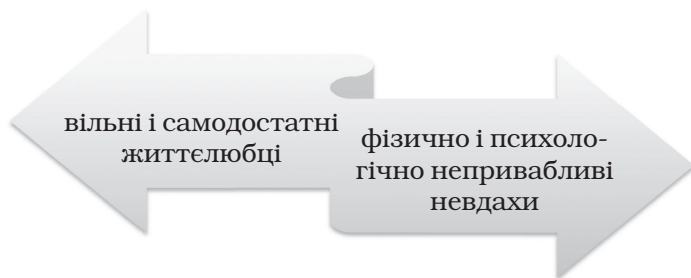


Рис. 3.46. Образи сприймання суспільством самотніх людей

Характерно, що ці образи відображають гендерну нерівність, тому що саме чоловіків частіше сприймають у позитивному образі життєлюбців-холостяків, тоді як самотні жінки постають в непривабливому образі невдах-«старих дів».

Однак, самотність в ранній дорослості може спричинитись цілим рядом факторів.



Рис. 3.47. Типові причини самотності людей раннього дорослого віку



При значній розповсюдженості несприятливих життєвих факторів як причин самотності, часто фігурує і свідомий вибір дорослого. За думкою Г.Крайг, вибір на користь самотнього образу життя може бути результатом виваженого рішення – знаходження балансу між свободою і зобов'язаннями, між самодостатністю й взаємозалежністю. Але таке ставлення до життя нерідко призводить до того, що самотня людина займає позицію відчуженості і самозакіченості. Тривала самотність неодмінно формує егоїзм особистості як наслідок постійного прислуховування до себе, орієнтації тільки на свої потреби, смаки.

*Корені свідомо обраної самотності дорослого криються в дитячих взаєминах з батьками, коли батьківська родина не задовольняла потреби дитини в любові і безпеці.*

*К.Хорні*

Цей статус також породжує подальші комунікативні проблеми: маючи можливість нарешті поспілкуватись з іншою людиною, самотня зациклюється у розмовах на собі і викликає негативну реакцію співрозмовника. Нова невдача посилює негативне самосприймання.

Також тривала самотність поглиблює особистісні проблеми людини, оскільки посилює песимізм, озлобленість, обезцінення життя, викликає хронічний депресивний стан або стійку агресію.

### *Розгортання професійного циклу в ранній дорослості*

Іншим напрямком самореалізації людини раннього дорослого віку, альтернативним родинному, є професійний. Його розгортання та зміст психологи представляють через професійний цикл.

**! Професійний цикл** – система послідовних етапів професійного шляху суб'єкта праці від початку професійного самовизначення до завершення професійної діяльності

Ряд психологів, вивчаючи питання професійного циклу особистості, уклали його періодизацію. Серед зарубіжних концепцій найбільш відомою є теорія американського психолога Д.С'юпера, який визначив етапи професійної діяльності, виходячи з її значимості для особистості на певному етапі її життя.

**Етапи професійного циклу за С'юпером**

<b>Етап</b>	<b>Тривалість</b>	<b>Опис</b>
Росту	від народження до 14 років	дитячі ігри з ролями професійного спрямування, випробування успішності здійснення різних видів діяльності, поява інтересів
Дослідження	від 15 до 24 років	аналіз власних потреб, інтересів, здібностей, цінностей та можливостей в ході професійного самовизначення, розробка можливих варіантів професійної кар'єри, професійне навчання
Зміцнення кар'єри	від 25 до 44 років	прагнення зайняти вагоме місце у обраній сфері діяльності, вияви творчості в професійній праці
Збереження досягнутого	від 45 до 64 років	намагання зберегти те робоче місце, якого досягнуто на попередньому етапі
Спаду	після 65 років	зниження фізичних та розумових сил, скорочення посадових функцій, завершення професійного циклу

Психолог наголошує, що впродовж професійного самовизначення, пошуку роботи та розбудови кар'єри особистість розвиває та уточнює свою професійну Я-концепцію.

Визнані вітчизняні періодизації професійного циклу надані в роботах російських психологів Е.Ф. Зеєра, Є.О. Климова, Т.В. Кудрявцева, А.К. Маркової та інш. Узагальнюючи їх, можна надати періодизацію, представлену В.О. Бодровим:

**Стадії професійного циклу за Бодровим**


<b>Стадія</b>	<b>Тривалість</b>	<b>Опис</b>
Допрофесійного розвитку	від народження до 11-12 років	формування особистості дитини як майбутнього суб'єкта праці засобами гри та навчання
Оптації	від 11 до 15 (18) років	оволодіння системою базових ціннісних орієнтацій щодо побудови життя та професійного шляху, професійне самовизначення
Професійного навчання	від 15 (18) до 19 (23) років	цілеспрямоване засвоєння знань, вмінь та навичок в обраній професійній діяльності, формування професійної придатності
Професійної адаптації	від 19 (21) до 24 (27) років	пристосування до соціальних та професійних норм, умов, процесів праці, зародження професіоналізму
Розвитку професіонала	від 21 (24) до 45 (50) років	вдосконалення професійних та особистісних якостей та компетенцій фахівця
Реалізації професіонала	від 45 (50) до 60 (65) років	Повна чи часткова реалізація професійного потенціалу, досягнення максимальної майстерності
Спаду	з 61 (66) років	Прогресуюче зниження професійної активності, перебудова діяльності та цінностей

## РОЗДІЛ 3

Відповідно до даних періодизацій професійного циклу людина в ранньому дорослому віці завершує професійне навчання, шукає роботу, працевлаштовується, пристосовується до роботи та вибудовує кар'єру, тобто розгортається її професіоналізація.

▼ **Професіоналізація** – процес оволодіння людиною певною професією, перехід в ряди професіоналів

Важливим етапом професіоналізації є професійне навчання, надбанням якого є *первинна професійна ідентичність* майбутнього суб'єкта праці, до складу якої входять:



<b>професійна спрямованість</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• схильності до даної діяльності,</li><li>• позитивна мотивація професійної праці</li></ul>
<b>професійна компетентність</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• наявність фахових знань, вмінь та навичок,</li><li>• професійно значимі настанови та особистісні якості</li></ul>
<b>професійна самосвідомість</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• професійний Я-образ,</li><li>• професійна самооцінка,</li></ul>

Рис. 3.48. Структура та зміст первинної професійної ідентичності

Успішність пошуків роботи та працевлаштування дипломованого фахівця визначається сукупністю внутрішніх та зовнішніх чинників. Так, впевненість в собі, професійні настанови, рівень домагань уособлюють внутрішні фактори, а суспільна пропозиція, вакансії – зовнішні.

Після працевлаштування у молодого фахівця розгортається професійна адаптація тобто пристосування до змісту та умов праці, що може ускладнюватися такими факторами:

## ПСИХОЛОГІЯ ДОРОСЛІПАННЯ І ДОРОСЛОСТІ

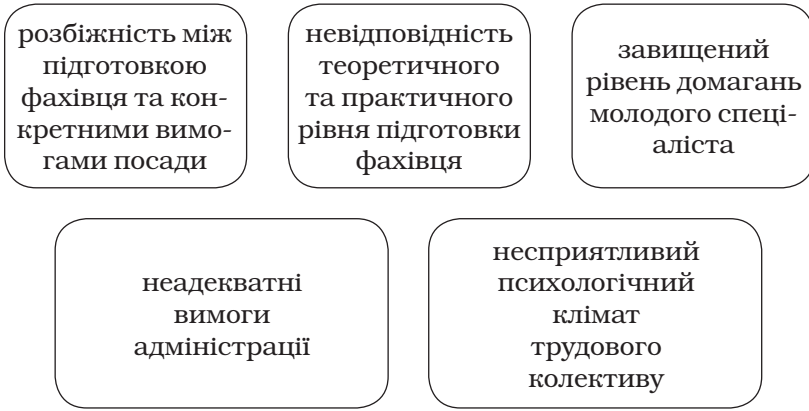


Рис. 3.49. Типові причини ускладнень професійної адаптації фахівця

Наслідком конструктивного розв'язання суперечностей професійної адаптації молодим фахівцем є сформована у нього *вторинна професійна ідентичність*, що виявляється у певних ознаках.



Рис. 3.50. Вияви вторинної професійної ідентичності

Сформована вторинна професійна ідентичність свідчить про те, що професійна діяльність стала вагомим аспектом життєвої стратегії особистості, що визначає соціальний статус, рівень прибутків, розпорядок дня, контакти та можливості розвитку.

Досягнення достатнього рівня професіоналізму дозволяє суб'єкту праці претендувати на побудову кар'єри.

▼ **Кар'єра** – рух і становище людини як суб'єкта праці в системі громадських, економічних і ділових відносин, зумовлені її особистісними можливостями, ресурсами та соціально-економічною ситуацією

Психологи визначають вертикальний та горизонтальний варіанти побудови кар'єри. Якщо зміни статусу суб'єкта праці пов'язані з його підвищенням, просуванням службовими сходинками, то йдеться про вертикальний варіант. Горизонтальний варіант кар'єри передбачає зміну місця роботи без посадового підвищення.

Існують типові суб'єктивні фактори, що складають кар'єрний потенціал особистості:

- психофізичні характеристики (стан здоров'я, працездатність),
- особистісні якості (інтелектуальні, вольові та моральні риси),
- компетентність (професійна кваліфікація, майстерність),
- життєві і кар'єрні орієнтації (інтереси, амбіції, настанови),
- професійна самосвідомість (образ себе як фахівця, професійна самооцінка і рівень домагань).

Успішна професійна адаптація та подальша побудова кар'єри є ознаками класичної моделі професійного циклу, де суб'єкт праці підтверджує правильність свого професійного самовизначення. Однак, саме впродовж ранньої дорослості частина людей змінює свою роботу, здобуває альтернативну професійну освіту в пошуках справжньої професійної ідентичності.

Впродовж перших років роботи у професійній Я-концепції молодого спеціаліста відбувається психологічна трансформація – перетворення мрій у реалістичний погляд на кар'єру. На початкових етапах своєї трудової діяльності особистість навіть

може переживати розчарування, коли мрії, пов'язані з роботою, не співпадають з реальністю. Домінуюче місце в мотивації кар'єрного просування особистості починають займати мотиви заробітку та матеріального заохочення, якщо робота не визнається покликанням, сенсом життя.

Загалом, ефективність праці визначається рядом чинників, головним з яких є наявність смислу професійної діяльності. Однак психологічні опитування, спрямовані на з'ясування факторів вагомості професійної діяльності для представників ранньої дорослості, виявили дві групи таких факторів. До зовнішніх віднесли значну заробітну платню, комфортні умови праці, престижність статусу, компетентність керівництва, підтримку колег, можливості професійного навчання та кар'єрного зростання. Внутрішніми факторами виявились цікавість змісту діяльності, можливість творчості, стимуляція інтелекту, підвищення самооцінки і самоповаги. Суб'єкти праці, які називали внутрішні фактори, схильні в цілому більше віддаватись роботі і пов'язувати її з життєвою самореалізацією.

Побудова та зміцнення кар'єри супроводжуються переглядом цінностей «робота - сім'я», що значно важче дається жінкам, ніж чоловікам. Професійне становлення жінок і чоловіків відрізняється домінуванням життєвих пріоритетів. Оскільки жінки в ранній дорослості більше орієнтовані на близькі взаємини у шлюбі, народження й виховання дітей, то їх кар'єрне просування починається пізніше, ніж у чоловіків. Багато жінок намагається поєднати родинний та професійний напрямки самореалізації, хоча це вимагає від них значних зусиль.

*Сукупність смислів утворює систему особистісних духовних цінностей людини, її особистий професійний менталітет, індивідуальне професійне кредо.*

*Н.В. Кузьміна*

### *Кризи періоду ранньої дорослості*

Розгортання життєвого шляху впродовж ранньої дорослості поєднує як відносно стабільні періоди, так і переживання криз. Складні обставини

*Саме криза завжди створює умови для усвідомлення загального задуму життя, для пильного погляду на своє минуле, теперішнє і майбутнє.*

*Т.М. Титаренко*

життя вимагають від людини перегляду її цінностей та життєвої стратегії. Як зазначає Т.М. Титаренко, життєва криза – це період, протягом якого змінюється спосіб детермінації процесів розвитку, життєвий задум, траєкторія життєвого шляху.

### **Криза 23 років**

Даний вік можна розглядати в контексті переживання нормативних та ненормативних криз. Перша криза пов'язана з добудовою життєвого плану, розпочатою ще в юності, що потребує узгодження фантазій, максималізму з реальними можливостями. Проте молода людина, сповнена амбіцій, прагне досягнути якнайбільшого і розпочинає життєву експансію – діяльність щодо реалізації запланованого. Проблемним може стати вибір щодо співвідношення кар'єри та сім'ї. Самооцінка під час кризи суттєво залежить від реакції оточення.

Наступна криза визначається необхідністю корекції життєвих планів, їх приземлення до можливостей та обставин. На основі накопиченого життєвого досвіду у особистості виникає усвідомлення обмежень у досягненні мети. Кризу супроводжує усвідомлення остаточного закінчення молодості, початок домінування інтелекту над почуттями. Для шлюбу характерне послаблення або й завершення періоду пристрасної закоханості, що потребує нового підґрунтя для стосунків подружжя. Розв'язання кризи супроводжується формуванням життєвого паттерну – стилю проходження життя.

### **Криза 33 років**

Близько 37–40 років розгортається одна із найскладніших нормативних криз дорослості. Передумовами цієї кризи є початок старіння, зупинка в побудові кар'єри, відокремлення дорослих дітей, що спричинюють усвідомлення середини життя та його конечності і викликають перегляд життєвих досягнень. Особливо гостро криза переживається в таких випадках:

### **Криза серед- ни життя**

- якщо досягнення людина вважає несуттєвими,
- якщо попереду нема перспектив значних змін і людину лякає подальша одноманітність існування,
- якщо життєві досягнення сприймаються як невідповідні ідентичності.



Ймовірність гострого переживання кризи середини життя людиною різко зростає в умовах економічних та соціальних негараздів країни.

Окрім вікових, у даному періоді можливе переживання і ненормативних криз. Найбільш типовими серед них Н.В. Співак вважає:

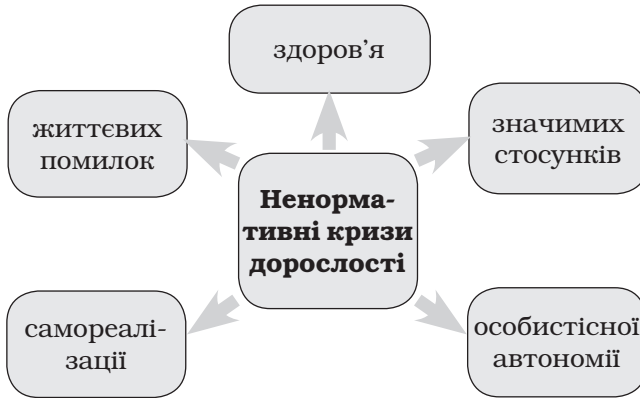


Рис. 3.51. Типові ненормативні кризи дорослості за Співак

Конструктивне подолання цих криз зумовлює прогресивні зміни особистості.

### 3.4. Психологія середньої дорослості

#### *Фізичні та когнітивні зміни особистості*

*Середній дорослий вік триває з 40 до 60 років*

Даний період розпочинається з переживання кризи середини життя або осмислення її наслідків. Хоча представники середньої дорослості дуже суб'єктивно оцінюють свій психологічний вік, однак існує ряд типових фізичних та розумових особливостей, характерних саме для цього періоду.

В цьому віці виразними є гормональні зміни. Жінки стурбовані переживанням клімаксу – згасання репродуктивної функції, що

## РОЗДІЛ 3

закінчується менопаузою. Клімакс зазвичай важко переноситься жінками, і фізично, і психологічно, впродовж нього часто виявляються депресивні ознаки. Настання менопаузи супроводжується зменшенням кісткової маси та схильністю жінок до хвороб серця.

*Стресостійкість психіки зменшується – часті стреси провокують хвороби організму і навпаки*

У чоловіків фізіологічні зміни провокують значне зменшення сексуальних можливостей, що викликає невдоволення собою, почуття втрати чоловічої сили та прагнення її повернути, що може спричинити інтриги з молодшими себе жінками. Досить часто причиною депресії чоловіків може стати імпотенція, викликана як соматичними, так і психологічними факторами. Зменшення кількості андрогенів викликає у чоловіків певні емоційні реакції – нервозність, невпевненість, пригніченість, втомлюваність.

*Стан здоров'я в цьому віці суттєво визначається способом життя в юності та ранній дорослості*

На початку шостого десятижжя життя дещо уповільнюється робота нервової системи, зменшується гнучкість і розпочинається стискання хребта, шкіра і м'язи поступово втрачають еластичність. Після 45 років причинами смерті стають хвороби, зокрема серцево-судинні, онкологічні, органів дихання тощо. Рівень смертності чоловіків вдвічі вищий, ніж жінок.

Початок старіння сприймається важко і потребує серйозної психологічної адаптації. Люди знаходяться під тиском стереотипного сприймання середини життя: молодість – це надії, а зрілість – застій і страхи втрати здоров'я. Через хвороби, які починають серйозно турбувати людину, може сформуватись негативне сприймання життя в цілому, песимізм.

У зв'язку з початком старіння спостерігається погіршення гостроти зору, незначне зниження сприймання звуків високої частоти. Смакова, нюхова та больова чутливість теж знижується, але повільно і тому малопомітно. Час реакції на подразники зростає досить повільними темпами. Рухові навички можуть погіршуватись, однак їх системне використання стримує цей процес. Засвоєння нових навичок відбувається складніше.

*Здебільшого це помітніше у чоловіків*

*В творчості психологів дослідники встановили три піка продуктивності: 40-45 років, 60-64 роки, близько 70 років.*

Однак, близько 41-46 років людина досягає чергового піку у розвитку уваги. Тому деяке зниження психофізіологічних функцій не заважає збереженню працездатності людини середнього дорослого віку. Так, лонгітюдні дослідження Л.Шоємфельдта та В.Оуенса показали зростання вербально-логічних функцій до 50 років і лише після 60 років відбувається поступове зниження. В цілому когнітивні та креативні якості зберігаються і зростають в даному віці у людей, зайнятих інтелектуальною працею.

Загальна функціональність пам'яті досягає максимуму в ранній дорослості, далі на її базі розвивається спеціалізована система мнемічної діяльності, потрібна для конкретної практичної роботи.

По-різному розгортається динаміка різновидів інтелекту особистості в середньому дорослому віці. За своїми функціями інтелект поділяють на текучий та кристалізований. Текучий інтелект спрямований на засвоєння нової інформації. Кристалізований інтелект використовується особистістю для переробки інформації та її гнучкого використання в адаптаційних процесах.

Текучий інтелект досягає піку розвитку в юності, а в даному віці поступово знижується, а кристалізований – навпаки, зберігає свою продуктивність, покращену в порівнянні з юнацьким періодом.

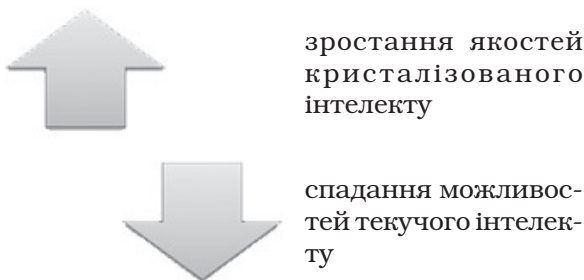


Рис. 3.52. Динаміка текучого та кристалізованого інтелекту в середній дорослості

## РОЗДІЛ 3

За думкою О.Г. Маклакова, середня дорослість є одним із найбільш продуктивних періодів в творчості людини, особливо якщо її діяльність пов'язана з гуманітарними знаннями.

Розглядаючи когнітивний розвиток дорослих з точки зору функціо-нальних змін, що відбуваються з ними, К.Шайї визна-чає певні стадії:



Рис. 3.53. Стадії когнітивного розвитку дорослих за Шайї

В ранній дорослості розгортається *стадія досягнень*. Інтелект використовується для вирішення реальних проблем, які визначають подальшу долю людини, зокрема вибору професії, супутника життя.

Впродовж середньої дорослості триває стадія виконання *соціальних обов'язків*, коли людина відповідає не тільки за себе, але й за інших, і при прийнятті рішення мусить враховувати не тільки свої інтереси, а й інтереси оточуючих (чоловіка / дружини, батьків, дітей, колег).

Частина представників цього періоду, які працюють на керівних посадах, охоплена *стадією адміністрування*, і їх вміння приймати рішення впливає на долі сотень, тисяч людей.

І нарешті, пізню дорослість охоплює стадія реінтеграції, коли використання знань і інтелекту знову спрямоване на побутову практичну сферу, люди повертаються до власних інтересів, цінностей, установок.

### *Завдання розвитку та гендерні відмінності в середній дорослості*

Середня дорослість – дуже насичений подіями та відповідними їм внутрішніми змінами період. Конструктивне проходження особистістю кризи середини життя сприяє оновленню життєвих цілей та стратегій. Середня дорослість розгортається як етап подальшого психічного розвитку людини, спрямований на вирішення ряду важливих завдань:

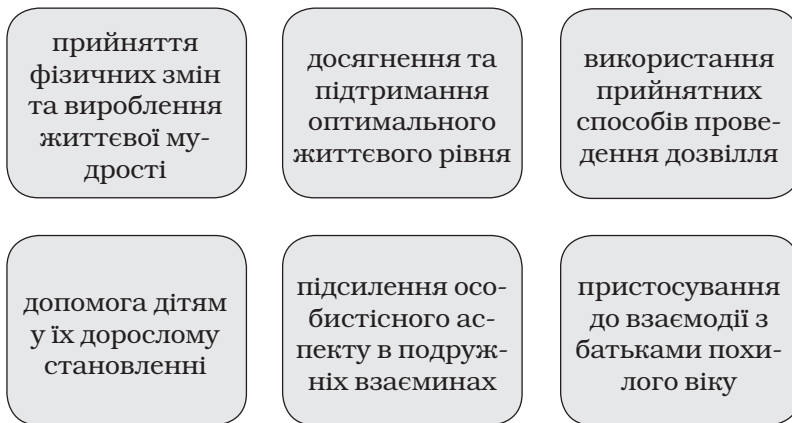


Рис. 3.54. Типові психологічні завдання середнього дорослого віку

Згідно поглядів Е.Еріксона, головним напрямком розвитку людини середнього дорослого віку є перехід до генеративності.

▼ **Генеративність (за Еріксоном)** – прагнення дорослої людини психологічно увічнити себе шляхом здійснення довготривалого і значимого внеску в оточуючий світ

Здійснені на початку періоду аналіз та оцінка особистістю своїх життєвих досягнень спонукають обрати пріоритетами діяльності духовні цінності, тому генеративність досягається засобами професійної й творчої діяльності, наставництва та виховання дітей. За думкою Е.Еріксона, відсутність

*Застій, відсутність розвитку*

### РОЗДІЛ 3

генеративності в середньому дорослому віці викликає стагнацію особистості. Для уникнення стагнації в особистісному розвитку дорослі здійснюють турботу про наступну генерацію та умови її становлення.

Розширюючи погляди Еріксона, Р.Пек наполягає на існуванні ряду конфліктів особистісного розвитку представників середнього дорослого віку, розв'язання яких забезпечує досягнення життєвої мудрості:

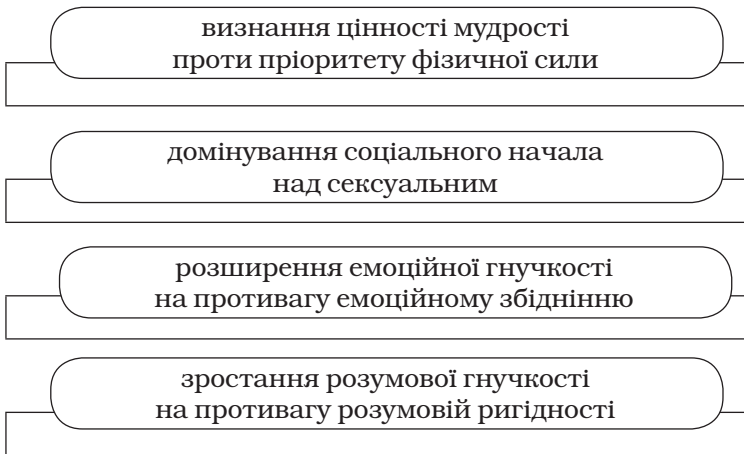


Рис. 3.55. Життєві завдання середнього дорослого віку за Пеком

По мірі зменшення фізичних сил та послаблення здоров'я людина переключає більшу частину своєї енергії на розумову діяльність замість фізичної, тобто відбувається визнання цінності мудрості проти значимості фізичної сили. У спілкуванні з іншими через фізичні та моральні зміни особистість змінює орієнтацію з сексуальної та конкурентної на товариську. Емоційна гнучкість особливо потрібна в складних життєвих ситуаціях, для подолання криз. Розумова гнучкість спрямовується на усунення консервативних поглядів, зміну застарілих життєвих правил.

*Чим краще ваше психічне здоров'я, тим рідше ви порівнюєте себе з людьми, які примушують вас почуватися неповноцінними.*

*К.Річфр*

Життєва мудрість базується на широких знаннях, вмінні адекватно оцінювати події й інформацію та здатності долати невизначеність. Мудрість виявляється і в ставленні до себе – гармонізації самооцінки, поглибленні самосприймання та самоповаги. Зріла особистість в середній дорослості, відчуваючи певні труднощі, частіше порівнює себе з людьми, що знаходяться в гіршому становищі.

Життєва мудрість потрібна людині для адекватного реагування в стресових станах. Схильність до переживання стресів є характерною для представників середньої дорослості через насиченість та напруженість даного відрізка життя. Оскільки хронічний стрес погіршує емоційний стан людини і послаблює її імунітет, то важливими є вміння боротись зі стресом, а також керувати подіями, що його викликають. Існують три основні способи боротьби зі стресом:

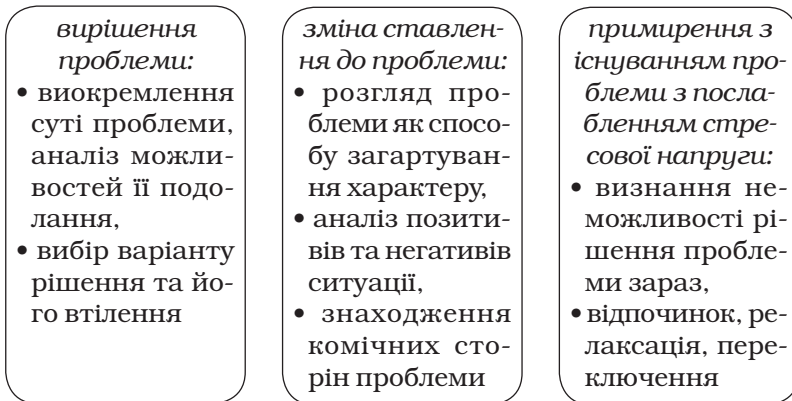


Рис. 3.56. Типові способи подолання стресу

Важливим завданням даного віку є стабілізація самоповаги, яка є центральною ланкою Я-концепції зрілої особистості. Потреба у самоповазі впродовж середньої дорослості досягає максимуму і перестає рости через:

- формування у особистості реалістичної оцінки власної значимості та цінності, досягнення незалежності від зовнішніх оцінок,

## РОЗДІЛ 3

- підкріплення самоповаги суспільним визнанням, позитивною репутацією, високим родинним та професійним статусом.

Досягнення самоповаги, за думкою засновника гуманістичної психології А.Маслоу, формує в особистості наступну ієрархічну потребу – в *самоактуалізації*.

! **Самоактуалізація** – прагнення людини в своєму розвитку найбільш повно виявляти та використовувати в діяльності свої здібності, можливості й якості

Згідно концепцій гуманістично спрямованих психологів, самоактуалізація є фундаментальною потребою особистості, а прагнення до якнайповнішої реалізації власного потенціалу є природним і необхідним. Як зазначає А.Маслоу, саме зрілий вік найбільш сприятливий для самоактуалізації. Однак вона здійснюється далеко не всіма людьми через типовий внутрішній конфлікт, визначений згаданим вище психологом:

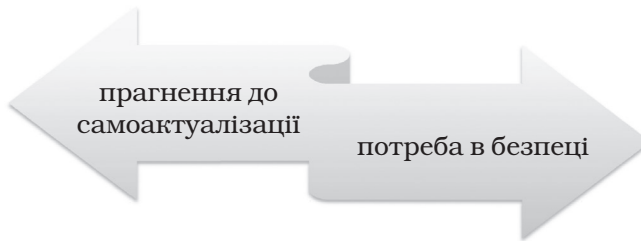


Рис. 3.57. Суперечність мотивації особистісного зростання за Маслоу

Особистість для самоактуалізації має бути відкритою новому досвіду, не боятись змінювати себе і оточення, ризикувати. А потреба в безпеці диктує зберігати набуті надбання, напрацьовані статус, репутацію, цінності тощо. Тривога перед змінами, невідомістю зупиняє людину на шляху до особистісного росту. Тому часто представники цього віку переймаються питаннями не самоактуалізації, а самопрезентації.

Якщо представникам ранньої дорослості притаманною є життєва експансія для реалізації власних планів, то люди



Експансія – наступ, активні дії

середнього дорослого віку стають вибірковими у досягненні життєвих задумів відповідно до моральних норм.

Особистісний розвиток чоловіків та жінок в середній дорослості супроводжується деякими відмінностями. Психологічне благополуччя чоловіків визначається першочергово професійними досягненнями, а потім сімейними взаєминами, для жінок пріоритетними є родинні стосунки.

Чоловіки зазвичай більш гостро переживають кризу середини життя через тиск суспільного ідеалу маскулінності як уособлення сили та мужності. У деяких чоловіків деструктивний характер кризи середини життя викликає початок психологічного падіння через алкоголізацію. Чоловіки більше хвилюються за свої сексуальні можливості, що іноді провокує їх зав'язувати позашлюбні сексуальні стосунки. В середній дорослості в зв'язку з досягненням значного соціального статусу та матеріальних статків чоловіки стають привабливими для молодих жінок.

В той же час багато жінок відчуває, що стали менш цікавими для чоловіків. Загалом жінок в цьому віці хвилюють такі проблеми, як:

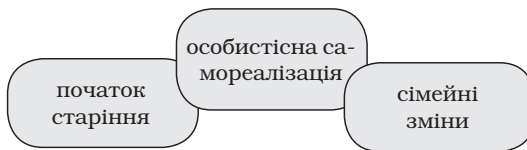


Рис. 3.58. Актуальні проблеми жінок середнього дорослого віку

Ознаки старіння жінки сприймають як втрачання жіночності та привабливості. Особистісна самореалізація аналізується в зв'язку з переживанням кризи середини життя. Однією з найважливіших сфер залишається родина, зокрема хвилювання викликають самотність чи сімейні негаразди дітей, турбота про батьків похилого віку, розлучення. Жінки більш болісно реагують на втрату чи згасання кохання, дуже вразливо сприймають розлучення з чоловіком через малу ймовірність подальшого налагодження сім'ї та тривалі попередні стосунки. Жінки частіше страждають від *рольового напруження* та *рольового конфлікту*.

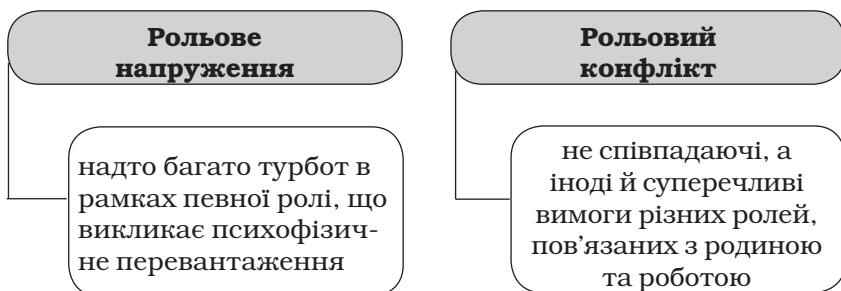


Рис. 3.59. Зміст рольового напруження та рольового конфлікту

Так, догляд за кількома дітьми різного віку може спричинити рольове напруження жінки, а намагання поєднати та якісно виконати родинні й професійні ролі спричинює рольовий конфлікт.

### Сімейні взаємини в середньому дорослому віці

*Турбота є розширенням взятих на себе зобов'язань дбати про важливих людей, результатів та ідей.*

*Е.Еріксон*

Зазвичай люди цього віку беруть на себе роль хранителя родини, спрямованого на підтримку сімейних традицій, досягнень та зв'язків. Відповідно, дорослі виявляють турботу про декілька поколінь – дітей, внуків та стареньких батьків, забезпечуючи родинну наступність. В основі цієї турботи покладене почуття значимості близьких людей та

реалізація генеративності в сімейному аспекті.

На початку періоду відбувається перебудова взаємин з дітьми, пов'язана з завершенням батьківського виховання. Представники середньої дорослості мають остаточно визнати дорослість дітей та їх право на відокремлення, надалі – здійснювати аналіз успішності батьківських функцій та переключитись на подружні взаємини. Деякі батьки виявляють розуміння і такт щодо надання свободи дорослим дітям і більше довіряють їм. Частина подружніх пар, зіштовхуючись з прагненням дітей до самостійності, відчуває тривогу чи й депресію. Дані емоційні стани є ознакою переживання ефекту «пустілого гнізда».

! **Ефект «спустілого гнізда»** – почуття тотальної самотності та спустошеності, яке переживають батьки дорослих дітей, коли ті залишають батьківську домівку

Почуття порожнечі, яке охоплює представників середньої дорослості, коли їх діти залишають батьків, виникає як наслідок зацикленості на виховних функціях при одночасному знеціненні інших сторін шлюбу, приміром, подружніх взаємин. Це явище гостріше і частіше виявляється у жінок, особливо тих, що самотужки виховували дитину і вбачали в цьому єдиний сенс свого існування.

Між дорослими дітьми й їх батьками середнього дорослого віку виникають відносини *рівності*, що спираються на взаємну повагу. Такі відносини не виникають раптово, а формуються стрибкоподібно протягом багатьох років. Успішність їх виникнення визначається попереднім виховним стилем батьків: авторитарне ставлення до дітей стає перешкодою для рівних стосунків, а демократичний стиль, навпаки, сприяє їх розбудові. При формуванні взаємин рівності між дорослими дітьми та їх батьками середнього дорослого віку виникає багатопланова міжпоколінна наступність.

Одруження дорослого сина чи доньки змушує їх батьків звикати до нового члена родини та нової родинної ролі – свекрухи / свекра чи тещі / тестя. Це відбувається успішно, якщо не ревнощі, а бажання бачити щасливим молоде подружжя керують їх батьками. Спільне проживання молоді родини з батьками вимагає адаптаційного періоду та налагодження оптимальної психологічної дистанції між ними. Це легше вдається зробити батькові, який менш емоційно та більш об'єктивно оцінює свою дитину й її обранця. Представники середньої дорослості здійснюють узгодження ступеня впливу на молоду родину та прийняття її автономії.

Згодом багато людей середнього дорослого віку освоює нові для себе родинні ролі дідусів та бабусь. Здебільшого це приносить

*Дорослим дітям властиве бажання віддалитися від батьків, від їх настанов і опіки, а батькам може здаватися, що їх недооцінюють, з ними не радяться.*

*Г.Крайг*

*За даними досліджень, напруження частіше виникає між старшою жінкою (свекрухою чи тещею) та новим членом родини (невісткою чи зятем)*

## РОЗДІЛ 3

їм глибоке психологічне задоволення, так як вони вільні від батьківської відповідальності та мають суттєвий виховний досвід. Лише іноді взаємодії представників середньої дорослості з внуками заважають конфліктні стосунки з їх батьками.

Роль бабусь та дідусів щодо родини є багатоплановою:



Рис. 3.60. Типові родинні функції бабусь та дідусів за Бенгстоном

Особливо значимими ці функції стають в умовах виховання внуків лише одним із батьків, зазвичай матір'ю, так як в цьому випадку надається значна виховна, матеріальна і побутова допомога неповній родині.

Ще одним аспектом родинної турботи є необхідність представників середньої дорослості дбати про своїх стареньких батьків. Більшість людей середнього дорослого віку підтримує постійний зв'язок зі своїми батьками такими засобами, як:

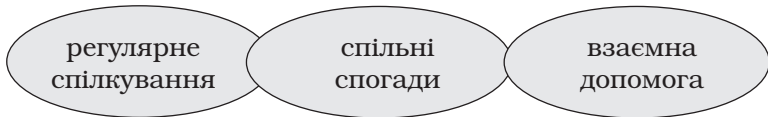


Рис. 3.61. Засоби взаємодії людей середньої дорослості з батьками

Старше покоління потребує піклування і розуміння, це і повинні робити дорослі діти: підтримувати сімейні традиції,

*Представники середнього дорослого віку стають поколінням, що стоїть «за кермом»...*

*Г.Крайс*

контакти з членами родини, творити історію сім'ї. Батьки в свою чергу здійснюють психологічну підтримку людей середнього дорослого віку через поради, спілкування.

У взаєминах з батьками відбувається психологічна зміна ролей – взяття людьми середнього дорослого віку на себе керівних

функцій. Так як старі батьки стають більш залежними від своїх дітей середнього дорослого віку, то і влада у вирішенні сімейних проблем, фінансових справ поступово переходить до них. Відповідальність турботи про стареньких хворих батьків здебільшого лягає на доньку, хоча від сина очікується матеріальна підтримка. Тривалий догляд за хворими батьками може спричинити переживання стресу переважання жінкою, якщо вона активно зайнята іншими родинними і професійними функціями. Також тривалий догляд за хворими і немічними батьками може спровокувати внутрішній конфлікт, пов'язаний з тягарем залежності та емоційного навантаження. Згодом цей конфлікт обтяжується почуттям провини за «неналежний догляд». Смерть батьків викликає потужне почуття самотності та порожнечі, подолати яке допомагає підтримка дітей та шлюбного партнера.

*Чоловіки та жінки, задоволені своїм сімейним життям, зазвичай легко адаптуються до зрілого віку, отримуючи від життя задоволення.*

*В.Квінн*

Ті представники середньої дорослості, що зуміли зберегти подружні взаємини, здебільшого відзначають високий рівень задоволення від шлюбу. Це задоволення, в свою чергу, впливає на позитивне сприй-

мання періоду середньої дорослості і життя в цілому.

Пристрасне кохання, що приваблювало шлюбну пару після одруження, видозмінювалось шляхом перенесення пріоритету сексуальної насолоди на дружнє спілкування та взаємну підтримку. Як чоловіки, так і жінки з 15-річним подружнім стажем однаково називають найбільш важливі мотиви збереження шлюбу:

### РОЗДІЛ 3

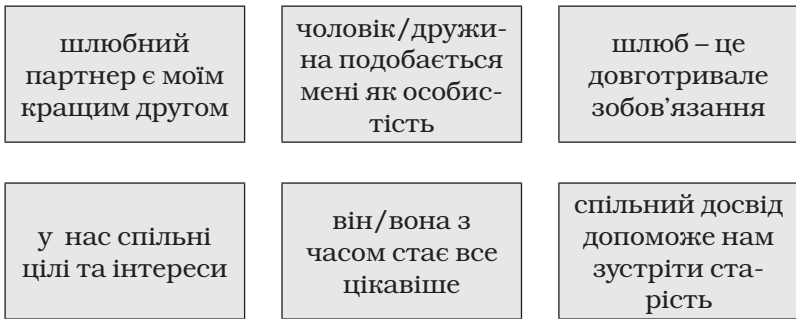


Рис. 3.62. Типова аргументація збереження шлюбу людьми середньої дорослості

*Якщо тільки діти виступали цементаючим началом стосунків батьків, то перебудувати взаємини в зв'язку з дорослістю дітей подружжю найважче.*

*В.М. Цілуйко*

Стабільні взаємини між членами подружжя в цьому віці забезпечують почуття захищеності та сприяють збереженню позитивної Я-концепції. В зв'язку з дорослішанням дітей та їх відходом з батьківської родини чоловік та дружина повинні знову заповнити простір сімейних стосунків новими цілями та інтересами. Якщо це зробити не вдається, зростає ймовірність розриву подружніх стосунків. Підґрунтям для розлучення виступає стійка емоційна втома членів подружжя один від одного, наявність суперечливих інтересів, різне коло спілкування, сексуальна дисгармонія, стійке психологічне відчуження.

До розлучення представники середньої дорослості вдаються набагато рідше, ніж їх попередники. Однак схожим щодо людей раннього та середнього дорослого віку є переважання ініціативи для розлучення зі сторони жінки, хоча саме вона залишається в складнішому емоційному та матеріальному стані. Детермінація розлучень також залишається однаковою – дисбаланс між тими зусиллями, які вкладаються в шлюб, та значно нижчою віддачею. Типовими мотивами, що спричиняють розлучення, є:

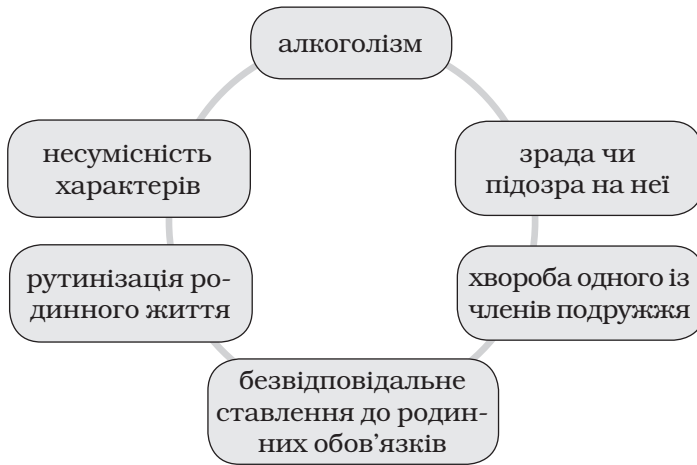


Рис. 3.63. Типові причини розлучень в середній дорослості

Більшість людей середнього дорослого віку сприймає розлучення як серйозну поразку. За думкою С.М. Костроміної, ініціатор розлучення відчуває сум, гнів, провину, але й почуття контролю над ситуацією. Його шлюбний партнер часто почуває себе відторгнутим, переживаючи сильну психологічну травму впродовж певних стадій:

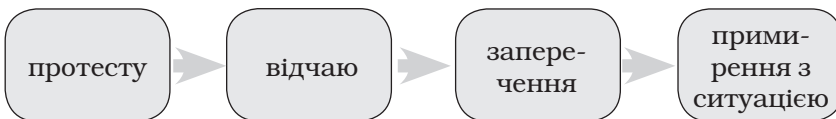


Рис. 3.64. Стадії переживання розлучення

Так, згідно визначених В.М. Цілуйко стадій переживання розлучення відторгнутим шлюбним партнером, на стадії протесту емоційно травмована особистість виявляє активність, спрямовану на збереження шлюбу. Однак часто її хаотичні дії погіршують ситуацію, що викликає пригнічення, відчай та самообвинувачення. Людина озлоблюється і приходиться до висновку, що не варто зберігати шлюб з таким негідним партнером. Пізніше

### РОЗДІЛ 3

травмована розлученням особистість змиряється з ситуацією і сприймає її більш реалістично.

Представники середньої дорослості особливо важко переносять розлучення, оскільки їм доводиться знову зосередитися на завданнях розвитку, характерних для молодості – шукати роботу, зав'язувати нові знайомства, ходити на побачення.

Пристосування до нового періоду життя залежить від сприймання свого стану після розлучення.

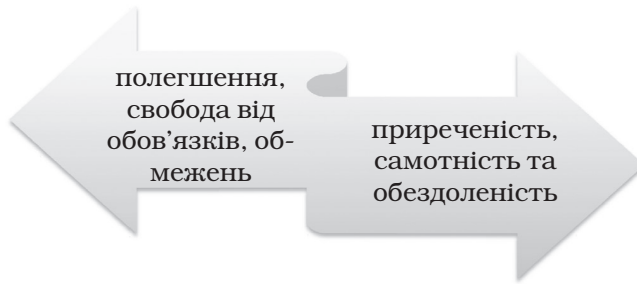


Рис. 3.65. Типи сприймання стану після розлучення

Почуття приниження та безсилля можуть провокувати тривалий стрес, усунути який допомагає опанувальна поведінка. Проте багато розлучених сприймає зміну родинного статусу як бажане полегшення та «ще один шанс». Деякі чоловіки відмежовуються від родини, відмовляючись навіть спілкуватись з дітьми, підтримувати їх матеріально. Мотивацією для цього виступає небажання чоловіків переживати емоційний дискомфорт від неприємних спогадів. Окремі жінки використовують дітей як засіб психологічних та фінансових маніпуляцій щодо чоловіка.

*Кількість повторних шлюбів серед чоловіків є втричі більшою, ніж серед розлучених жінок*

Однак, в більшості випадків, за думкою Г.Крайг, рішення про розлучення приносить користь як мінімум одному з членів подружжя. Адаптаційний період триває не менше, ніж два роки, після чого зазвичай здійснюються спроби налагодити своє родинне життя. Багато чоловіків середнього дорослого віку, вдруге одружуючись, обирають собі значно



молодших жінок і знову зачинають дітей, прагнучи відчути себе молодими.

*Змішані сім'ї – об'єднання двох родин з дітьми від попереднього шлюбу*

Якщо представники середньої дорослості, повторно одружуючись, утворюють змішані сім'ї, то їм доводиться пристосовуватись до нових ролей мачухи та вітчима.

Змішані сім'ї мають більш складну структуру взаємостосунків, що може викликати конфлікти. Нерідні батьки повинні зайняти місце в житті дітей, яке відмінне від ролі батька чи матері. Найбільші складності у розбудові взаємин людей середнього дорослого віку та їх нерідних дітей викликають питання:

напрацювання авторитету, визнання зі сторони дітей

пристосування до звичок та особливостей дітей

дотримання дисципліни дітьми

*Рис. 3.66. Проблемні питання стосунків мачух/вітчимів з нерідними дітьми*

Дослідження свідчать, що мачухам важче, ніж вітчимам добитись прихильності дітей через тиск суспільних стереотипів та більшу кількість часу взаємодії та вимог. Хоча мачуха та вітчим не можуть замінити нерідним дітям біологічних батьків, проте, керовані бажанням та зусиллями, створюють сприятливу родинну атмосферу.

### *Зміни в професійній сфері особистості середнього дорослого віку*

Середній дорослий вік є насиченим і в професійному аспекті самореалізації. На цьому відрізку життєвого шляху особистість, здійснивши вдале професійне самовизначення та маючи суттєвий професійний досвід, досягає професіоналізму.

## РОЗДІЛ 3

! **Професіоналізм** – системна якість особистості, що виявляється як високий рівень оволодіння професійною діяльністю, внесення індивідуальних здобутків у професію, стимуляція в суспільстві інтересу до своєї праці

Деталізуючи структуру професіоналізму, Ю.П. Поваренков вказує на три його компоненти.



Рис. 3.67. Структура професіоналізму за Поваренковим

Операційний компонент виявляється у наявності та задіяності кваліфікаційних знань, вмінь, навичок, здібностей, результатом його функціонування є професійна компетентність; мотиваційний зосереджує актуальні для особистості мотиви педагогічної діяльності і локалізується у професійній спрямованості; смисловий, якому властиві сформована Я-концепція професіонала і професійна самооцінка, проявляється через професійну самосвідомість.

! **Професійна самосвідомість** – комплекс уявлень людини про себе як професіонала, цілісний образ себе як фахівця, система ставлень до себе як професіонала

Важливим проявом самосвідомості суб'єкта праці є професійна самооцінка, яку російський психолог О.І. Петанова розглядає як значну умову професійної успішності.

## ПСИХОЛОГІЯ ДОРΟΣЛПАННЯ І ДОРΟΣЛОСТІ

! **Професійна самооцінка** – оцінка суб'єктом праці самого себе як фахівця, своїх професійних можливостей, якостей, досягнень і місця в професійному середовищі

До структури професійної самооцінки А.О. Реан відносить поєднання двох компонентів:

самооцінка результату	самооцінка потенціалу
<ul style="list-style-type: none"><li>• оцінка досягнутих результатів праці,</li><li>• задоволеність чи незадоволеність результатами</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• оцінка своїх потенційних професійних можливостей,</li><li>• впевненість в собі як в професіоналі</li></ul>

Рис. 3.68. Структура професійної самооцінки за А.О. Реаном

Як і особистісна самооцінка, на базі якої формується професійна, вона також буває адекватною і неадекватною. Ці характеристики за критерієм відповідності дійсності розповсюджуються як на професійну самооцінку результату, так і потенціалу. Важливо, на думку О.І. Петанової, що низька самооцінка далеко не завжди є свідченням «комплексу професійної непридатності», навпаки, низька самооцінка результату у поєднанні з високою оцінкою потенціалу є чинником професійного саморозвитку особистості.

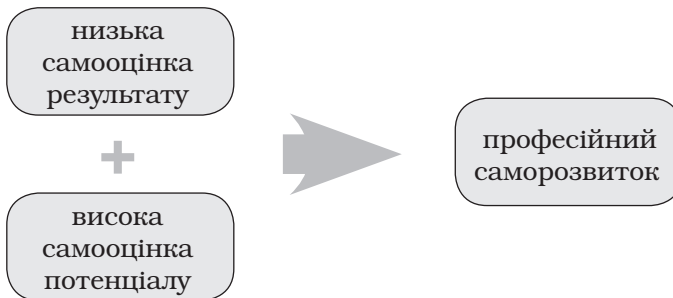


Рис. 3.69. Вплив різновидів самооцінки на професійний саморозвиток

### РОЗДІЛ 3

Від грец. «акме» – пів, вершина

Механізми досягнення професіоналізму в нерозривному зв'язку з особистісним розвитком суб'єкта праці з'ясовує перспективна наука – акмеологія, яка спеціалізується на вивченні закономірностей та механізмів розвитку людини на етапі її зрілості. Згідно досліджень представників акмеології А.О. Деркача, В.Г. Зазикіна, Н.В. Кузьміної, А.О. Реана та інших, професіоналізм включає в себе професіоналізм особистості та професіоналізм діяльності.

*Професіоналізм особистості* тлумачиться як якісна характеристика суб'єкта праці, що відображає високий рівень розвитку професійно важливих і особистісно-ділових якостей, адекватний рівень домагань, мотиваційну сферу і ціннісні орієнтації, спрямовані на прогресивний розвиток фахівця. *Професіоналізм діяльності* – системна якість суб'єкта праці, що відображає високу професійну кваліфікацію та компетентність, різноманітність ефективних професійних навичок і вмінь, володіння сучасними алгоритмами і способами рішення професійних задач, що дозволяє виконувати діяльність з високою продуктивністю.

Досягнення професійної зрілості, що поєднує професіоналізм особистості та діяльності, можливе за умов дії акмеологічних факторів:

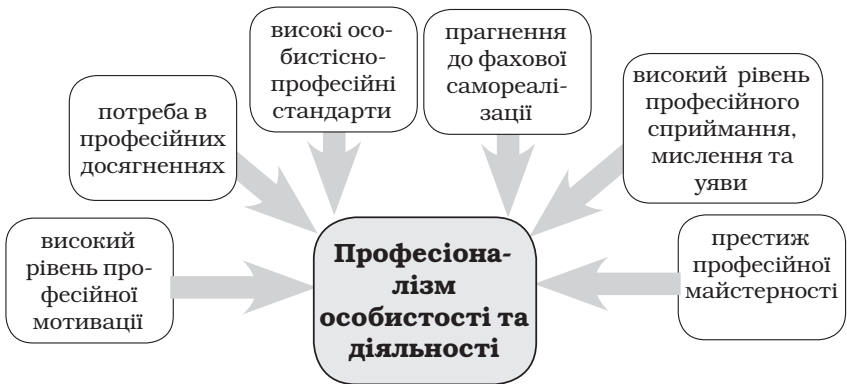


Рис. 3.70. Акмеологічні фактори досягнення професіоналізму

Досягнення людиною середнього дорослого віку професіоналізму в фаховій діяльності сприяє підтриманню позитивної Я-концепції, підвищує рівень самоповаги. Оскільки справжній професіоналізм потребує постійного самовдосконалення, то суб'єкт праці весь час знаходиться у саморозвитку.

Середній дорослий вік – це не тільки період професійних досягнень та їх збереження, але аналізу та оцінки трудової кар'єри, які провокує криза середини життя. В зв'язку з старінням і сімейними змінами здійснюється переоцінка цінностей, яка видозмінює пріоритети. Так, професійна діяльність впродовж ранньої дорослості була головним засобом самореалізації чоловіків та запорукою їх успішності. В середній дорослості багато чоловіків вже визначає головними цінностями родину та здоров'я, а вже потім роботу, що спочатку здебільшого характерно для жінок.

*Кар'єра – чудова річ, але вона ніколи не може зігріти в холодну ніч.  
Мерлін Монро*

Дискомфорт та розчарування можуть викликати низькі темпи кар'єрного просування, непривабливий зміст роботи тощо. Невдоволення роботою загострюється, якщо вона не дає перспективи достатнього матеріального забезпечення старості.

Іноді внаслідок переоцінки професійної кар'єри відбувається зміна її напрямку. Кардинальна зміна роботи чи професії є сильним стресогеном, так як адаптивні можливості психіки та організму людини цього віку вже дещо обмежені. Втрата роботи може позначитись на психологічному здоров'ї особистості, тимчасово її дезорганізувати. Передчасний вихід на пенсію провокує депресивні ознаки, особливо у чоловіків.

Ближче до середини віку в розгортанні професійного циклу багатьох суб'єктів праці спостерігається досягнення «плато».

▼ **Професійне «плато»** – зупинка у побудові кар'єри особистістю, стабільний період професійної діяльності зі збереженням досягнутих надбань

Представники середнього дорослого віку зазвичай цінують своє посадове місце, тому досягнення професійного плато до-

зволяє відпочити від напруження кар'єрних змін. Крім того, п'ятдесятирічних працівників часто називають поколінням керівників, так як багато хто з них досягнув стадії адміністрування і може насолоджуватись своїми професійними здобутками. Однак, негативним аспектом професійного «плато» є сприятливість особистості, яка в ньому перебуває, до професійної стагнації.

Професійний аспект самореалізації не завжди здійснюється лише в позитивному для особистості векторі. Негативними наслідками для суб'єкта праці може стати формування професійних деструкцій.

**▼ Професійні деструкції** – поступово накопичувані стійкі  
■ негативні зміни особистості суб'єкта праці та змісту і структури його діяльності

Прикладами таких професійних деструкцій є:

- синдром «емпатійної стомленості» лікарів, які стають байдужими до страждань хворих,
- синдром «асоціальної перцепції» працівників правоохоронних структур, коли кожна людина сприймається ними як потенційний правопорушник,
- синдром «вседозволеності» у керівників, які порушують етичні норми з підлеглими, маніпулюють ними.

*Педагогічна професія проковує цілий «букет» деструкцій: владність, авторитарність й агресивність, догматизм, консервативність та лицемірство*

Причинами появи професійних деструкцій, як вважає російський психолог Е.Ф. Зеєр, можуть бути як об'єктивні фактори – несприятлива соціально-економічна ситуація, низький імідж професії, складності фахової діяльності, так і суб'єктивні. Зазвичай їх поєднання утворює сприятливий ґрунт для появи професійних деструкцій, однак домінантою виступають саме суб'єктивні фактори:



Рис. 3.71. Суб'єктивні фактори формування професійних деструкцій

Однією із розповсюджених в сучасних умовах форм професійних деструкцій є синдром професійного «вигорання».

! **Професійне «вигорання»** – стійкий стан фізичного, емоційного та розумового виснаження суб'єкта праці, що супроводжується цинізмом та знеціненням професійних досягнень

Спочатку психологи вважали, що даний феномен характерний для працівників, що задіяні в соціальній сфері, надаючи допомогу людям. Однак дослідження показали його наявність у людей, що старанно працювали, віддавали свої сили на здійснення практично недосяжної мети і, природно, не мали бажаного успіху.

Становище ускладнюється, якщо предметом діяльності суб'єктів праці є складні суспільні проблеми – насильство, зубожіння, хвороби тощо, оскільки ці проблеми є хронічними. Для виник-

*Вигорання може настати у підлеглих працівників з низьким статусом, неспроможних відповісти на погане обходження, від якого вони страждають на роботі.  
Г.Крайг*

### РОЗДІЛ 3

нення та розгортання професійного «вигорання» характерна типова динаміка:

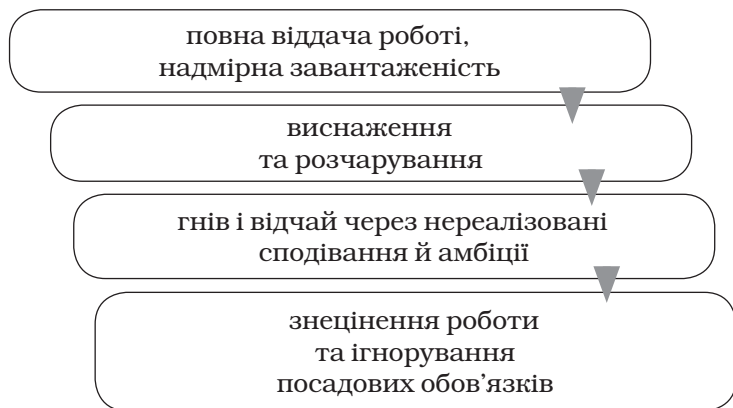


Рис. 3.72. Етапи розгортання професійного «вигорання»

Професійне «вигорання» негативно впливає не тільки на професійну сферу особистості, а й ускладнює систему її близьких взаємин. Якщо робота та професійні досягнення були першочерговими пріоритетами особистості, то «вигорання» може спричинити тривалу депресію. До причин цього явища відносять наступні:

*Дослідження виявили, що вчителі початкової школи мають вищий рівень «вигорання», ніж їх колеги з основної та старшої шкіл*

- специфіка професійної діяльності – робота з людьми, ненормований робочий день, висока стресогенність,
- надмірно високі запити та очікування від кар'єри,
- ідеалістичні погляди на роботу та начальство («якщо буду багато працювати, мене гідно оцінять»),
- компенсація роботою сімейних невдач, замкненість на ній.

Для профілактики даного синдрому необхідно навчитись ставити реалістичні професійні та кар'єрні цілі, намагатися відмежовувати свою роботу від інших напрямків життя, правильно організовувати дозвілля, насичуючи його інтересами, які не стосуються роботи.



### Криза середнього дорослого віку

Приблизно в 53-56 років особистість середнього дорослого віку переживає кризу. Після складної кризи середини життя відбулася корекція базових цінностей, окреслились нові життєві завдання і людина спрямувалась на їх досягнення. Наявність далекої перспективи визначала сприймання зовнішнього світу. Теперішня криза знову повертає погляд людини всередину себе, в сутність свого «Я». Усвідомлення наближення кінця свого існування викликає глибоку *інвентаризацію життєвого досвіду та цінностей*. Потреба остаточно визначити пріоритети знову стає актуальною. В ході *інвентаризації особистість* часто переживає жаль з приводу даремно витраченого часу, здійснює корекцію поведінки, що буде визначати, як людина проведе залишок життя.

Досвід переживання попередніх криз може сформувати типове ставлення до них, яке визначається індивідуальними особливостями людини. Психолог Т.М. Титаренко визначає ряд типових ставлень до життєвої кризи:

Перехід на тілесний рівень

- при *ігнорувальному* ставленні людина ніби не помічає, не усвідомлює наявності та суті кризи. Недооцінка проблеми, відмахування провокує її ускладнення та втрату часу на вирішення. Ілюзія благополуччя викликає соматизацію проблеми;
- перебільшена паніка на фоні применшення своїх можливостей прискорює негативний розвиток подій. Тому при *перебільшувальному* ставленні особистість суб'єктивно ускладнює перебіг кризи, втрачаючи віру в себе та заціклюючись на неприємностях;
- реалістичність сприймання кризи доповнюється при *демонстративному* ставленні підкресленням для оточуючих складності та унікальності несприятливих обставин. Особистість прагне таким чином перекласти відповідальність на іншого або хоча б зменшити її, однак водночас пригнічує власне особистісне зростання;
- керуючись девізом «все під контролем», особистість з *волюнтариським* ставленням докладає надмірних зусиль

### РОЗДІЛ 3

зусиль, щоб співіснувати в кризі. Власну негнучкість людина подає як силу волі, твердість характеру;

- визнаючи неминучість кризового стану, особистість з *продуктивним* типом шукає виходу з нього через засвоєння нової конструктивної життєвої стратегії, аналізуючи позитивні та негативні сторони скрутної ситуації.

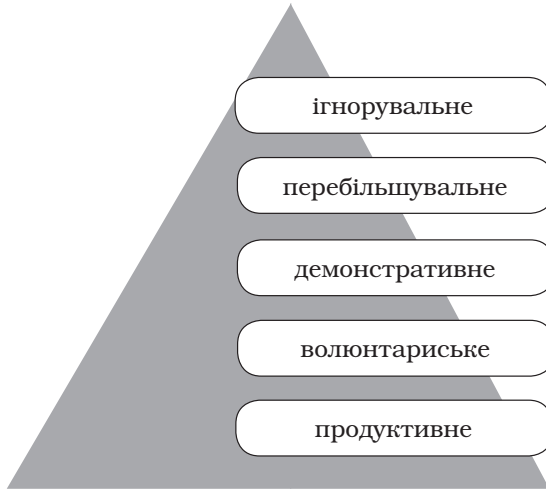


Рис. 3.73. Типи ставлень особистості до кризи за Титаренко

Якщо людина відмовляється реструктуризувати досвід та цінності під час кризи, то почуття спаду переросте у почуття покірності та нереалізованості.

Конструктивне подолання цієї кризи завершує досягнення особистісної зрілості, що формує у людини почуття різниці між розумом і мудрістю, гордістю та скромністю, кар'єрою і продуктивною працею, товаришами та друзями, існуванням і життям. Відновлення сил внаслідок розв'язання кризи дозволить втілити життєву енергію у справді суттєві речі.

Крім означеної вище вікової кризи, людина середнього дорослого віку може зіштовхнутись з *мотиваційною* кризою. Особистість, що втратила родину чи батьків, які складали сенс її життя, потрапляє в ситуацію безцільності свого існування, втрати

## ПСИХОЛОГІЯ ДОРОСЛІПАННЯ І ДОРОСЛОСТІ

життєвої орієнтації. Кульмінаційною точкою кризи, за думкою В.Франкла, є досягнення стану *екзистенційного вакууму*.

! **Екзистенційний вакуум** – кризовий стан, спричинений втратою особистістю основного життєвого мотиву, а саме сенсу життя

Екзистенційний вакуум має місце, коли старі пріоритети обезцінились, а нові ще не вироблені. Особистість, переживаючи почуття втрати основного життєвого мотиву – сенсу життя, почувається вкрай спустошено та розгублено. Перебуваючи у кризі, особистість вдається до стратегій її подолання, які можна поділити на конструктивні та деструктивні. За думкою Т.М. Титаренко, доречно використання наступних конструктивних стратегій:

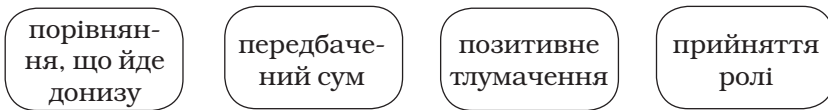


Рис. 3.74. Конструктивні стратегії подолання мотиваційної кризи за Титаренко

При використанні стратегії «порівняння, що йде донизу», особистість порівнює себе з іншими людьми, що потрапили в гірші обставини, яким набагато важче, що надає їй сил пристосуватись до скрутних обставин. Стратегія «передбачений сум» налаштовує людину на прогнозування найгірших поворотів долі. Їх усвідомлення дозволяє легше переносити випробування. Зміну ставлення до кризи викликає прийом «позитивне тлумачення», в процесі використання якого людина виокремлює крім негативних ще й позитивні аспекти скрутною ситуації, що дозволяє витримати випробування. В основі стратегії «прийняття ролі» покладено тимчасове уподібнення себе щасливим, везучим людям.

До деструктивних стратегій відносяться алкоголізм, наркоманія, суїцидальні дії, які є свідченням неспроможності особистості самотужки подолати проблему і необхідності зовнішньої допомоги.

### 3.5. Психологічні особливості людей похилого віку

#### Старіння як психофізіологічне явище

Пізній дорослий вік триває з 60 років і більше

Завершальним етапом людського життя є пізній дорослий вік, який в наукових колах ще називають *геронтогенезом*. Більшість вчених вважає, що даний вік починається з 60-ти років і через його значну тривалість додатково розподіляється на окремі фази. Доречність цього розподілу визначається й значною диференціацією представників цього періоду – люди похилого віку дуже відрізняються своїми рисами характеру та поведінкою.



Рис. 3.75. Фази пізнього дорослого віку за Крайз

Найважливішим завданням для людини похилого віку на початку цього періоду є адаптація до прогресуючого старіння.

## ПСИХОЛОГІЯ ДОРОСЛІПАННЯ І ДОРОСЛОСТІ

Таких теорій зараз існує близько двохсот

Хоча старіння – це типовий віковий процес більшості живих організмів, єдиного підходу щодо тлумачення науковцями його причин не існує. Натомість, розповсюдженими є теорії пояснення старіння людини, зміст яких

можна умовно звести до двох груп:

- теорії зношування організму, які стверджують, що аналогічно до будь-якого механізму організм людини від життєдіяльності як експлуатації зношується, тобто старіє;
- теорії генетично запрограмованого старіння, сутність яких полягає в тому, що в кожній клітині людського організму розміщений генетичний таймер, який регулює її діяльність і в певний момент «вмикає» старіння.

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

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



Рис. 3.76. Типові фізичні ознаки старіння

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

щується кількість ядер в клітинах внутрішніх органів, що покращує обмін речовин, а поява великих мітохондрій забезпечує акумуляцію енергії.

*...Автоматизм настання старості, а згодом смерті абсолютно не говорить про якісь жорсткі терміни.*

*І.В. Давидовський*

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

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

▼ **Ейджизм** – негативне упереджене ставлення суспільства до людей похилого віку, їх знецінення, приниження та дискримінація

*Старі люди – дзеркало для інших, в якому вони не бачать бачити самих себе.*

*С. де Бовуар*

Своїми коренями *ейджизм* пов'язаний з *ювеналізмом* – культом молодості, що став життєвою філософією ХХ століття. Психологічними причинами розповсюдженості *ейджизму* в сучасному європейському суспільстві щодо людей похилого віку є, на думку засновника терміну Р.Батлера, глибоко прихована тривога молодих і зрілих людей, їх особиста

відраза та неприязнь до старості, хвороб, інвалідності й страх немічності, непотрібності та смерті.

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

*Робота інтелекту в пізньому дорослому віці*

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

*Поганий слух може коригуватись шляхом використання слухових апаратів, однак їх незручність полягає в тому, що відбувається посилення не тільки мовлення інших людей, а і всіх зовнішніх шумів*

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

*Ця хвороба лікується хірургічним шляхом*

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

*Старі люди краще фіксують та утримують в пам'яті те, що для них важливо чи може знадобитись у житті*

Дослідження мнемічної діяльності людей похилого віку показали несуттєве зниження роботи короткочасної пам'яті, практично без

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

Експериментально доведено, що попри кращу роботу пам'яті у молодих людей, вони програють представникам пізньої дорослості в такому мисленому аспекті як *мудрість*.

▼ **Мудрість** – експертна система знань людини, що є зорієнтованою на практичну сторону життя та забезпечує вироблення зважених суджень і прийняття поміркованих рішень

Почавши активно формуватись ще в попередньому віковому періоді, в пізній дорослості мудрість досягає свого піку. За думкою американського психолога П.Балтеса, експертні знання розподіляються на 5 категорій:

- фактуальні знання про практичну сторону життя,
- процедурні знання про практичну сторону життя,
- знання контексту суспільних змін,
- знання про невизначеність життя,
- знання щодо відносності життєвих цінностей.

В основу життєвої мудрості покладений культурно зумовлений кристалізований інтелект, який в пізній дорослості досягає найбільшої насиченості. Мудрість важко здобувається, проте легко розпізнається людьми за рядом типових ознак:





Рис. 3.77. Ознаки мудрості за Балтесом

Хоча досвід відіграє важливу роль у виробленні мудрості людьми похилого віку, проте її розвиток далеко не є прямим відображенням накопичення життєвого досвіду. Слід брати до уваги, які уроки людина напрацьовує до старості і впродовж неї.

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

*Дитина – реаліст,  
юнак – ідеаліст,  
чоловік – скептик,  
старий – містик.  
Г. Гете*

## РОЗДІЛ 3

помирання схиляють до релігійності. Тобто уява у пізній дорослості набуває дещо містичного характеру.

*Людина, що веде продуктивне життя, не стає немічним старцем, навпаки, розумові та емоційні якості, розвинуті нею в процесі життя, зберігаються, хоча фізична сила слабшає.*

*В.Франкл*

Дискусійним в геронтопсихології залишається питання обов'язковості спаду розумової активності та згасання інтелекту людей похилого віку. Більшість вчених наполягає, що спад розумової активності не є обов'язковим, так як зумовлений переважно настановами людини. Механізм цього явища означає, що у пригніченні розумової активності людини похилого віку винні не старечі інволюційні процеси, а нав'ювання, очікування та інтелектуальна бездіяльність самої особистості.



Рис. 3.78. Механізм зниження розумової активності в старечому віці

Спад інтелекту в похилому віці зумовлюється прямими та опосередкованими чинниками. До прямих відносяться старечі хвороби мозку:

- судинні ураження мозку (інсульт, інфаркт мозку, атеросклероз),
- стареча деменція (набута слабоумність, що виявляється в дефектах пізнання, прогресуючій амнезії та особистісних порушеннях),
- хвороба Альцгеймера (прогресуюче відмирання клітин головного мозку, що супроводжується поступовим послабленням пам'яті та дезорієнтацією людини).

До типових опосередкованих чинників старечого спаду інтелекту відносять: неблагополучне фізичне та психічне здоров'я, харчову недостатність (авітаміноз), зловживання алкоголем та ліками, інтелектуальну бездіяльність.

*Прикладами тому є наступні діячі: П.Ламарк, І.Кант, І.Павлов, В.Гюго, Л.Толстой, З.Фройд, В.Скіннер, Е.Еріксон, М.Амосов та інші.*

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

### Особистісні зміни в пізньому дорослому віці

*Старіти невесело, але це єдиний відомий спосіб жити довго.*  
*Ш.Сент-Бев*

Різним є сприймання старості самими людьми похилого віку, які проходять в сучасному суспільстві складні адаптаційні процеси подвійного характеру. Так, зовнішня адаптація визначається стрімкими темпами соціально-економічного розвитку країни, його нестабільністю і вимагає проявів гнучкості в світосприйманні та поведінці. Внутрішня адаптація пов'язана з прогресуючим старінням та змінами власної ідентичності. Особистісні зміни людини в пізній дорослості суттєво визначають її ставлення до старіння. За думкою Ф.Гізе, можна узагальнити ставлення людей похилого віку до власної старості у відповідності до наступних типів:

### РОЗДІЛ 3

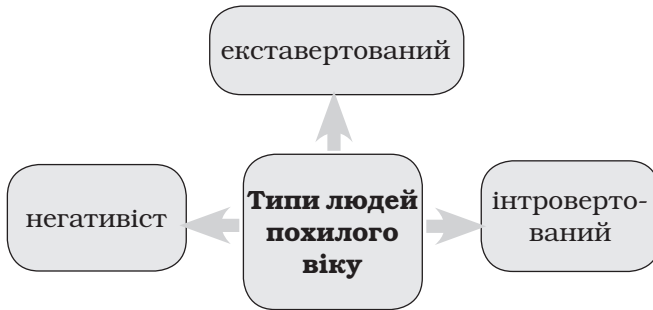


Рис. 3.79. Типи людей похилого віку за Гізе

Для типу негативіста характерним є заперечення всяких ознак власного старіння, екставертований тип відрізняється від двох інших тим, що визнає старість за зовнішніми ознаками типу виходу на пенсію, дорослішання дітей та внуків, змін статусу в родині тощо. Інтровертований тип людей похилого віку гостро та болюче переживає фіксацію ознак власного старіння, ігнорує нове та зациклюється на минулому життєвому досвіді, прагнучи спокою.

Соматичні (організм та його життєдіяльність) та соціально-психологічні (статус, Я-концепція) зміни, що відбуваються в пізній дорослості, неминуче викликають оновлення сприймання особистістю себе в старості. Задоволеність життям та успішність пристосування до нього людини похилого віку залежить від багатьох факторів:

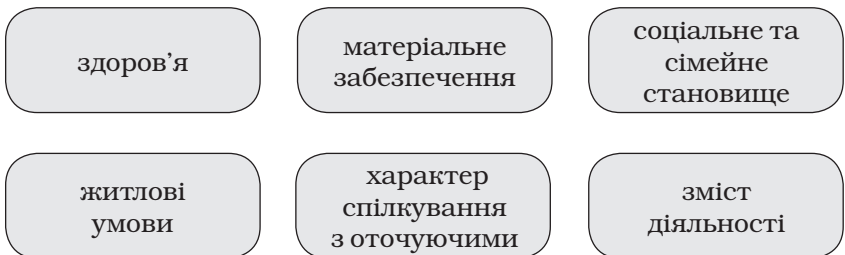


Рис. 3.80. Чинники сприймання старості людьми похилого віку

## ПСИХОЛОГІЯ ДОРΟΣЛПШАННЯ І ДОРΟΣЛОСТІ

Вивчаючи індивідуальні реакції людини похилого віку на старіння, британський психолог Д.Бромлей виділила п'ять типів пристосування:

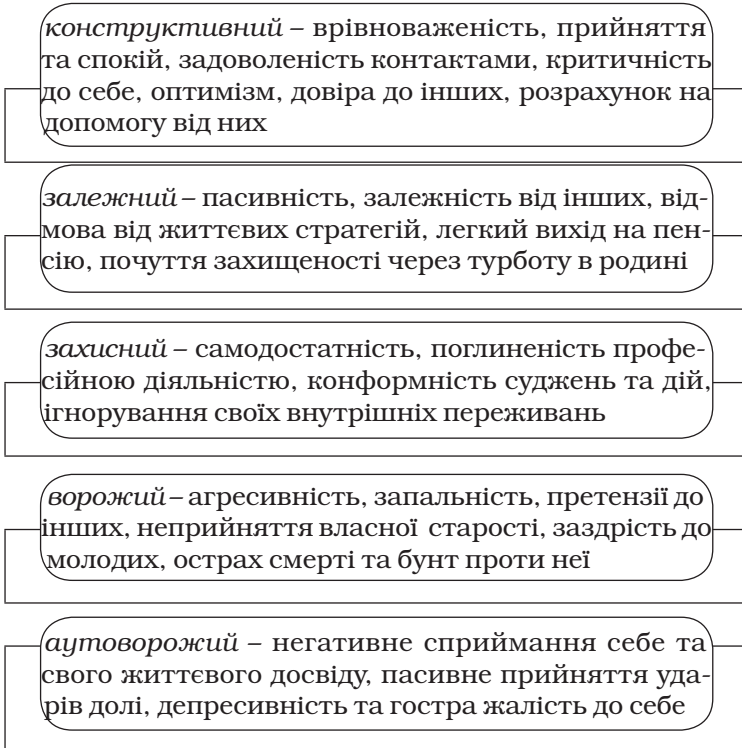


Рис. 3.81. Типи пристосування до старості за Бромлей

Старіючи, втрачаючи фізичні сили, індивід може зберігати здатність прогресивно розвиватися як особистість. Важливою умовою продуктивного життя в старості є інтеграція суб'єктом всіх пройдених ним стадій, свого минулого, теперішнього і уявлюваного майбутнього життя. Передумовою інтеграції є успішне розв'язання нормативних криз,

Для однієї людини старість – це нагорода, для іншої розплата. Це залежить від того, як людина жила.

С.В. Михалков

### РОЗДІЛ 3

життєвих завдань і конфліктів. При цьому значимим чинником інтеграції є акцент на теперішньому житті, аналіз з позицій актуальних стосунків і ставлень. Тоді людина може переоцінити свій минулий досвід, який сприймався малозначимим, а тепер стає «біографічним відкриттям». Така дистанційна позиція береже людину похилого віку від поглинання минулим. Суттєвим моментом є оцінка життя з позицій оптимізму, тоді минулі поразки та помилки сприймаються як тяжкі, але необхідні уроки, що ведуть врешті-решт до перемоги.

*Ніколи не знав, що  
бути старим так  
радісно, що не день  
– мої думки все до-  
бріші та світліші.*

*К.І. Чуковський*

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

За ознакою характеру діяльності, якою заповнений похилий вік, І.С. Кон визначив такі соціально-психологічні типи благополучної старості:

активна, творча участь у суспільному житті,  
наставництво

облаштування власного життя через відпочинок,  
розваги, самоосвіту

побутова праця, догляд за рідними

активне зміцнення власного здоров'я

Рис. 3.82. Типи благополучної старості за Коном

Особливо сприятливими для збереження конструктивної ідентичності психолог вважає перші два типи. При наявності третього типу, властивого здебільшого жінкам, вони можуть страждати від рутини побутової праці. Акцентовані на збереженні власного здоров'я люди похилого віку можуть перейматись почуттям недостатньої наповненості їх життя.

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

Якщо такої відкритості нема, утворюється психологічне «окостеніння», або, за означенням Е.Еріксона, *особистісна стагнація*.

**!** **Особистісна стагнація** – застій в особистісному розвитку людини, спричинений її зацикленістю на минулому та несприйманням подальших змін ідентичності

В похилому віці, за думкою означеного вище психолога, особистісну стагнацію спричинюють дві групи негативних новоутворень, які він називає неадаптивними та шкідливими тенденціями.



Рис. 3.83. Негативні особистісні новоутворення людей похилого віку за Еріксоном

*Тільки у того, хто якимось чином турбувався про справи та людей, хто переживав тріумфи і поразки в житті, хто був чинником натхнення для інших і висував ідеї – тільки у того можуть поступово дозрівати плоди семи попередніх стадій життєвого циклу.*

*Е.Ерікссон*

Особистісна стагнація може заважати людині здійснити конструктивний аналіз свого життєвого шляху. Люди похилого віку часто розмірковують над питанням, чи виправдало життя їх очікування. Результати цих розміркувань визначають їх емоційні переживання. Осо-

бистість, яка, озираючись назад, у власне минуле, приходиться до висновку, що її життя мало сенс, відчуває радість та задоволення від повноти життя та власної значимості. Якщо людина похилого віку розглядає свій життєвий шлях як ланцюг помилок



## ПСИХОЛОГІЯ ДОРОСЛІПАННЯ І ДОРОСЛОСТІ

і втрачених можливостей, то переживає відчай. За переконанням Е.Еріксона, для останньої фази зрілості саме це сумування, інтеграція і оцінка всіх минулих стадій розвитку Его є кінцевою стадією життєвого циклу:

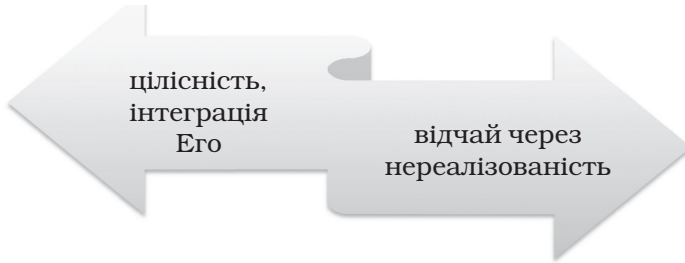


Рис. 3.84. Зміст конфлікту пізньої дорослості за Еріксоном

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

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

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

Внаслідок гормональних змін та дисбалансу чоловічих та жіночих гормонів в організмі чоловіки пізнього дорослого віку набувають ознак фемінінності, тобто стають пасивними, емоційними, а жінки – маскулітності, виявляючи риси агресивності, практичності та владності. Відомий психолог К.Юнг висловлював припущення, що людина похилого віку

## РОЗДІЛ 3

вважає правомірним у старості відійти від суспільних гендерних стереотипів і показати весь діапазон своїх особистісних якостей.

*Життя – як п'єса у театрі: важливим є не те, скільки вона триває, а те, наскільки добре зіграна.*

*Сенека*

В періоді пізньої дорослості відбувається аналіз та оцінка ефективності власного життя. Психіка людей похилого віку зайнята спогадами та самоаналізом. Старість неначе повертає людину до актуальних в юнацькому віці питань особистісного самовизначення: «Хто я?», «Яким я був?», «Що чекає попереду?».

В пошуках відповіді на ці питання важливою стає не тривалість життя, а його зміст, наповненість. Але людина похилого віку вже не обтяжена максималізмом, позбавлена ілюзій, амбіцій в пошуках резону подальшої життєвої активності.

*Активність, спрямована на реалізацію життєвих планів*

В пізній дорослості особистість може переживати як нормативні, так і ненормативні кризи. *Нормативну кризу похилого віку* спричинює суперечність між потребою в самореалізації та обмеженнями фізичних і психічних ресурсів. По суті, криза пізньої дорослості –

це відмова від життєвої експансії, тобто узгодження життєвих потреб, планів та поведінки з актуальними можливостями організму та психіки. Похідною лінією цієї кризи є необхідність прийняття життєвого шляху таким, яким він був, а не бажався. Ненормативні кризи в пізньому дорослому віці спричинюються проблемами зі здоров'ям, втратою шлюбного партнера, зміною місця проживання тощо.

Конструктивним способом реагування особистості є опанувальна поведінка, яка у людей похилого віку набуває більш зрілих форм. Приміром, у ситуації автомобільної аварії стилі реагування особистості пізньої дорослості можуть бути такими:

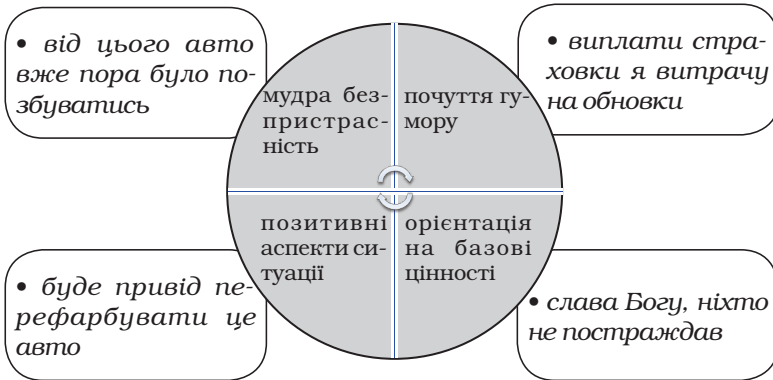


Рис. 3.85. Типи реагування людей похилого віку у стресових ситуаціях

### Професійні та сімейні зміни в пізній дорослості

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

*Я став справжнім психологом тільки тоді, коли почав виховувати внуків.*

*О.М. Леонтьєв*

Рівень професіоналізму та позитивна мотивація дозволяє цим фахівцям брати на себе роль наставників. Психолог Є.О. Климов вважає вищим рівнем розвитку фахівця саме наставництво, коли він може передати свій

*Я тому побачив так далеко, що стояв на плечах титанів.*

*А.Ейнштейн*

## РОЗДІЛ 3

досвід іншим працівникам. Важливою функцією наставництва є об'єднання цінностей і норм молодого працівника та досвідченого покоління фахівців, забезпечуючи при цьому наступність професійної діяльності. Молоді суб'єкти праці під керівництвом наставника набувають професіоналізму, а з часом можуть навіть «перерости» його, перестаючи потребувати допомоги і вже самотужки відшліфовуючи трудову майстерність.



Рис. 3.86. Функції трудового наставництва

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

## ПСИХОЛОГІЯ ДОРΟΣЛПАННЯ І ДОРΟΣЛОСТІ

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



Рис. 3.87. Базові чинники сприймання особою виходу на пенсію

Поганий стан здоров'я може змусити людину залишити роботу, причому найбільш травматичною є несподіваність цієї події, спричинена загостренням хвороби. Якщо людина похилого віку має достатні фінансові ресурси, щоб дозволити собі задовольняти потреби як і до пенсії, то ця подія не так лякатиме її. Багато людей пенсійного віку змушені продовжувати працювати саме через брак коштів на прожиття.

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

## РОЗДІЛ 3

*Це правомірно більше щодо чоловіків, які більшу частину свого дорослого життя присвячують роботі*

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

Як вважає психолог Галина Абрамова, людей похилого віку відрізняє різне домінуюче емоційне ставлення до перспективи виходу на пенсію:

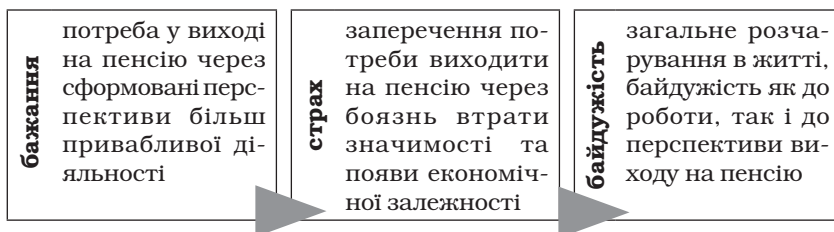


Рис. 3.88. Типи ставлення людей до виходу на пенсію за Абрамовою

Для того, щоб завершення професійного циклу не стало трагічною подією для людини похилого віку, психолог А.Томпсон рекомендує дотримуватись таких етапів підготовки до виходу на пенсію:

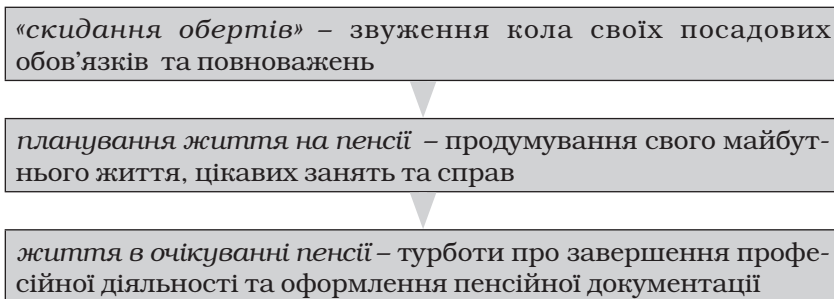


Рис. 3.89. Етапи підготовки до виходу на пенсію за Томпсоном

Внаслідок послідовного проходження особистістю пізньої дорослості цих етапів відбувається формування пенсійної зрілості.

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

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

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

Люди похилого віку вже остаточно звільняються від прямих виховних функцій. Тому в цьому віці сімейні ролі звужуються, а подружжі – посилюються, активізується підтримка подружжям один одного. Великий шлюбний стаж, традиції та теперішні спільні проблеми сприяють зміцненню подружніх взаємин. Більше того, саме через тривалий збережений шлюб партнер стає головним джерелом втіхи, підтримки і душевної близькості для людини похилого віку. За думкою Г.Крайг, щасливі шлюби, що збереглися в пізній дорослості, часто стають більш егалітарними.

*Більшість пар, що виростили дітей і зберегли шлюб, стверджують, що відчують менше напруження і більше почуття задоволеності і гармонії.*

*Г.Крайг*

▼ **Егалітарний шлюб** – тип шлюбу, в основу якого покладено принцип створення рівних умов для самореалізації кожного партнера, незалежно від його статі

Перетворення шлюбних стосунків в егалітарні щодо подружжя пізнього дорослого віку зумовлене віковим «стиранням»

## РОЗДІЛ 3

гендерних особистісних рис. Традиційні гендерні ролі в цьому віці втрачають свою важливість. Члени подружжя схильні частіше надавати різнопланову підтримку один одному, взаємно виграючи від цього.

*При хворобі Альцгеймера людина поступово забуває своїх рідних*

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

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



Рис. 3.90. Варіанти облаштування життя людини похилого віку після смерті шлюбного партнера

Особливо важким в пізній дорослості виявляється самотнє проживання, ускладнене бездітністю. Втрата чоловіка чи дружини для людини похилого віку окрім потужного психологічного стресу приносить багато побутових незручностей, на кшталт ведення домашнього господарства, вирішення фінансових питань тощо. В умовах самотності та послабленого здоров'я

*В умовах, створюваних суспільством, більшості старих людей життя видається тяжчим випробуванням, аніж смерть.*

*С. де Бовуар*



це може стати непосильним тягарем для старої людини. Проблемним є й перебування людини похилого віку в соціальних закладах – пансіонатах, Будинках престарілих, оскільки вона відчуває сильну ізоляцію та пригнічена тим, що не в змозі розпоряджатись власним життям. Не отримуючи належної соціальної підтримки, а часто й страждаючи від ейджизму, особистість обирає розповсюджену реакцію *старечого самогубства*. Воно виявляється в пасивній формі – так званої покірної смерті, коли людина не опирається хворобам, або суїцидальної ерозії тобто зловживанні ліками і/чи алкоголем для прискорення смерті.

### *Помирання та смерть як психологічні явища*

Всяка жива система, досягаючи певної досконалості в своєму розвитку, непомітно наближається до загибелі.

*I. Кант*

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

Смерть – складна тема для вивчення психологією, оскільки нема ніяких фактичних даних про неї, бо коли людина помирає, її мозок перестає функціонувати. Помирання вивчене дещо краще. Більшість людей спирається на релігійне трактування посмертного стану душі, ідеї про потойбічний світ, реінкарнацію тощо.

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

Двадцяте сторіччя сформувало еру «невидимої смерті» – люди помирають в лікарнях, перебувають потім в моргах, щоб не бентежити живих. Схильність приховувати цю подію призвела до того, що пересічні громадяни споглядають смерть по

### РОЗДІЛ 3

телевізору кілька разів на день, а в реальності не зустрічаються з помиранням. В деяких кантонах Швейцарії похоронним автобусам заборонено їздити вдень, щоб не бентежити громадян. У суспільстві сприймання смерті поєднує стурбованість та заперечення, тобто люди зазвичай бояться та заперечують власну смерть. Інша тенденція ставлення до смерті – її десакралізація, сприймання через «чорний» гумор.

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

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

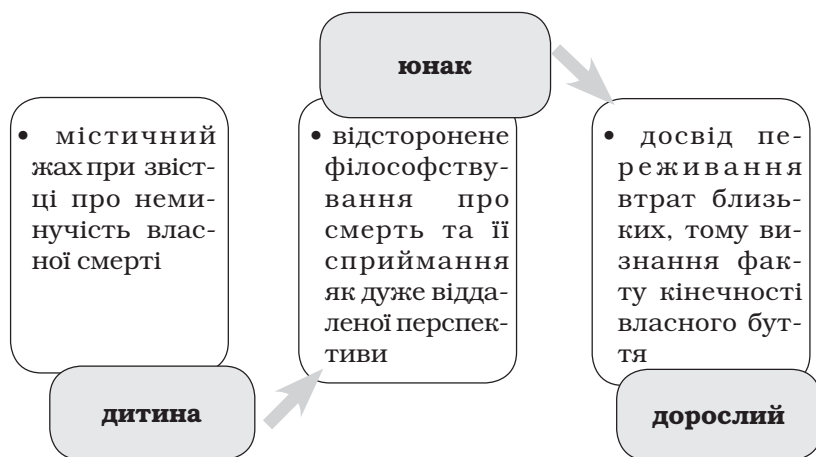


Рис. 3.91. Динаміка думок людини про смерть впродовж життя

Здавалось би, наближення кінця життя повинно посилювати страх смерті людей похилого віку. Дослідження свідчать, що старі люди бо-

*Позбутися страху смерті – все одно що позбутися власного розуму.*

*Е.Фромм*

яється смерті не більше, а часто й менше, ніж представники молодшого віку, визнаючи неминучість цієї події. Люди похилого віку прагнуть легко і безболісно, необтяжливо померти. Більшість старих людей думає про кінець свого життя часто, але зі спокоєм. Страх смерті є активнішим у дезінтегрованих старих людей, які зациклились на безкорисності свого існування. Відтак, тривога представників пізньої дорослості, пов'язана з думками про смерть, є одним із симптомів складного процесу прийняття кінця життя в його загальному контексті.

Зустрічаються наукові дані, що свідчать, що окремі люди похилого віку передчувають, передбачають наближення своєї смерті і ставляться до цього відносно спокійно, визнаючи факт невідворотності, однак такі випадки є рідкісними. Багато накопичених клінічних даних підтверджують тяжкість психічного стану приречених людей. Відчуваючи наближення смерті, особистість починає аналізувати свій життєвий шлях, виокремлює найбільш вагомі суб'єктивні цінності, пригадує образи, нанесені нею іншим людям, пробує їх залагодити

**Термінальний**  
– останній, передсмертний відрізок життя

по можливості, тобто відбувається так званий *огляд життєвого шляху*. За думкою Г.Крайг, тільки відчуваючи наближення кінця, людина може максимально кристалізувати життєві цінності та образ власного «Я». Впродовж передсмертного стану у людини формується специфічний погляд – ніби відсторонений і самозаглиблений. Більшість людей у термінальному стані переживає сильні психологічні страждання, не обов'язково пов'язані з фізичними муками, а часто спричинені невідомістю подальшого існування після смерті. Помічено, що чоловіки здебільшого переживають і виражають більш сильне психологічне страждання у термінальному періоді, ніж жінки.

Американський психолог Е.Кюблер-Рос вивчала особливості термінального періоду життя дорослих людей і виокремила типові стадії їх пристосування до помирання:

## РОЗДІЛ 3



Рис. 3.92. Стадії помирання за Кюблер-Рос

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

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

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

Полегшити стан можна спілкуванням з психологом чи священником

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

## ПСИХОЛОГІЯ ДОРОСЛІПАННЯ І ДОРОСЛОСТІ

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

*Критики теорії стверджують, що процес помирання є дуже індивідуальним процесом*

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

Інший дослідник, Р.Нойєс, вивчав помирання не як тривалий процес, а завершення життя внаслідок якоїсь критичної, екстремальної ситуації. Описуючи стан помирання, він виділяє наступні стадії:

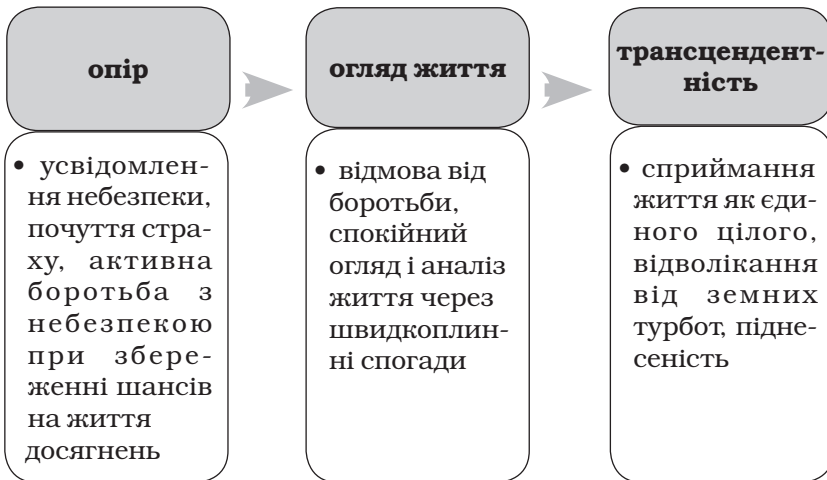


Рис. 3.93. Стадії помирання за Нойєсом

*В залежності від того, як те чи інше суспільство вчиняє зі старими людьми, воно недвозначно виявляє свої принципи та цінності.*

*С. де Бовуар*

*Від грец. «евтанатос» – хороша смерть*

В контексті всього життя людини дуже важливо допомогти їй померти з гідністю, щоб представник пізньої дорослості мав змогу в останній раз висловити рідним свої почуття і зустріти смерть відповідно до власного стилю життя. Тому сучасні психологи пропагують ліберальне ставлення до будь-якого типу помирання, наголошуючи на виключному праві людини зробити свій останній вибір.

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

Евтаназією вважають дії лікаря, спрямовані викликати смерть безнадійно хворої людини. Евтаназія буває активною – через використання прискорювальних засобів, наприклад смертельних ін'єкцій, та пасивною – шляхом відмови від підтримуючих життєдіяльність хворого засобів, приміром, відключення від апарату штучного дихання. Вважається, що шляхом активної евтаназії була викликана смерть З.Фрейда. Шістнадцять років страждаючи від жорстокого болю, викликаного раком глотки та щелепи, перенісши 33 операції, у 83-річному віці засновник психоаналізу вирішив, що з нього досить і звернувся до лікаря, який зробив йому смертельну ін'єкцію.

*В окремих країнах автоевтаназія є узаконеною та соціально облаштованою дією*

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

у двох випадках:

- при застарілому невеликовному захворюванні, що завдає нестерпних страждань,

- за умови тяжкої фізичної інвалідності, скутість від якої людина не може винести.

З психологічної точки зору автоевтаназія не може бути раціональним, осмисленим актом людини, так як самогубство завжди здійснюється під дією емоційних чинників. Крім того, фігурує ряд етичних аспектів проблеми. Не можна до кінця бути певним, як розгорнеться надалі життя хворої людини. Чи не наступить вже завтра очікуване полегшення? Чи не є в самих стражданнях сенс теперішнього життя людини?

*Без страждання і смерті життя людини не є повним.*  
В.Франкл

Для полегшення останніх етапів життя людини похилого віку створюються спеціальні соціальні програми, які втілюються через *хосписи* – систему послуг, включаючи госпіталізацію, спрямованих на сприяння незалежному і безболісному проведенню термінального періоду людиною.

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

## КОНТРОЛЬНО-ДОСЛІДНИЦЬКИЙ БЛОК

### Питання для обговорення на семінарах

1. Вплив фізичних та фізіологічних особливостей підлітків на їх психічний розвиток.
2. Психологічний аналіз взаємин учнів основної школи з педагогами.
3. Особливості та шляхи оптимізації спілкування підлітка з батьками.
4. Зміст та функції провідної діяльності підліткового віку.
5. Вплив характеру міжособистісних взаємин підлітка з ровесниками на формування його особистості.
6. Специфіка навчальної діяльності підлітків.
7. Формування особистості в підлітковому віці.
8. Криза 13-ти років: причини та симптоматика.
9. Психологічні особливості важковиховуваних підлітків.
10. Соціальна ситуація розвитку сучасних юнаків.
11. Специфіка спілкування юнаків з дорослими.
12. Зміст та функції навчально-професійної діяльності в юнацькому віці.
13. Специфіка дружби та кохання в юнацькому віці.
14. Вплив субкультури на формування особистості юнаків.
15. Проблеми юнацького максималізму та пошуку сенсу життя.
16. Динаміка інтелекту в юнацькому віці.
17. Механізми формування та вияви юнацького самовизначення.
18. Зміст та чинники професійного самовизначення юнаків.
19. Формування особистості в юнацькому віці.
20. Криза 17-ти років: причини та конструктивне розв'язання.
21. Психологічна зрілість, її ознаки та механізми формування.
22. Динаміка інтелекту впродовж ранньої дорослості.
23. Самореалізація та напрямки її здійснення в ранньому дорослому віці.
24. Чинники вибору шлюбного партнера: альтернативні під-



## ПСИХОЛОГІЯ ДОРОСЛІПАННЯ І ДОРОСЛОСТІ

---

ходи.

25. Зміст шлюбних взаємин в ранній дорослості.

26. Вплив статусу батьківства на психіку людини раннього дорослого віку.

27. Причини та наслідки самотності людини в ранньому дорослому віці.

28. Поняття професійного циклу, його розгортання в ранній дорослості.

29. Перебіг нормативних криз в ранній дорослості.

30. Завдання психіки в середній дорослості.

31. Вплив фізичних особливостей людини середнього дорослого віку на її психіку.

32. Поняття генеративності та її досягнення в середньому дорослому віці.

33. Еволюція інтелекту впродовж середньої дорослості.

34. Сімейні взаємини людей середнього дорослого віку.

35. Причини та наслідки розлучень людей середнього дорослого віку.

36. Розгортання професійного циклу в середній дорослості.

37. Зміст кризи середнього дорослого віку.

38. Вплив старіння на психіку людей пізнього дорослого віку.

39. Типи та чинники ставлення людини похилого віку до власного старіння.

40. Зміни інтелекту в пізньому дорослому віці.

41. Психологічні завдання особистості пізнього дорослого віку.

42. Сімейні взаємини в пізньому дорослому віці.

43. Специфіка завершення професійного циклу в пізній дорослості.

44. Зміст криз пізнього дорослого віку.

45. Психологічні аспекти помирання та смерті.

## Завдання для самоперевірки

*Знайдіть єдину правильну відповідь  
на тестові запитання*

1. Який процес фізичного розвитку підлітка найбільше впливає на його психіку:

- а) швидке зростання,
- б) акселерація,
- в) ретардація,
- г) статеве дозрівання.

2. Виберіть правильний варіант впливу фізіологічних змін на психіку підлітка:

- а) підлітки є «жертвами» своїх гормонів, їх психічний стан цілком залежить від змін в організмі,
- б) фізіологічні зміни впливають на психіку, але поряд з іншими факторами – вихованням, власною активністю,
- в) фізіологічні та психологічні особливості підлітка – це дві різні сфери, які ніяк не впливають одна на одну,
- г) фізіологічні зміни підлітка впливають лише на його переважаючий настрій.

3. «Хочу бути таким, як всі» і «Невже я такий, як всі» – це вияви якої суперечності психічного розвитку підлітка:

- а) між конформізмом і прагненням до індивідуальності,
- б) між різним рівнем фізичного та психічного розвитку,
- в) між тенденцією до самоствердження та залежністю від дорослих,
- г) між реакціями емансипації щодо дорослих та групування щодо ровесників.

4. Явище прискорених темпів статевого дозрівання підлітка на фоні повільніших темпів психічного розвитку – це визначення якого явища:

- а) підліткової шкільної дезадаптації,
- б) пубертатного «стрибка»,
- в) підліткової важковихованості,
- г) підліткового інфантилізму.

5. Яким є типове ставлення підлітків до вчителів:

- а) оцінка професійних якостей педагогів,
- б) диференційоване ставлення до вчителів,
- в) беззаперечний авторитет педагогів у підлітків,
- г) настороженість та схильність до конфліктів з усіма вчителями.

6. Що уособлює феномен «зняття з п'єдесталу» у спілкуванні підлітків з батьками:

- а) перехід авторитету від батьків до педагогів,
- б) прояви конфлікту поколінь,
- в) повна втрата довіри підлітків до батьків,
- г) критичне ставлення підлітків до батьків, аналіз їх особистісних якостей.

7. Що найчастіше стає приводом для конфліктів підлітків з учителями:

- а) нецікаве викладання предмету,
- б) байдуже ставлення вчителя до підлітків,
- в) думка батьків підлітка про цього вчителя.
- г) практикування педагогом авторитарного ставлення до підлітків.

8. Як найчастіше змінюється мотивація навчання в підлітковому віці:

- а) типовим є зменшення інтересу підлітків до навчання,
- б) підлітки зацікавлюються вивченням основ наук, що супроводжується покращенням їх успішності навчання,
- в) зберігається мотивація учіння, що склалась в молодшому шкільному віці,
- г) відбувається повне знецінення навчання.

9. Яка особливість психіки підлітків зумовлює їх прагнення до перебудови взаємин з батьками та вчителями:

- а) реакції емансипації та опозиції,
- б) формування абстрактного мислення,
- в) поява почуття дорослості та його підтвердження,
- г) зростання комунікабельності підлітків.

### РОЗДІЛ 3

---

10. Розширення кола спілкування з ровесниками – це вияви якої підліткової реакції:

- а) емансипації,
- б) хобі-реакції,
- в) опозиції,
- г) групування.

11. Виберіть назву центрального новоутворення психіки підліткового віку:

- а) адекватна самооцінка,
- б) девіантна поведінка,
- в) почуття дорослості,
- г) самовизначення.

12. Яка діяльність є провідною для підліткового віку:

- а) учіння,
- б) спілкування з ровесниками,
- в) праця,
- г) інтелектуальні та спортивні ігри.

13. Який вид мислення починає інтенсивно формуватись в підлітковому віці:

- а) наочно-образне,
- б) наочно-дійове,
- в) гіпотетичне,
- г) абстрактне.

14. Якими психологічними особливостями підлітків обґрунтовується доречність використання вчителем групових форм організації навчання:

- а) подоланням конфлікту поколінь у спілкуванні вчителя з підлітками,
- б) прийнятним втіленням на уроках реакції групування підлітків з ровесниками,
- в) потребою підлітків у різноманітності навчання,
- г) потребою у обміні досвіду з ровесниками.

15. Загострення суперечності між сформованим почуттям дорослості та недостатнім його підтвердженням та виявами – це ознаки якого явища підліткової психології:

- а) важковиховуваності,
- б) підліткової акселерації,
- в) кризи 13 років,
- г) підліткового інфантилізму.

16. Яка психічна суперечність лежить в основі розгортання у підлітків кризи 13 років:

- а) між сформованим почуттям дорослості і недостатнім його підтвердженням,
- б) між високим рівнем домагань і обмеженим життєвим досвідом,
- в) між зниженням інтересу до навчання і вимогами дорослих,
- г) між різними напрямками фізичного і психічного розвитку.

17. Критика, несприймання підлітками суджень, переконань та вимог дорослих – це ознаки якого явища підліткової психології:

- а) підліткового критицизму,
- б) підліткового інфантилізму,
- в) підліткової реакції групування,
- г) пошуку референтної групи.

18. Якою є найтипівіша причина низької успішності навчання підлітків:

- а) закріплена негативна мотивація учіння,
- б) конфлікти з педагогами,
- в) часті пропуски уроків через хворобу,
- г) професійно спрямовані інтереси.

19. Суб'єктивне сприймання підлітком себе як дорослої особистості – це ознаки якого психічного новоутворення:

- а) почуття дорослості,
- б) дорослості,
- в) абстрактного мислення,
- г) адекватної самооцінки.

20. Яке негативне явище підліткового віку може спричинюватись такими факторами, як біологічні вади розвитку, помилки

### РОЗДІЛ 3

---

сімейного та шкільного виховання і соціальна ізольованість підлітка:

- а) надмірна сором'язливість,
- б) підлітковий критицизм,
- в) підлітковий інфантилізм,
- г) важковиховуваність підлітків.

21. Якою стає провідна діяльність в юнацькому віці:

- а) праця,
- б) навчально-професійна діяльність,
- в) спілкування з ровесниками,
- г) учіння.

22. Виберіть психічне новоутворення, яке формується в юнацькому віці:

- а) самовизначення,
- б) почуття дорослості,
- в) самооцінка,
- г) максималізм.

23. Надто категоричне ставлення молодих людей до дійсності, надмірні вимоги – це прояви якої юнацької психологічної особливості:

- а) юнацької безтурботності,
- б) міфу про власну унікальність юнаків,
- в) юнацького максималізму,
- г) юнацького інфантилізму.

24. У чому полягає головна причина непорозумінь юнаків з батьками:

- а) нерозв'язані проблеми підліткового віку,
- б) розгортання конфлікту поколінь через неспівпадання поглядів на життя,
- в) незнання батьками юнацьких потреб,
- г) егоїстичність юнаків.

25. Яким є вплив стресів на психіку людей раннього дорослого віку:

## ПСИХОЛОГІЯ ДОРОСЛІПАННЯ І ДОРОСЛОСТІ

---

- а) нейтральним, психіка людей цього віку вже нечутлива до стресів,
- б) помірні стреси потрібні для психіки, стимулюючи її,
- в) навіть одиничні стреси руйнують психіку людей цього віку, тому є небезпечними,
- г) чим більше стресів, тим міцніше психічне здоров'я.

26. Чим спричинене розчарування людей раннього дорослого віку у професійній діяльності невдовзі після працевлаштування на роботу:

- а) труднощами спілкування з новим колективом,
- б) конфліктами з начальством,
- в) ідеалістичними поглядами на кар'єру та зарплатню,
- г) неправильним професійним вибором.

27. Яким фактором спричинене переживання кризи середини життя:

- а) відокремленням дорослих дітей,
- б) переглядом та оцінкою життєвих досягнень,
- в) перспективами виходу на пенсію,
- г) прогресуючим старінням.

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

- а) життєвої мудрості,
- б) статусу керівника на роботі,
- в) кризи середини життя,
- г) позитивного мислення.

29. Переживання людиною своєї занедбаності та ізольованості через залишення батьківської домівки дорослими дітьми – це опис якого психологічного явища середнього дорослого віку:

- а) досягнення професійного плато,
- б) ефекту «спустілого гнізда»,
- в) вироблення життєвої мудрості,
- г) конфлікту поколінь.

30. Виберіть правильний опис явища «професійного вигорання»:

### РОЗДІЛ 3

---

- а) надмірна завантаженість та прагнення зайняти керівну посаду,
- б) негативні емоційні переживання через тиск та пригнічення від начальника,
- в) стрес через низьку зарплатню та велику завантаженість,
- г) емоційне та фізичне виснаження через надмірну завантаженість та зацикленість на роботі.

31. Яка найтипівіша причина викликає невдоволення роботою людей середнього дорослого віку:

- а) недостатнє матеріальне забезпечення майбутньої старості,
- б) невизнання трудових досягнень начальством,
- в) конфлікти з трудовим колективом,
- г) досягнення професійного плато.

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

- а) інфантилізм,
- б) ейджизм,
- в) фемінізм,
- г) ювеналізм.

33. Представники якого віку найбільше зайняті спогадами та самоаналізом:

- а) юнацького,
- б) раннього дорослого віку,
- в) середнього дорослого віку,
- г) пізнього дорослого віку.

34. Іпохондрія тобто надмірна стурбованість людини своїм здоров'ям характерна як типова для якого вікового періоду:

- а) юнацького,
- б) раннього дорослого,
- в) середнього дорослого,
- г) пізнього дорослого.

35. Якому типу ставлення до старості притаманні такі ознаки, як агресивність, запальність, претензії до інших, неприйняття власної старості:



- а) аутоворожому,
- б) ворожому,
- в) захисному,
- г) залежному.

*Спираючись на опрацьований зміст розділу, сформулюйте відповіді на проблемні питання*

1. Проаналізуйте сучасні соціально-психологічні умови становлення особистості підлітків.
2. Визначте, чи справді підлітки є «жертвами» власних гормонів. Відповідь аргументуйте.
3. Підтвердьте думку, що підлітковий вік є «лакмусом» успішності попереднього виховання дитини.
4. Охарактеризуйте типологію учнів основної школи щодо мотивації їх учіння.
5. Доведіть доречність використання вчителем проблемних методів навчання у роботі з учнями основної школи.
6. Проілюструйте вияви самоствердження в підлітків.
7. Доведіть, що підлітковий період є сенситивним для становлення вольової регуляції.
8. Охарактеризуйте фактори, що прискорюють і, навпаки, уповільнюють формування почуття дорослості в підлітків.
9. Охарактеризуйте шляхи гармонізації самооцінки підлітків.
10. Співвіднесіть роль ровесників та дорослих у процесі формування характеру учнів основної школи.
11. Охарактеризуйте можливі позитивні та негативні наслідки кризи 13-ти років на формування особистості підлітків.
12. Диференціюйте психологічні особливості представників ранньої юності та власне юності.
13. Наведіть приклади конкретного вияву юнацького максималізму.
14. Охарактеризуйте вияви індивідуального стилю інтелектуальної діяльності юнаків.
15. Проаналізуйте фактори, що впливають на самооцінку юнаків.
16. Порівняйте системи спілкування юнаків з батьками та педагогами.

### РОЗДІЛ 3

---

17. Наведіть приклади проблем професійного самовизначення юнаків.

18. Розкрийте механізми формування психологічної зрілості особистості.

19. Проаналізуйте чинники, що визначають здатність людини раннього дорослого віку вирішувати критичні ситуації.

20. Сформулюйте умови для прогресивного розвитку інтелекту людини в ранній дорослості.

21. Визначте позитивні та негативні сторони офіційного та незареєстрованого («громадянського») шлюбу.

22. Охарактеризуйте засоби профілактики вторинної шлюбної адаптації.

23. Опишіть ті психологічні труднощі, з якими зіштовхуються батьки-одинаки.

24. Розкрийте роль професійної самооцінки у становленні фахівця.

25. Визначте особистісні якості, які потрібні для успішної побудови кар'єри суб'єктом праці.

26. Наведіть аргументи на користь та заперечення таких позначень середньої дорослості як «розквіт життя» чи «початок кінця».

27. Розкрийте шляхи самоактуалізації особистості в середньому дорослому віці.

28. Визначте засоби підтримання інтелектуального потенціалу в середній дорослості.

29. Охарактеризуйте оптимальний стиль взаємодії представників середньої дорослості з дітьми та внуками.

30. Порівняйте психологічні особливості жінок та чоловіків середнього дорослого віку.

31. Проаналізуйте позитивні та негативні аспекти впливу досвіду на пізнавальну діяльність людини середнього дорослого віку.

32. Опишіть засоби профілактики професійного «вигорання».

33. Розкрийте значення пізньої дорослості в онтогенезі особистості.

34. Розробіть шляхи подолання ейджизму щодо людей похилого віку.

35. Визначте, чи є погіршення інтелекту обов'язковим атрибутом старіння.

36. Проаналізуйте вплив на психіку людини похилого віку продовження нею професійної діяльності.

37. Розкрийте зміст основних індивідуально-психологічних особливостей людей похилого віку.

38. Опишіть відомі вам настанови українського суспільства щодо помирання та смерті людини, визначте ступінь їх гуманності.

39. Проаналізуйте правомірність думки про те, що помирання можна розглядати як стадію росту.

40. Охарактеризуйте сучасні шляхи гуманізації помирання людини та їх психологічні підтексти.

### *Розв'яжіть психологічні задачі*

1. Після успішного закінчення сином Вітею початкової школи мама перевела його на навчання до престижної школи з ускладненою програмою, бажаючи дати йому хорошу освіту. Однак очікування матері не виправдались – хлопчик почав приносити зі школи низькі оцінки. Мама стала звинувачувати сина в небажанні добре навчатись.

*Чи правомірні звинувачення мами хлопчика? Визначте ймовірні психологічні причини зниження успішності Віти.*

2. Батьки шестикласниці Марії зіштовхнулись з категоричною відмовою дівчинки ходити до школи. В початковій школі ця учениця старанним, успішним навчанням та поблажливим ставленням до однокласників заслужила їх авторитет. В п'ятому класі з'явився новий учень – Олег, якого підлітки сприйняли з радістю. Хлопець гарно навчався, захоплювався спортом, до того ж був дружлюбним та веселим. В шостому класі навколо Олега утворилась згуртована компанія хлопців, підлітки почали насміхатись над Марією, її повчальною манерою спілкуватись – авторитет дівчини в класі послабився. Спочатку Марія намагалась відновити його погонею за високими бальними оцінками, що викликало її тривожність, нервозність, далі дівчина спробувала нову форму самоствердження серед однокласників – фізичну силу, агресивність, різкість, що остаточно відвернуло від неї підлітків.

## РОЗДІЛ 3

---

*Визначте, яке явище підліткової психології фігурує в описі, та які якості і вчинки дівчинки його спричинили.*

3. Учень 7-го класу приніс до вчителя записку, пояснюючу його попередню відсутність на уроках.

«Ти справді хворів?» – запитує вчителька. – Хлопець мовчить.

«А це справді мама писала?» – хлопець знову мовчить.

«Тоді хто ж це писав?» – продовжує запитувати вчитель.

«Ніхто!» – різко відповідає школяр.

*Визначте, які особливості особистості підлітка ілюструє дана ситуація та можливі причини поведінки хлопчика.*

4. «Мамо, мені подобається один хлопець з паралельного класу, – заходячи на кухню, збентеженим голосом промовляє семикласниця Оксана, – але він не звертає на мене уваги. Що ж мені робити?».

«Які ще хлопці, ти ще мала, щоб про них думати, – невдоволено бурчить мати дівчинки, енергійними рухами розкачуючи тісто, – тобі треба алгебру підтягнути. Ось що справді важливо».

*Проаналізуйте зміст психологічних переживань Оксани та адекватність реагування її матері.*

5. *Про які психологічні особливості юнацького віку йдеться в епізоді фільму «Доживемо до понеділка», де старшокласник написав у творі: «Щастя – це коли тебе розуміють?»*

6. Шістнадцятирічна Таня скаржиться подрузі: «Батьки мене не розуміють! Кажуть, що люблять, але хіба так люблять? Завжди підозри, запитання – з ким була, де була; мої речі потайки оглядають. І постійно сварять. І це все через любов, так?»

*Встановіть причини нездорових взаємин дівчини з батьками та їх наслідки для психіки Тані.*

7. Першокурсниця Олена ділиться враженнями з подругою: «Якось мені важко навчатись в університеті. В школі було легше. До зростання навчального навантаження я вже звикла, навіть відвідування бібліотеки не викликає відрази. Однак викладачі мене не вирізняють як особистість, для них я рядова дівчина з

поток. Одногрупники якісь недружні, кожен в світі своїх інтересів та подій».

*Визначте причини труднощів адаптації Олени до навчання в університеті.*

8. Спираючись на висловлювання батька про сина, сформулюйте причини його ставлення до юнака та визначте наслідки цього ставлення на становлення особистості хлопця:

«Мені страшно визнавати, але мій син мене розчарував. Він зовсім на мене не схожий. В школі я любив футбол, займався спортом, а йому подобаються музика і книги. Волосся в нього довге, в лівому вусі – сережка, він виглядає, як дівка. Я хотів би ним гордитись, але я його соромлюсь».

9. Молоде подружжя одружилось через пристрасне кохання. Через півроку вже говорять про розлучення. Причина? «Неконтактність».

«Вона завжди влаштовує скандал через дрібниці. Ніколи ні в чому не поступиться», – скаржиться чоловік.

«Він все робить невчасно, зі мною не рахується. Про що не попросиш, все завтра, завтра...» – висуває контраргумент дружина.

*Які особистісні якості подружжя є причиною розгортання негативних взаємин між ними?*

10. Визначте ймовірні причини поведінки чоловіка Ольги, виходячи з її розповіді:

«Коли ми тільки почали зустрічатися з моїм майбутнім чоловіком, я іноді бувала в нього вдома. Там завжди панував порядок. Чоловік все робив сам. Але після нашого одруження він ніколи за собою не прибирає. Я не хочу ходити за ним і доглядати, як за маленьким».

11. До молодят у гості навідалися батьки чоловіка. Свекруха зробила зауваження невістці щодо неправильного прасування білизни. Молода жінка почала заперечувати, мотивуючи, що їй так зручніше. Її чоловік зауважив до свого батька: «Нехай жінки самі розберуться».

## РОЗДІЛ 3

---

*Проаналізуйте специфіку спілкування представників різного віку в рамках родинних взаємин та її наслідки для кожного.*

12. Анна (сімейний стаж – 4 роки) розповідає психологу: «Коли ми з майбутнім чоловіком познайомились, то часто і довго розмовляли. А зараз ми майже не говоримо один з одним. Просто не стало про що говорити. У мене таке почуття, наче я вмираю в пустелі від спраги. І справа не тільки в чоловікові, мені самій нема чого йому сказати. Може, кохання покинуло нас?»

*Прокоментуйте ситуацію Анни з точки зору динаміки подружніх взаємин.*

13. Під час перепису населення України було зафіксовано, що одруженими себе вважає в півтора рази більше жінок, ніж чоловіків. Соціологи пояснили цей факт різною оцінкою свого статусу жінками та чоловіками, що перебувають у незареєстрованому шлюбі, останні вважають себе холостяками, тоді як жінки – одруженими.

*Визначте психологічне підґрунтя відмінностей чоловіків та жінок щодо оцінки свого статусу в «громадянському» шлюбі.*

14. Доволі розповсюдженою є ситуація в житті молодої сім'ї, коли в розпал сварки один з подружжя, який вважає себе несправедливо скривдженим, «йде до мами». Батьки починають активно втручатися в суперечки молодят, жаліти сина, співчувати дочці.

*Які психологічні наслідки матиме така поведінка молодих людей та їх батьків для подружніх взаємин? Визначте правильну стратегію реагування батьків на сварки молодят.*

15. На консультації у психолога сорокарічний чоловік з боєм у голосі говорить: «Я відчуваю якийсь вакуум у житті. Спочатку професія мені подобалась, намічались перспективи кар'єрного просування. Далі непорозуміння з дружиною змусили мене ще більше заглибитись у роботу, яку сприймав як віддушину. Здавалось, начальство цінувало мої старання, я періодично отримував премії. Однак, коли з'явилась чергова вакансія на підвищення, вибрали не мене. Охопила хвиля розчарування, відчаю, далі байдужість».

## ПСИХОЛОГІЯ ДОРΟΣЛІПАННЯ І ДОРΟΣЛОСТІ

---

*Яке психологічне явище відображає розповідь чоловіка? З'ясуйте причини переживання ним цього явища.*

16. *Визначте причини непродуктивної самореалізації жінки та ймовірні способи покращення її психологічного стану:*

«Я ніколи нічого не могла робити для себе. Все тільки для сім'ї, з ранку до вечора я тільки працювала. Ніколи не було часу навіть хоча б книгу почитати, частіше я була дуже стомленою. Тепер вже надто пізно. Діти вже залишили дім, чоловік з головою занурився в свою кар'єру, а я залишилась ні з чим».

17. *Опис якого психологічного явища середнього дорослого віку подано у монолозі чоловіка:*

«Я побудував своє підприємство на гроші, взяті в кредит. Я вперто пропрацював дванадцять років, щоб виплатити борг. Весь цей час я думав, що, як тільки виплачу кредит, почнеться справжнє життя, тоді я стану самостійною людиною і відправлюсь у велику подорож. На минулому тижні я закрити свій борг, однак мені не до канікул – я перебуваю в депресії. Я повинен ще двадцять років сидіти за одним і тим же письмовим столом, займатися однаковими проблемами, а чарівність самостійності зникла...»

18. «Мій чоловік став якимось сентиментальним. – ділиться враженнями п'ятдесятирічна жінка. – На день народження подарував мені букет троянд, чого вже років з двадцять не робив. Сьогодні вже двічі запитував, чи приїде на вихідні донька з внуком. І що найдивніше – дивиться зі мною ввечері серіал».

*Визначте зміст та ймовірну мотивацію психологічних змін чоловіка, які описує дружина.*

19. Одна жінка, що півроку тому вийшла на пенсію, ділиться враженнями: «Я раніше як оглушена була, всієї краси природи не помічала, але ж кожний листочок, кожна квіточка життю радіє. Як добре, що тепер я стала це помічати».

*Поясніть причини зміни сприймання дійсності жінкою.*

20. Грандма Мозес майже у вісімдесят років відчула прагнення зайнятись живописом і втілила його в життя. Жінка мала

великий успіх у публіки своїми виставками й ілюстраціями в журналах.

*Визначте, які потреби активізувались у жінки, та які наслідки для її психіки це мало.*

### Практичні дослідницькі завдання

#### Завдання 1

**Тема:** психічний розвиток підлітків.

**Мета:** визначення базових особистісних якостей підлітка.

**Форма роботи:** проєктивне тестування.

**Обладнання:** аркуш паперу формату А-4, простий олівець, гумка.

#### Хід дослідження

*Під час малювання підлітка спостерігаємо за його мімікою та коментарями*

Після встановлення позитивного контакту з підлітком пропонуємо йому дослідити власні психологічні якості. Для цього надаємо наступну інструкцію для тестування: «Вигадай і намалюй неіснуючу тварину й назви її неіснуючим ім'ям. Опиши її спосіб життя – денний чи нічний, харчування та захист».

Далі здійснюємо тлумачення малюнку через наступні показники:

##### 1. Розміщення малюнку на папері.

Малюнок, розміщений на середній лінії вертикально поставленого аркушу, є свідченням адекватно високої самооцінки. Розміщення малюнку ближче до верхнього краю трактується як тенденція до завищеної самооцінки, незадоволеність своїм становищем в суспільстві, претензія на громадське просування та визнання, актуальність прагнення до самоствердження. Розміщення малюнку у нижній частині аркуша виражає невпевненість в собі, низьку самооцінку, при-

*При роз'ясненні результатів тестування підліткови треба дуже делікатно подавати виявлені негативні якості*



гніченість, незацікавленість своїм становищем в суспільстві, ігнорування самоствердження.

2. *Центральна частина зображення (голова чи деталь, що її заміняє).* Поворот голови направо – стійка тенденція до діяльності, активності, схильність до реалізації планів або, принаймні, до початку дій. Поворот голови вліво – схильність до тривалої рефлексії, роздумів. Значна частина замислів не реалізовується, можливо, через нерішучість. Голова, спрямована на малюючого, тлумачиться як егоцентризм.

### 3. *Зображення деталей голови.*

Великий розмір  
визначає інтенсив-  
ність якості

Вуха мають пряму символіку – зацікавленість в інформації, значимість думки оточуючих про себе. Відкритий рот з промальованим язиком показує значну мовну активність, навіть балакучість, промальована лінія губ виражає чуттєвість. Відкритий, але заштрихований рот свідчить про легкість виникнення страхів, тривожність людини. Рот з промальованими зубами – вербальна агресія, здебільшого захисна. Очі – символ наявного страху, якщо підкреслюються райдужна оболонка, зіниця. Промальовані довгі вії виражають жіночність, кокетство, зацікавленість у захопленні інших своєю особою. Непропорційно збільшена відносно всього малюнку голова показує, що досліджуваний цінує раціональне начало, розум в собі і оточуючих. Додаткові деталі, такі як роги, голки, щетина передають агресивність, часто захисного характеру. Пір'я, шерсть є ознаками демонстративності, самоприкрашання.

### 4. *Несуча, опорна частина фігури (ноги, лапи, іноді постамент).*

До уваги береться співвідношення цієї частини до всього малюнку: велика опорна частика показує обдуманість, ретельність прийняття рішень, опора на вигоду. Малий розмір кінцівок тлумачиться як поверховість суджень, легковірність, легковажність рішень, іноді імпульсивність поведінки (при відсутності кінцівок). Характер з'єднання кінцівок з корпусом виражає ступінь контролю над своїми судженнями – слабке з'єднання виражає слабкий контроль і навпаки. Однотипність і односпрямованість

## РОЗДІЛ 3

---

кінцівок демонструє конформність суджень, їх стандартність, банальність, і навпаки.

### 5. Частини малюнку, що підняті над рівнем фігури.

Ці деталі можуть бути функціональними чи прикрашальними: крила символізують фантазійність; бантики, завитушки – допитливість, нав'язливість; пір'їни, деталі панцира – впевненість в собі, енергійність, але непостійність.

### 6. Хвіст.

Спрямованість хвоста передає ставлення до себе. Хвіст, спрямований доверху виражає впевненість в собі, оптимізм, його зображення донизу трактується як незадоволення собою, сумнівами, каєття. Спрямованість хвоста вліво діагностує ставлення до своїх думок, вправо – ставлення до дій, поведінки.

### 7. Назва малюнка.

Тематично тварини поділяються на загрозливих і нейтральних, що виражає загальне ставлення до себе та інших, ступінь агресивності і готовність до співробітництва, уподібнення своєї значимості тваринному світу (зайчик – неагресивна, корисна тварина, лев – цар звірів, хижак тощо).

*Наприклад: зайцептах – денна тварина, харчується травою, при небезпеці ховається під кроною дерев. У підлітка не виявляється агресивність, діагностується схильність до нерішучості.*

### 8. Промальованість, насиченість ліній, контуру.

Даний показник символізує ступінь енергійності; легкі, майже невидимі лінії можуть виражати виснаженість. Темні і насичені лінії, багатоманітність деталей виражають значну енергію, дієвість. Надмірність штриховок, однак, передає тривожність та імпульсивність.

В кінці дослідження формулюється загальний висновок щодо сприятливих та проблемних проявів особистості, що діагностувались методикою.

Завдання 2

**Тема:** психологія юнацтва.

**Мета:** визначення схильності до певного напрямку професійної діяльності.

**Форма роботи:** стандартизоване тестування.

**Обладнання:** зміст диференційно-діагностичного опитувальника Є.О. Клімова (модифікований варіант), бланк для відповідей.

Хід дослідження

Припустимо, що після відповідного навчання ви можете виконувати будь-яку роботу. Але якби вам довелося вибирати тільки з двох діяльностей, якій ви надали б перевагу? Тест побудований на співставленні двох видів діяльності у кожному питанні. Якщо одна з цих діяльностей визначена вами як більш приваблива, позначте її знаком «+1» у бланку відповідей, якщо достатньо подобається – «+2», якщо дуже подобається – «+3». Альтернативну діяльність даного питання позначте знаком «-1», якщо вона напевно не подобається – «-2», якщо дуже не подобається – «-3».

Обов'язково треба оцінити кожен діяльність в питанні, одну позитивним знаком, іншу – негативним

Зміст тесту

<b>1-а</b> Доглядати за тваринами	<b>1-б</b> Обслуговувати машини, прилади, обладнання (слідкувати, регулювати)
<b>2-а</b> Допомагати хворим людям, лікувати їх	<b>2-б</b> Складати таблиці, схеми, комп'ютерні програми
<b>3-а</b> Слідкувати за якістю книжкових ілюстрацій, плакатів, листівок	<b>3-б</b> Слідкувати за станом, розвитком рослин

### РОЗДІЛ 3

<b>4-а</b> Обробляти матеріали (дерево, пластик, метал і т.п.)	<b>4-б</b> Доводити товари до споживача (рекламувати, продавати)
<b>5-а</b> Обговорювати науково-популярні книги, статті	<b>5-б</b> Обговорювати художні книги, п'єси чи концерти
<b>6-а</b> Вирощувати молодняк тварин будь-якої породи	<b>6-б</b> Тренувати молодших себе чи ровесників у виконанні певних дій (трудових, навчальних, спортивних)
<b>7-а</b> Відтворювати, копіювати вручну малюнки, зображення (налаштовувати музичні інструменти)	<b>7-б</b> Керувати якимось вантажним засобом (підйомним чи транспортним)
<b>8-а</b> Повідомляти, роз'яснювати людям потрібну їм інформацію (в довідковому бюро, на екскурсії)	<b>8-б</b> Оформляти виставки, вітражі, рекламні щити або брати участь у підготовці п'єс, концертів
<b>9-а</b> Ремонтувати вироби, одяг, техніку, житло	<b>9-б</b> Шукати та виправляти помилки в текстах, таблицях, малюнках
<b>10-а</b> Лікувати тварин	<b>10-б</b> Виконувати розрахунки, вести облік
<b>11-а</b> Виводити нові сорти рослин	<b>11-б</b> Конструювати, проектувати нові види промислових виробів чи продуктів харчування
<b>12-а</b> Розглядати та вирішувати суперечки, конфлікти між людьми	<b>12-б</b> Впорядковувати схеми, креслення таблиці

**ПСИХОЛОГІЯ ДОРΟΣЛІШАННЯ І ДОРΟΣЛОСТІ**

<b>13-a</b> Спостерігати, вивчати роботу гуртків художньої самодіяльності	<b>13-б</b> Спостерігати, вивчати життя мікробів
<b>14-a</b> Обслуговувати, налагоджувати медичні прилади, апарати	<b>14-б</b> Надавати людям медичну допомогу при пораненнях, травмах, опіках тощо
<b>15-a</b> Складати точні описи чи звіти про явища чи події, що спостерігаються	<b>15-б</b> Художньо описувати, зображати події (реальні чи уявні)
<b>16-a</b> Робити лабораторні аналізи в лікарні	<b>16-б</b> Приймати, оглядати хворих, спілкуватись з ними, призначати лікування
<b>17-a</b> Фарбувати чи розмальовувати приміщення, поверхню виробів	<b>17-б</b> Здійснювати монтаж будівель чи збирання машин, приладів
<b>18-a</b> Організовувати культурні чи туристичні походи дітей, екскурсії	<b>18-б</b> Грати на сцені, брати участь в концертах
<b>19-a</b> Виготовляти деталі, вироби за кресленнями, будувати будівлі	<b>19-б</b> Займатися кресленням, складанням карт
<b>20-a</b> Вести боротьбу з хворобами рослин, з шкідниками саду, лісу	<b>20-б</b> Працювати на комп'ютері, іншій оргтехніці

## РОЗДІЛ 3

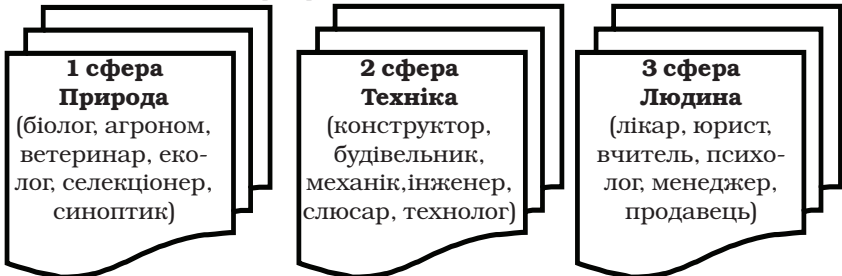
Перенесіть відповіді у бланк відповідно до п'яти сфер діяльності людини, далі знайдіть алгебраїчну суму по кожній сфері. Переважаюча кількість балів за певною сферою показує схильність до цього напрямку діяльності.

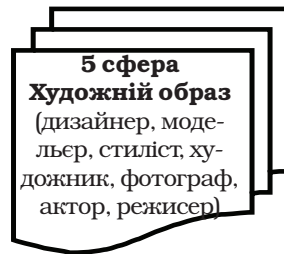
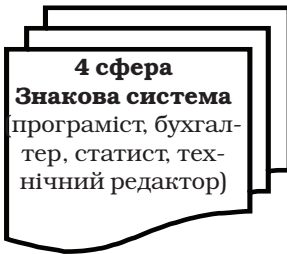
### Бланк відповідей

1 сфера		2 сфера		3 сфера		4 сфера		5 сфера	
1-а		1-б		2-а		2-б		3-а	
3-б		4-а		4-б		5-а		5-б	
6-а		7-б		6-б		9-б		7-а	
10-а		9-а		8-а		10-б		8-б	
11-а		11-б		12-а		12-б		13-а	
13-б		14-а		14-б		15-а		15-б	
16-а		17-б		16-б		19-б		17-а	
20-а		19-а		18-а		20-б		18-б	
«+»		«+»		«+»		«+»		«+»	
«-»		«-»		«-»		«-»		«-»	
C=		C=		C=		C=		C=	

В останні три рядки бланку заносимо 1) кількість балів за позитивно оцінені сфери діяльності, 2) кількість балів за негативно оцінені сфери діяльності, 3) алгебраїчну суму балів за двома вищезначеними показниками

### Приклади професій відповідно до сфер професійної діяльності





### Завдання 3

**Теми:** психологічні особливості раннього дорослого віку, психологія середньої дорослості.

**Мета:** виявлення базових особистісних якостей представників ранньої та середньої дорослості, їх диференціація.

**Форма роботи:** модифіковане анкетування.

**Обладнання:** по два екземпляри аркушів з формами для анкетування.

### Хід дослідження

Запропонуйте одному представнику ранньої дорослості та ще одному – середньої дорослості – скласти своєрідний герб своєї особистості, почергово заповнивши питання анкети:

Три ваші найважливіші особистісні риси:  
-----

Три ваші найважливіші життєві цінності:  
-----

Три ваші найвагоміші життєві досягнення:  
-----

Три ваші найважливіші задуми на майбутнє:  
-----

### РОЗДІЛ 3

---

Після заповнення дорослими анкети, проаналізуйте записи та співставте їх, визначивши спільні та відмінні психологічні прояви представників різних вікових періодів.



## Література до розділу

1. *Байярд Р.Т., Байярд Д.* Ваш беспокойный подросток. – М., 1991.
2. *Берн Ш.* Гендерная психология. – СПб.: прайм-ЕВРОЗНАК, 2001.
3. *Бернс Р.* Развитие Я-концепции и воспитание. – М.: Прогресс, 1986.
4. *Бех І.Д.* Особистісно зорієнтоване виховання. – К.: ІЗМН, 1998.
5. *Божович Л.И.* Личность и ее формирование в детском возрасте. – СПб.: Питер, 2009.
6. Вікова психологія / За ред. Костюка Г.С. – К.: Радянська школа, 1976.
7. Вікова та педагогічна психологія / За ред. Скрипченка О.В. – К.: Просвіта, 2001.
8. *Говорун Т.В., Кікінежді О.М.* Гендерна психологія. – К.: Видавничий центр «Академія», 2006.
9. *Деркач А.А.* Акмеологические основы развития профессионала. – М.: Издательство Московского психолого-социального института; Воронеж: НПО «МОДЭК», 2004.
10. *Зеер Э.Ф.* Психология профессий. – М.: Академический проект; Фонд «Мир», 2006.
11. *Ильин Е.П.* Дифференциальная психология мужчины и женщины. – СПб.: Питер, 2006.
12. *Кле Мишель.* Психология подростка: психосексуальное развитие. – М., 1999.
13. *Коляда М.* Шпаргалка для родителей. Что делать, если подросток говорит: «Нет, не хочу, не буду!»? – Донецк, 1988.
14. *Кон И.С.* Психология ранней юности. – М.: Просвещение, 1979.
15. *Колесов Д.В., Мягков И.Ф.* Учителю о психологии и физиологии подростка. – М.: Владос, 1994.
16. *Кон И.С.* Психология старшеклассника. – М.: Просвещение, 1981.
17. *Крайг Г.* Психология развития. – СПб.: Питер, 2002.
18. *Крюкова Т.Л., Сапоровская М.В., Куфтяк Е.В.* Психология семьи: жизненные трудности и совладание с ними. – СПб.: Речь, 2005.

19. *Леви В.* Нестандартный ребенок. – М., 1992.
20. *Маркова А.К.* Формирование мотивации учения. – М.: Просвещение, 1990.
21. *Немов Р.С.* Психология: В 3 кн. – 3-е изд. – М.: Владос, 1999. – Кн.2: Психология образования.
22. *Орлов Ю.М.* Восхождение к индивидуальности. – М., 1991.
23. *Орлов Ю.М.* Самопознание и самовоспитание характера. – М., 1987.
24. Основи практичної психології / В. Панок, Т. Титаренко, Н. Чепелева та ін. – К.: Либідь, 2006.
25. *Подмазин С.И., Сибиль Е.А.* Как помочь подростку с трудным характером. – К.: НПЦ Перспектива, 1996.
26. Психология возрастных кризисов: хрестоматия / Сост. К.В. Сельченко. – Мн.: Харвест, 2003.
27. Психология и психоанализ любви / Под ред. Райгородского Д.Я. – Самара: Издательский Дом Бархат-М, 2007.
28. Психология зрелости / Под ред. Райгородского Д.Я. – Самара: Издательский Дом Бархат-М, 2003.
29. Психология человека от рождения до смерти. Психологический атлас человека / Под ред. А.А. Реана. – СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2007.
30. Психология старости / Под ред. Райгородского Д.Я. – Самара: Издательский Дом Бахрат-М, 2004.
31. Психотерапия семейных отношений / Под ред. Райгородского Д.Я. – Самара: Издательский Дом Бархат-М, 2004.
32. Рабочая книга школьного психолога / Под ред. Дубровиной И.В. – М.: Просвещение, 1991.
33. *Райс Ф.* Психология подросткового и юношеского возраста. – СПб.: Питер, 2000.
34. Родители и дети: хрестоматия / Под ред. Райгородского Д.Я. – Самара: Издательский Дом Бархат-М, 2003.
35. *Рыбалко Е.Ф.* Возрастная и дифференциальная психология. – СПб.: Питер, 2001.
36. *Савчин М.В., Василенко Л.П.* Вікова психологія. – К.: Академвидав, 2006.
37. *Сатир В.* Вы и ваша семья. Руководство по личностному росту. – М.: ИОИ, 2007.
38. *Сатир В.* Как строить себя и свою семью. – М.: ИОИ, 2007.

39. *Стюарт-Гамильтон Я.* Психология старения. – СПб.: Питер, 2005.
40. *Сысенко В.А.* Супружеские конфликты. – М., 1980.
41. *Толочек В.А.* Современная психология труда. – СПб.: Питер, 2008.
42. Трудный подросток: причины и следствия / Под ред. Татенко В.А.– К.: Радянська школа, 1985.
43. *Франкл В.* Человек в поисках смысла. – М.: Прогресс, 1990.
44. *Фридман Л.М., Кулагина И.Ю.* Психологический справочник учителя. – М.: Просвещение, 1991.
45. *Шахманов Н.Ф.* Психическое старение: счастливое и болезненное. – М., 1996.
46. *Шеффер Д.* Дети и подростки: Психология развития. – СПб.: Питер, 2003.
47. *Шнейдер Л.Б.* Семейная психология. – М.: Академический проект, Екатеринбург: Деловая книга, 2006.
48. *Целуйко В.М.* Психология современной семьи. – М.: Владос, 2006.
49. *Эйдемиллер Е.Г., Юстицкис В.* Психология и психотерапия семьи. – СПб.: Питер, 2000.
50. *Эриксон Э.* Идентичность: юность и кризис. – М.: Прогресс, 1996.

# СЛОВНИК

## Аа

**Абстрактне мислення** – один із найскладніших, специфічно людських видів мислення, що передбачає розуміння та використання понять, термінів та інших абстрактних категорій.

**Автоєвтаназія** – дії приреченої людини, спрямовані на прискорення власної смерті.

**Агресивність** – емоційний стан або особистісна риса людини, що характеризується грубістю, нестриманістю, прагненням немотивовано заподіяти шкоду іншим людям.

**Агресія** – дії чи наміри людини заподіяти навмисну шкоду іншим чи собі, прояви ворожості, нападу тощо.

**Адаптація** – в широкому розумінні – пристосування до подразників, зовнішніх умов існування. Найчастіше проявляється в людини як *сенсорна* – зміна чутливості як реакція пристосування аналізатора на подразник, і *соціальна* – процес та результат активного пристосування людини до нових умов соціального середовища.

**Адаптація** (як *механізм соціалізації*) – пристосування дитини до вимог дорослого, ототожнення з ним та наслідування його поведінки.

**Адекватність** – філософське поняття, що вживається в психології як відповідність суб'єктивних образів психіки людини об'єктивній дійсності (наприклад, сприймання, уяви, самооцінки). Також вживається у виявленні співвідношення рівня психічного розвитку певного індивіда віковим нормам.

**Акме** (в психології) – вершина розвитку особистості, досягнення найвищої точки її розквіту.

**Акселерація** – явище прискорених темпів фізичного розвитку та фізіологічного дозрівання дітей та підлітків, що вивчається з ХХ століття.

**Активність** (як *фактор психічного розвитку*) – умова і результат психічного розвитку індивіда, що виявляється в його діяльності.

**Активність особистісна** – здатність особистості до виконання певного виду діяльності та цілеспрямованого перетворення нею навколишнього середовища і самої себе.

**Акцентуація рис характеру** – надмірне посилення окремих рис характеру людини, крайній варіант норми, що може викликати особистісні проблеми.

**Амнезія дитинства** – феномен психіки людини, що виявляється в забуванні подій перших 3-4 років життя.

**Анальна стадія** (за Фройдом) – друга стадія психосексуального розвитку, впродовж якої чутлива насолода дитини пов'язана з процесами дефекації.

**Амбівалентність емоційна** – суперечливе переживання людиною двох протилежних емоцій чи почуттів одночасно до одного об'єкту (любові і ненависті, радості і суму), **поведінкова** – прагнення до одночасних дій в двох протилежних взаємовиключних напрямках.

**Андрогінність** – поєднання в психіці людини водночас жіночих та чоловічих властивостей. Андрогінна особистість вбирає в себе кращі статеворольові ознаки, тому має високі показники психологічної гнучкості та адаптивності.

**Анкетування** – метод психологічного чи соціального дослідження, що здійснюється на основі письмового опитування значної кількості людей за певним підбором запитань – анкетною.

**Аутосоціальність** – перша стадія соціального розвитку, в якій дитина задовольняється грою наодинці.

**Афект неадекватності** – негативний емоційний стан, переживання суб'єктом уявної несправедливості і неадекватної образи в ситуації невдачі при запереченні власної провини та відповідальності.

## ББ

**Базова довіра** (за Е.Еріксоном) – позитивне емоційне ставлення дитини до оточуючого соціального світу, що формується при наявності психологічної атмосфери любові, тепла і підтримки зі сторони дорослих.

**Бесіда** (як діагностичний психологічний метод) – метод отримання інформації на основі усного спілкування із досліджуваним за гнучким планом.

**Білінгвізм дитячий** – одночасне оволодіння дитиною двома мовами.

**Біографічний метод** – метод психології, що базується на з'ясуванні впливу життєвих подій на психологічні якості особистості.

**Біологічний фактор психічного розвитку** – базові індивідні властивості людини, що виступають основою, вихідним чинником становлення особистості.

**Близькість** (за Е.Еріксоном) – тип тісних позитивних емоційних стосунків особистості з іншою людиною, що приносить взаємне задоволення, сприяє формуванню ідентичності та збереженню індивідуальності.

**Бондінг** – підтримуючий емоційно-тілесний контакт батьків з новонародженим, спрямований на подолання почуття самотності і незахищеності малюка внаслідок різкої зміни середовища його існування.

## Вв

**Важковиховуваність** – явище несприймання чи опору дитини виховному впливу дорослих, що має стійкий характер і потребує спеціальних корекційних психолого-педагогічних заходів.

**Вербальний** – словесний, мовний.

**Вередливість дитяча** – один із проявів неслухняності, що виявляється у швидкій та недоречній зміні бажань дитини.

**Вибір професії** – свідоме формування людиною власних професійних інтересів для оптимальної самореалізації в трудовій діяльності.

**Вік** – 1) тривалість життя живої істоти;

2) конкретний період цього життя.

**Вік психологічний** – конкретний, обмежений в часі етап психічного розвитку індивіда, що характеризується сукупністю закономірних типових психологічних змін та якостей.

**Віковий годинник** – внутрішній часовий графік життя особистості, за яким вона визначає відповідність своїх життєвих подій ключовим соціальним подіям періоду дорослості.

**Вікова психологія** – галузь психологічної науки, що вивчає закономірності розвитку та функціонування психіки людини на всіх етапах її онтогенезу. Внутрішні етичні інстанції (як новоутворення дошкільного віку) – засвоєні дошкільником моральні норми, які регулюють його поведінку у відповідності до соціальних вимог і діють у дитини й при відсутності контролю дорослих.

**Внутрішній план дій** (як новоутворення пізнавальної сфери молодшого школяра) – спроможність дитини здійснювати попереднє, мислене планування подальших дій.

**Внутрішня позиція школяра** (як новоутворення психіки дитини молодшого шкільного віку) – сформоване загальне позитивне ставлення дитини шестирічного віку до шкільного навчання, її готовність до виконання вимог вчителя, визнання його авторитету.

## ГГ

**Гендер** – соціальна характеристика людини, що виявляється в певній стереотипній поведінці, яка відповідає маскулініним (чоловічим) чи фемінініним (жіночим) ознакам.

**Гендерна роль** – існуюча в даній культурі модель статевої поведінки, яку засвоює індивід в процесі соціалізації.

**Гендерна соціалізація** — засвоєння та відтворення індивідом притаманних певному соціальному довікілью статовідповідних нормативів поведінки.

**Генеративність** (за Еріксоном) – прагнення дорослої людини психологічно увічнити себе шляхом здійснення довготривалого і значимого внеску в оточуючий світ.

**Генітальна стадія** (за З.Фройдом) – стадія психосексуального розвитку індивіда, впродовж якої формуються та виявляються зрілі гетеросексуальні стосунки.

**Гермінальна фаза розвитку людини** – перший відрізок пренатального (внутрішньоутробного) розвитку, що починається від зачаття і триває до кінця 2-го тижня вагітності, характеризується утворенням зиготи, її дробінням, просуванням до матки і вживлянням (імплантацією) в маткове середовище.

**Геронтогенез** – заключний період життя людини, що починається після 60-ти років.

**Геронтопсихологія** – галузь вікової психології, що вивчає психологічні особливості людей похилого віку.

**Гетеросоціальність** – завершальна стадія соціального розвитку, в якій людина прагне створити та підтримувати зв'язки з представниками обох статей.

**Гомосоціальність** – друга стадія соціального розвитку, в якій дитина надає перевагу спілкуванню з представниками своєї статі.

**Гордість за досягнення** (як психічне новоутворення особистісної сфери дітей раннього віку) – переживання дитиною позитивних емоцій радості, гордості внаслідок успішно виконаних дій.

**Гра** (як провідна діяльність дошкільнят) – діяльність, в якій діти імітують ролі дорослих, відтворюючи в уявних ситуаціях їх життя, працю та стосунки.

**Група референтна** – реальна чи уявна суспільна формація, на норми, цінності якої орієнтується певний індивід, та в якій він може найкраще виразитись як особистість.

**Гуління** – стадія розвитку мовлення немовляти, що виявляється у несвідомій грі базовими фонемами (типу «гу», «агу»). Завданням цієї стадії є розробка мовленнєвого апарату дитини.

## Дд

**Деадаптація шкільна** – різновид соціальної деадаптації, що виявляється у ускладненому або малоефективному пристосуванні дитини до нових суспільних обставин в умовах шкільного навчання.

**Депресія** – тривалий негативний емоційний стан людини, емоційний розлад, що супроводжується почуттям пригніченості, тотальної апатії, зниження активності у всіх сферах психічного та фізичного життя людини. Депресія виникає внаслідок фізичних, психічних захворювань або як реакція на складні життєві обставини.

**Девіантна поведінка** – поведінка, що відхиляється від правових та моральних суспільних норм. Девіантна поведінка є однією із ознак важковихованості дитини.

**Делінквентна поведінка** – різновид девіантної, поведінка протиправного, злочинного характеру.

**Децентрація мислення** (як новоутворення пізнавальної сфери дошкільників) – здатність дитини до врахування думок чи позицій інших людей при вирішенні мислених завдань.

**Децентрація емоційна** – спроможність особистості відволікатись від власних емоційних переживань і сприйняти емоційний стан іншої людини.

**Дивергентне мислення** – різновид мислення, який передбачає наявність багатьох однаково правильних і рівноправних відповідей на одне і теж питання.



**Дискретність психічного розвитку** – ознака розвитку психіки, що виявляється в його умовному розподілі на певні відрізки – періоди, епохи та фази.

**Дисморфоманія підлітка** – надмірна зацикленість підлітків на своїй зовнішності, невдоволеність, пошуки, вигадування її вад чи недоліків. Підліткова дисморфоманія виникає внаслідок тиску соціальних стереотипів та неадекватної самооцінки.

**Дисморфофобія підлітка** – категоричне несприймання підлітками своєї зовнішності, патологічна зацикленість на її вадах чи недоліках (здебільшого уявних, надуманих).

**Дистрес** – негативний емоційний стан людини, що викликається надто довготривалим чи надміру сильним психофізіологічним напруженням і пригнічує всю життєдіяльність людини. Дистрес може виникати внаслідок попереднього переживання стресу.

**Дитинство** – епоха початкового фізичного, психічного розвитку і фізіологічного дозрівання, протягом якої відбувається підготовка індивіда до дорослого життя. Середня тривалість дитинства – від зародження до 10 років.

**Дифузна (невизначена) ідентичність** (за Марсія) – уникнення юнаком процесу особистісного самовизначення, що супроводжується тривожністю та невпевненістю в собі.

**Діяльність** – внутрішня (психічна) і зовнішня (фізична) активність людини, що спрямована на досягнення свідомо поставленої мети.

**Довготривала пам'ять** – один із видів пам'яті за тривалістю збереження інформації, що забезпечує утримання мозком знань, вмій та навичок, будь-якої інформації на тривалий період (місяці, роки, десятиріччя) і володіє величезним об'ємом.

**Довільність пізнавальної сфери** (як новоутворення пізнавальної сфери молодших школярів) – здатність дитини підпорядковувати роботу всіх пізнавальних процесів та уваги усвідомленій меті, використовуючи вольове зусилля для їх організації та роботи.

**Дозрівання** – лінія розвитку, що веде до стану зрілості.

**Доопераційна стадія** (за Ж.Піаже) – етап когнітивного розвитку дитини, що триває з 2 до 7 років і виявляється через розвиток мовлення та виконання простих розумових операцій.

**Дорослість** – епоха життя людини, що настає після юності й характеризується високим ступенем зрілості та самостійності

особистості в умовах її повноцінної реалізації в суспільстві (через професійну, громадську діяльність, створення сім'ї та виховання дітей тощо).

**Дорослості почуття** – базове новоутворення особистісної сфери підліткового віку, якому властиве суб'єктивне почуття готовності і можливості підлітка виконувати соціальні норми та обов'язки, характерні для дорослих.

**Дошкільний вік** – період онтогенезу, що триває від 3 до 6 років і умовно завершується вступом дитини до школи. Через потужну пізнавальну активність дітей цього віку має синонімічну назву – вік «чомочок».

## Ее

**Евтаназія** – дії медика чи іншого суб'єкта, спрямовані на прискорення смерті безнадійно хворої людини.

**Егалітарний шлюб** – тип шлюбу, в основу якого покладено принцип створення рівних умов для самореалізації кожного партнера, незалежно від його статі.

**Егоїзм** – негативна риса характеру людини, що виявляється як надмірна зосередженість на своєму «Я» при цілковитому ігноруванні інтересів інших людей.

**Егоцентризм** – специфічна орієнтація людини на саму себе, зосередженість на власних психічних проявах. Егоцентризм буває тимчасовим віковим, але в умовах неправильного формування особистості може переростати в егоїзм. За змістом егоцентризм проявляється в *пізнавальній сфері* людини (сприймання, мислення надміру суб'єктивного характеру), *моральній* (оцінка намірів та вчинків інших людей через проекцію власної особистості) та *комунікативній* (передача суб'єктом інформації іншим людям із накладанням власних поглядів).

**Егоцентричне мовлення** – особливість мовлення дітей раннього і дошкільного віку, промовляння вголос думок, що виглядає як розмова дитини із собою.

**Егоцентричне мислення** – розумова позиція людини, що характеризується її нездатністю прийняти точку зору іншого, відмінну від власної. За змістом егоцентричне мислення протилежне децентричному. Як віковий, цей вид мислення характерний для дітей раннього та дошкільного віку.

**Ейджизм** – негативне упереджене ставлення суспільства до людей похилого віку, їх знецінення, приниження та дискримінація.

**Екзистенційний вакуум** (за В. Франклом) – кризовий стан, спричинений втратою особистістю основного життєвого мотиву, а саме сенсу життя.

**Експеримент** (в психології) – один із основних методів наукового пізнання психіки, що передбачає вивчення певних психічних проявів в спеціально створених або контрольованих умовах із активною роллю дослідника. Екстраверсія – властивість особистості, що виявляється в більшій спрямованості психічної сфери людини (почуттів, інтересів) на зовнішній світ, ніж на себе. Екстраверсія протилежна *інтроверсії*.

**Ембріональна фаза розвитку людини** – другий відрізок пренатального (внутрішньоутробного) розвитку, що починається з 2 тижнів від зачаття і триває до кінця 2-го місяця, під час якого зародок за короткий термін відтворює основні етапи філогенезу і, формуючи спадкові ознаки, набуває специфічно людського вигляду.

**Емансипація** – процес та результат здобуття людиною особистісної незалежності. В психології в основному йдеться про *дитячу* емансипацію (психологічне відокремлення дитини від значимих дорослих) та *гендерну* (здобуття особистісної незалежності жінок від чоловіків чи навпаки).

**Емпатія** – розуміння та прийняття станів, почуттів та ставлень іншої людини, виявляється як співпереживання, співчуття.

**Епоха онтогенезу людини** – відносно обмежена одиниця вікової періодизації психічного розвитку людини, що характеризується перебудовою всіх систем організму, в тому числі і психіки. В віковій психології визначають такі епохи життя людини – дитинство, дорослішання та дорослість.

## ЖЖ

**Життєвий план** – сукупність близьких та віддалених у часі цілей людини, а також програмування способів їх досягнення. Вперше життєвий план формується в юнацькому віці.

**Життєвий шлях** – індивідуальна історія становлення і розвитку особистості в певному суспільстві.

## Зз

**Задатки** – вроджені анатомо-фізіологічні особливості мозку, нервової системи в цілому, що складають природну основу для розвитку певних психічних структур (здібностей, темпераменту, характеру тощо).

**Затримка психічного розвитку** – відставання дитини від загальноприйнятого темпу вікового психічного розвитку, яке спричинюється травмами чи хворобами головного мозку або психоемоційними розладами. В умовах спеціального організованого суспільного корекційного впливу затримка психічного розвитку може усуватись.

**Знання** – результат пізнавальної діяльності людини, сукупність достовірної засвоєної людиною інформації про оточуючий світ чи самого себе.

**«Зняття з п'єдесталу» ефект** – зменшення авторитетності батьків для підлітка, спричинене його критичним, оцінним ставленням до особистісних якостей та поведінки батьків.

**Зона найближчого розвитку** – категорія вікової та педагогічної психології, вперше запропонована Л.С. Виготським, що розуміється як потенційні можливості дитини, її здатність виконувати певні дії спочатку при допомозі дорослих, а згодом – самостійно.

**Зрілість особистісна** – сукупність розвинених фізіологічних, розумових, вольових, моральних та соціальних якостей людини, що дозволяє їй успішно адаптуватись та реалізуватись в навколишньому середовищі.

**Зрілість пенсійна** – новоутворення психіки людини похилого віку, що виявляється в позитивному сприйманні перспективи виходу на пенсію, готовності до завершення професійного циклу

**Зрілість психологічна** – системна якість особистості, що відображає досягнення стану її повної функціональності, адаптивності та відповідальності.

**Зростання** – лінія розвитку, що виявляється у поступовому прогресивному збільшенні.

## Іі

**Ігрова діяльність** – різновид онтогенетичних діяльностей, в якому значимим є сам процес виконання ігрових дій, а не кінцевий результат, та який має на меті засвоєння суспільного досвіду окремим індивідом. В дорослому віці набуває форм інтелектуальної, ділової чи спортивної гри.

**Ідентифікація** (в психології) – 1) механізм соціалізації, що діє на основі уподібнення дитини значимому дорослому; 2) механізм психологічного захисту, який працює як привласнення, перенесення людиною значимих якостей іншої особистості на свою психічну сферу.

**Ідентичність** (психосоціальна тотожність) – баланс, узгодженість між внутрішніми психічними якостями особистості та її соціальними ролями, діяльністю й поведінкою.

**Імітація дитяча** – здатність дитини копіювати рухи, жести, міміку голос іншої особи. Імітація здебільшого виявляється в ігровій діяльності та спілкуванні дитини.

**Імпульсивність дитяча** – особливість дитячої поведінки дитини, що виявляється в її слабкому контролі та вольовій регуляції, вчинки зумовлюються переважно безпосередніми бажаннями та примхами. Інволюція особистісна – процес «зворотного» розвитку окремих якостей особистості, їх спрощення та згортання.

**Індивід (індивідуум)** – людина як окремий представник біологічного виду *Homo sapiens*, носій вродженої бази для формування особистості.

**Індивідуалізація** (як механізм соціалізації) – свідомі пошуки та вияви своїх неповторних специфічних особистісних якостей.

**Індивідуальність** – сукупність своєрідних неповторних рис та особливостей людини, що відрізняє її від інших осіб. Індивідуальність проявляється на *індивідному* рівні – фізичні та фізіологічні ознаки (зовнішність, зріст) і *особистісному* – психологічні якості (інтелект, характер, здібності тощо).

**Індивідуальні особливості психічного розвитку** (в контексті вікової та педагогічної психології) – варіації вияву вікових норм психічного розвитку стосовно конкретної людини.

**Індивідуальний стиль діяльності** – вироблена і закріплена своєрідність здійснення особистістю певної діяльності. Індивіду-

альний стиль діяльності формується під впливом таких факторів, як властивості нервової системи людини, умови її навчання та виховання, особливості початку діяльності та адаптація до неї.

**Індивідуальний стиль інтелектуальної діяльності** – новоутворення пізнавальної сфери юнацького віку, що виявляється як стійка своєрідна система набуття, накопичення, переробки та використання особистістю інформації.

**Інтеграція особистісна** – 1) поєднання цілей, переконань, життєвих прагнень людини в струнку логічну систему; досягнення інтеграції є показником особистісної зрілості, 2) механізм соціалізації, що діє як прагнення до максимально повного вираження особистісних рис людини у її взаємодії з іншими особами.

**Інтелект** – відносно стійка структура розумових здібностей та надбань людини. До складу інтелекту відносять перцептивні, мнемічні, мислені, імажинативні якості людини, особливості її уваги тощо; таким чином, інтелект виступає як інтегроване поняття.

**Інтеріоризація** – процес та результат переходу зовнішніх вимог, знань у внутрішні психічні досягнення індивіда.

**Інтроверсія** – властивість особистості, що характеризується переважною спрямованістю психіки людини на свій внутрішній світ. Інтроверсія є протилежною *екстраверсії*.

**Інтерв'ю** – метод психології, що виявляється в отриманні інформації про певні психологічні особливості людини шляхом її усного опитування за заздалегідь підготовленим планом.

**Інтимність** (за Р.Стернбергом) – компонент кохання, що виявляється у психологічній привабливості іншої людини як особистості.

**Інтроекція** – історичний синонім психологічного методу самоспостереження.

**Інфантилізм** – збереження в психіці та поведінці людини якостей, що характерні для більш ранніх періодів її розвитку, «надмірна дитячість». Інфантилізм зазвичай виявляється у несаможиттєвості рішень та дій, надмірному почутті незахищеності, залежності, зниженій критичності до себе, неадекватному егоцентризмі.

**Іпохондрія** – надмірна зацикленість людини на стані свого здоров'я, стурбованість через уявні хвороби або перебільшення реальних проблем фізичного стану людини. Іпохондрія більш характерна для людей похилого віку.

## Кк

**Кар'єра** – рух і становище людини як суб'єкта праці в системі громадських, економічних і ділових відносин, зумовлені її особистісними можливостями, ресурсами та соціально-економічною ситуацією.

**Когнітивний** – синонім до поняття «пізнавальний»; той, що пов'язаний із знаннями.

**Комплекс неповноцінності** – система негативних ставлень індивіда до себе, переконаність у відсутності або низькому рівні розвитку значимих якостей. Комплекс неповноцінності, як правило, супроводжується заниженою самооцінкою.

**Комплекс пожвавлення** – новоутворення психіки кінця фази новонародженості, що виявляється як позитивна емоційно-рухова реакція впізнавання та радості дитини про появі значимого дорослого.

**Комплексний метод** – організаційний метод вікової психології, специфікою якого є поєднання регулярного системного вивчення досліджуваних різних вікових груп впродовж певних проміжків часу.

**Комунікація** – функція людського спілкування, що характеризується обміном інформацією між учасниками цього спілкування.

**Конвергентне мислення** – вид мислення, в основу якого покладена спроможність до вироблення єдино правильної точки зору. Конвергентне мислення є протилежним *дивергентному*, іноді вживається як синонім ригідного мислення.

**Конкретних операцій стадія** (за Ж.Піаже) – період когнітивного розвитку дитини, що характеризується початком використання в мисленні логіку, аналіз, оцінку, також появою та розвитком здатності класифікувати предмети, формуванням уявлення про збереження кількості речовини.

**Конфлікт** – неспівпадання, суперечливість несумісних виявів свідомості однієї людини (внутрішній конфлікт особистості) чи інтересів, прагнень кількох людей чи груп (міжособистісний або міжгруповий конфлікт).

**Конформність** – властивість особистості змінювати, пристосовувати свої погляди, поведінку у відповідність до вимог навколишнього соціального середовища. Конформність як си-

туативний прояв є природнім явищем, а як особистісна ознака зумовлює пасивну життєву позицію індивіда.

**Криза психологічна** – явище загострення внутрішніх суперечностей психіки, що супроводжується різкою і кардинальною перебудовою самосвідомості індивіда та його взаємин з навколишніми людьми, відмиранням старих психологічних структур та появою нових.

**Криза нормативна (вікова)** – криза психічного розвитку людини, що має більш-менш планований, передбачуваний характер з типовими причинами та симптомами. Розрізняють наступні вікові кризи: новонародженості, 1-го року, 3-ох років, 6 (7) років, 13 років, 17 років. У дорослості найбільш типовою є криза середини життя.

**Криза ненормативна** – криза, спричинена складними, несприятливими життєвими обставинами. Ненормативні кризи мають не планований і автономний щодо вікових криз характер.

**Критицизм підлітковий** – схильність підлітків скептично ставитись до пояснень дорослих, сумніватись у правильності їх доказів та шукати свої контраргументи.

**Кристалізований інтелект** – здатність до оперативної переробки людиною інформації та її гнучкого використання в нових умовах.

## Лл

**Лабільність** – рухливість, здатність до швидких змін.

**Латентна стадія** (за З.Фройдом) – стадія психосексуального розвитку, що характеризується пригніченням сексуальної енергії, яка спрямовується на навчання і рухливі ігри.

**Лепетання** – 1) незв'язне, нерозбірливе мовлення немовляти, 2) стадія розвитку мовлення немовляти, що виявляється у невідомому вимовлянні окремих складів і призначена для тренування мовленнєвого апарату дитини.

**Локус контролю** – якість людини, що характеризує її схильність приписувати відповідальність за результати своєї діяльності зовнішнім факторам (обставинам, оточуючим людям тощо) чи внутрішнім (власним зусиллям, здібностям і т.п.). Відповідно, локус контролю буває *екстернальним* (зовнішнім) чи *інтернальним* (внутрішнім).



**Лонгітюдний метод** – організаційний метод вікової психології, спрямований на дослідження психологічних особливостей одних і тих же досліджуваних впродовж тривалого часу (місяці, роки, десятки років). Синонімічна назва методу – поздовжній зріз.

**Любов** – вище людське почуття, що виявляється в стійкій свідомій прихильності особистості до когось чи чогось, спричиненій визнанням достоїнств цього об'єкту.

## Мм

**Макросередовище** (*як компонент соціального середовища*) – країна з її політичними, економічними, етнічними особливостями, регіон, місто чи село, в якому проживає індивід.

**Максималізм юнацький** – надмірні вимоги молодих людей до моралі і поведінки себе та інших, категоричне ставлення до дійсності. З набуттям життєвого досвіду юнацькі вияви максималізму згладжуються.

**Маскулінність** – набір рис людини, які суспільство традиційно вважає чоловічими.

**Метод вікової психології** – це спосіб наукового вивчення змісту та механізмів психічного розвитку людини.

**Метод психології** – спосіб наукового вивчення розвитку та функціонування психіки.

**Мікросередовище** (*як компонент соціального середовища*) – безпосереднє суспільне оточення індивіда, його сім'я, друзі, знайомі та побутові умови проживання.

**Мнемічна діяльність** – робота пам'яті як пізнавального процесу.

**Мнемотехніка** – сукупність прийомів покращення роботи пам'яті.

**Молодший шкільний вік** – період розвитку дитини, що триває від 6 до 10 років життя і відповідає початковій стадії навчання в школі.

**Мотивація** – система мотивів, що визначає конкретні форми діяльності або поведінки людини.

**Мрія** – особлива форма уяви людини, створення образу бажаного майбутнього. Мрія завжди емоційно позитивно зафарбована, але для її досягнення потрібні час та зусилля.

**Моторика** – рухи, що здійснюються скелетно-мускульною системою людини.

**Мудрість** – експертна система знань людини, що є зорієнтованою на практичну сторону життя та забезпечує вироблення зважених суджень і прийняття поміркованих рішень.

## НН

**Навіювання** – процес впливу на емоційну сферу психіки людини, що пов'язаний з її зниженою критичністю сприймання інформації.

**Навчання** – цілеспрямована взаємодія вчителя та учня, спрямована на формування та зростання компетентності учня.

**Навчальна діяльність** – провідна діяльність молодших школярів, що виявляється в цілеспрямованому засвоєнні ними суспільного досвіду, і, відповідно, формуванні соціальної компетентності.

**Наочно-дійове мислення** – різновид мислення за ознакою розвитку в онтогенезі людини, що відбувається на основі здійснення рухових операцій (дій) з реальними предметами. Як провідний вид мислення, наочно-дійове характерне для раннього віку.

**Наочно-образне мислення** – вид мислення за ознакою розвитку в онтогенезі людини, при якому відбувається оперування образами конкретних предметів чи явищ дійсності.

**Наслідкування** – форма поведінки людини, яка виявляється у копіюванні, відтворенні дій, поглядів чи виявів характеру інших осіб.

**Настанова** – стан готовності людини до певної психічної активності, як-от думок, емоцій, ставлень чи вчинків, дій.

**Научіння** – набуття людиною чи твариною певного психофізичного досвіду та здатність його ефективно використовувати.

**Невроз** – одна із основних форм нейропсихічних розладів, що спричинюється порушенням особливо значимих життєвих стосунків людини і супроводжується перевантаженням нервової діяльності людини. Невроз критично сприймається хворими і не виводить з ладу інтелект, що відрізняє його від психозу.

**Негативізм дитячий** – нелогічна протидія дитини впливу дорослих, що виявляється в безпосередньому опорі, демонстративній відмові виконувати їх вимоги (*пасивна форма негативізму*)

чи виконані дій, протилежних до вимог вихователів (*активна форма* негативізму). Негативізм дитини може бути ознакою вікової кризи психічного розвитку або наслідком педагогічних прорахунків дорослих у вихованні.

**Немовляти період** – віковий етап розвитку дитини, що починається по завершенню фази новонародженості (близько 4-6 тижнів) та триває до одного року і супроводжується формуванням істотних надбань як фізичного, так і психічного розвитку. Передумовою виникнення психічних новоутворень періоду немовляти є забезпечення провідної діяльності даного віку – безпосереднього емоційного спілкування з дорослими.

**Нерівномірність психічного розвитку** – особливість розвитку психіки людини, що виявляється в фазах чергування прискореного розвитку певних психічних функцій та уповільненого розвитку інших в конкретному віковому періоді.

**Несвідоме** – рівень вияву психіки людини, який знаходиться поза контролем свідомості; зміст несвідомого має вплив на всю психіку і життєдіяльність індивіда, але механізми цього впливу наукою остаточно не з'ясовані. Вагома роль несвідомому надана в психоаналітичній концепції З.Фрейда.

**Новоутворення психічні** – прогресивні надбання психіки, що є узагальненим результатом психічного розвитку індивіда в певному віковому періоді, один із критеріїв адекватності психічного розвитку людини.

**Новонародженості фаза** – початковий відрізок постнатального життя дитини, що триває близько 1-1,5 місяця після її народження і характеризується тісним взаємозв'язком фізичного та психічного розвитку. Норма психічна – відносний стандартний показник, що визначає прийнятність та адекватність розвитку і вияву психіки людини.

## Оо

**Образ «Я»** – узагальнене суб'єктивне уявлення людини про свої якості.

**Онтогенез** – індивідуальний розвиток живого організму від зародження до смерті.

**Опанувальна поведінка** – тип конструктивного реагування особистості на стресову ситуацію, що передбачає усвідом-

лення та позитивне розв'язання життєвих суперечностей і труднощів.

**Оральна стадія** (за З.Фройдом) – перша стадія психосексуального розвитку, якій притаманне отримання немовлям сексуального задоволення через процеси годування – смоктання, а згодом кусання та жування.

**Особистість** – одна із центральних психологічних категорій, якість індивіда як свідомої, залученої до повноцінних суспільних взаємин особи. Особистість є набутою якістю індивіда, вона формується за рахунок взаємодії біологічного, соціального факторів та активності самої людини.

**Очікування соціальні** – система вимог, норм поведінки окремого індивіда при виконанні певної соціальної ролі. Очікування соціальні санкціонують та впорядковують систему стосунків та взаємин в суспільстві, хоча мають неформальний характер.

## Пп

**Педагогічна психологія** – галузь психологічної науки, що зосереджена на вивченні психологічних особливостей навчання, виховання та педагогічної діяльності і особистості вчителя.

**Переддошкільний період** – див. ранній період.

**Перцептивна діяльність** – сукупна дія процесів відчуття та сприймання.

**Підкріплення** (в біхевіоризмі) – вплив на дитину соціуму, що підсилює вірогідність повторення попередньої поведінкової реакції.

**Підлітковий період** – перехідний від дитинства до дорослості вік, що триває від 10 (11) до 15 років і охоплює навчання дитини в основній школі.

**Підліткова реакція групування** – потреба підлітка до приналежності до групи, що виражається через його прагнення перебувати в середовищі ровесників та взаємодіяти з ними.

**Підліткова реакція емансипації** – прагнення підлітків звільнитись від опіки, контролю дорослих і здобути автономність від старшого покоління.

**Підліткова реакція опозиції** – протиставлення цінностей та норм підлітка вимогам дорослих.

**Підліткова шкільна дезадаптація** – уповільнене, ускладнене пристосування підлітка до умов навчання в основній школі (5-9 класи).

**Підсвідомість** – структурний компонент психіки людини, вияв несвідомого, який містить інформацію-спогади, що в даний момент знаходиться за межами свідомості, але легко може бути туди переведена.

**Поведінка** – сукупність дій тварини або вчинків людини, зовнішній вияв психічної діяльності. У тварин поведінка має переважно інстинктивний характер, у людини є, як правило, показником усвідомлених дій.

**Покликання** – усвідомлення людиною свого життєвого призначення і спрямування, що надає осмисленості, доцільності її діяльності. Покликання виступає одним із факторів вибору професії.

**Порівняльний метод** – метод вікової психології, що використовується для виявлення динаміки певної психічної функції через її одночасне дослідження у представників різних вікових періодів – дітей, підлітків, юнаків чи дорослих. Синонімічною назвою методу є *поперечний зріз*.

**Постнатальна стадія** – розвиток людини після її народження і до смерті.

**Потреба у самостверженні підліткова** – спрямованість підлітка на пошуки, виявлення та реалізацію своєї індивідуальності, унікальності в системі соціальних зв'язків.

**Початкова шкільна дезадаптація** – уповільнене й ускладнене пристосування першокласника до умов шкільного навчання, спричинене здебільшого низьким рівнем шкільної зрілості дитини.

**Праксометричний метод** (*метод аналізу процесу та продуктів діяльності*) – метод психології, змістом якого є виявлення психологічних особливостей людини шляхом розгляду та аналізу її творів, листів, малюнків, технічних виробів і інших результатів діяльності.

**Предметно-маніпулятивна діяльність** – провідна для раннього віку діяльність, що виявляється як система дослідницьких дій, маніпуляцій дитини з предметами, спрямована на вивчення їх функціонального призначення.

**Пренатальна стадія** – розвиток дитини в утробі матері від зачаття до народження. Пренатальна стадія людини в нормі триває близько 265-280 днів і поділяється на *гермінальну, ембріональну та фетальну* фази.

**Природжені ознаки** – нейропсихічні ознаки, що формуються під час пренатального розвитку дитини та впродовж її народження.

**Природжені передумови психічного розвитку людини** – особливості пренатального (дородового) розвитку дитини та наслідки процесу її народження, що разом із спадковістю складають біологічну основу психічного розвитку.

**Провідна діяльність** – це діяльність, яка, виникаючи в рамках нової соціальної ситуації розвитку індивіда, забезпечує розв'язання психічних суперечностей і формування психічних новоутворень. Кожному віковому періоду притаманна єдина неповторна провідна діяльність.

**Професійна адаптація** – пристосування фахівця до умов професійної діяльності на початку її розгортання.

**Професійна самооцінка** – оцінка суб'єктом праці самого себе як фахівця, своїх професійних можливостей, якостей, досягнень і місця в професійному середовищі.

**Професійна самосвідомість** – комплекс уявлень людини про себе як професіонала, цілісний образ себе як фахівця, система ставлень до себе як професіонала.

**Професійне «вигорання»** – стійкий стан фізичного, емоційного та розумового виснаження суб'єкта праці, що супроводжується цинізмом та знеціненням професійних досягнень.

**Професійне «плато»** – зупинка у побудові кар'єри особистістю, стабільний період професійної діяльності зі збереженням досягнутих надбань.

**Професійний цикл** – процес розгортання трудової кар'єри людини, що включає в себе здобуття професійної кваліфікації, працевлаштування, власне трудову діяльність і побудову кар'єри та закінчується виходом на пенсію.

**Професіоналізація** – процес оволодіння людиною певною професією, перехід в ряди професіоналів.

**Професіонал** – людина, яка успішно адаптувалась до професії та оволоділа психологічними засобами праці.

**Професіоналізм** – системна якість особистості, що виявляється як високий рівень оволодіння професійною діяльністю, внесення індивідуальних здобутків у професію, стимуляція в суспільстві інтересу до своєї праці.

**Професійні деструкції** – поступово накопичувані стійкі негативні зміни особистості суб'єкта праці та змісту і структури його діяльності.

**Психічний розвиток** – процес закономірної онтогенетичної зміни психіки, що виявляється в накопиченні її кількісних та якісних структурних перетворень.

**Психологічна готовність дитини до шкільного навчання** – інтегральна характеристика рівня психічного розвитку дошкільника, що зумовлює можливість його успішного пристосування до умов шкільного навчання.

**Психосоматизація** – перехід психологічних проблем на рівень організму, виникнення тілесних захворювань психогенного походження.

**Пубертатний період** – вік, впродовж якого відбувається статеве дозрівання, хронологічно зазвичай відповідає підлітковому періоду.

**Пубертатний «стрибок»** – явище прискорених темпів статевого дозрівання, що розгортається в підлітковому віці.

## Рр

**Ранній (переддошкільний) період** – етап онтогенетичного розвитку людини, частина епохи дитинства, що триває від 1-го до 3-ох років.

**Ретардація** – явище уповільнених темпів фізичного та фізіологічного розвитку дитини, підлітка чи юнака, відставання від середньостатистичної норми.

**Референтна група** – група значимих, авторитетних для особистості людей, у спілкуванні з якими можливе її максимальне саморозкриття.

**Рефлексія** – 1) самоаналіз, самопізнання людиною внутрішніх психічних актів та станів; 2) (як новоутворення психіки молодшого школяра) – здатність дитини до самоаналізу розумової діяльності та поведінки.

**Ригідність** – негнучкість, жорсткість мислення чи поведінки людини за необхідності адаптуватись до змін.

**Рівень актуального розвитку** – наявні у дитини можливості виконувати вимоги дорослих самостійно. Термін, введений Л.С. Виготським, і поряд із поняттям зони найближчого розвитку використовується для визначення оптимальної організації навчання дітей певного віку.

**Розвиток** – процес накопичення кількісних та якісних прогресивних змін, рух вперед від простого до складного, від нижчого до вищого. Розвиток – загальнонаукова категорія, вікова психологія спеціалізується на вивченні психічного розвитку.

**Роль соціальна** – суспільна функція особистості, відповідний прийнятим нормам спосіб поведінки людини в залежності від її статусу чи становища в системі міжособистісних стосунків.

## Сс

**Самоактуалізація** – 1) прагнення людини до найбільш повного прогресивного виявлення і розвитку своїх особистісних можливостей, потенціалу психіки та організму; 2) результат цього процесу.

**Самовизначення юнаків** – центральне особистісне новоутворення юнацького періоду, результат формування життєвого плану особистості, що виявляється у виборі професії, умов подальшого життя тощо.

**Самоконтроль** (*як новоутворення молодшого шкільного віку*) – спроможність до свідомого управління та регуляції дитиною власної психічної та поведінкової активності.

**Самопрезентація** – дії людини, спрямовані на пред'явлення власних якостей у суспільстві, самоподача.

**Самореалізація** – конструктивне виявлення та втілення людиною свого особистісного потенціалу, його розвиток та збагачення.

**Сенс життя** – центральний життєвий мотив людини, що відображає призначення її життя, самореалізацію.

**Сенситивний період** – чутливий, оптимально сприятливий до розвитку певних психічних функцій відрізок становлення особистості.

**Сенсомоторна стадія** (*за Ж.Піаже*) – перший етап когнітивного розвитку, що триває до двох років і характеризується пізнанням дитиною дійсності за допомогою елементарних дій з конкретними предметами.



**Сиблінги** – брати та сестри, що мають спільних кровних батьків.

**«Скидання масок» ефект** – більш глибоке пізнання молодятами один одного в звичних родинних умовах, що супроводжується побудовою реалістичного образу шлюбного партнера.

**«Скляної стелі» ефект** – невидимі і формально не позначені бар'єри, що перешкоджають кар'єрному зростанню жінок. Цей ефект породжується гендерними стереотипами, пануючими у суспільстві.

**Соліпсизм немовляти** – період абсолютного егоцентризму дитини першого року життя.

**Сором** – почуття, що відноситься до групи моральних і виникає в результаті усвідомлення людиною невідповідності своїх дій та вчинків тим нормам, яких вона дотримується в своєму житті. Сором розвивається у дітей під впливом критичних зауважень оточуючих людей.

**Соціалізація** – процес засвоєння соціального досвіду індивідом, що забезпечує його інтеграцію в суспільстві.

**Соціальна ситуація розвитку** – особливе поєднання внутрішніх процесів і зовнішніх умов психічного розвитку індивіда, типове для представників кожного вікового періоду.

**Соціальний статус** – становище людини в суспільстві, визначена соціальна роль.

**Соціальний фактор психічного розвитку** – сукупність зовнішніх суспільних і психологічних умов, з якими зіштовхується і взаємодіє індивід в ході становлення своєї особистості.

**Соціальні стереотипи** – розповсюджені в суспільстві судження, що мають узагальнений характер.

**Спадковість** – здатність живих організмів відтворювати родовий розвиток. В психології спадковість розглядається як компонент біологічного фактору психічного розвитку індивіда.

**Спадковість соціальна** (у тлумаченні Г.С. Костюка) – сукупність культурних досягнень людства, накопичених в процесі його історичного й суспільного розвитку.

**Спостереження** (у психології) – метод цілеспрямованого сприймання зовнішніх виявів поведінки людини у звичних для неї умовах без активного втручання дослідника.

**Спрямованість особистості** – сукупність потреб, інтересів, прагнень, життєвих цінностей та орієнтацій особистості, що визначає мотивацію її діяльності.

**«Спустілого гнізда» ефект** – переживання людиною своєї занедбаності та ізольованості через залишення її батьківського дому дорослими дітьми.

**Стагнація особистісна** – застій в особистісному розвитку людини, спричинений її зацикленістю на минулому та несприйманням подальших змін ідентичності.

**Старість** – заключний період життя людини, що завершує дорослість і характеризується деяким зниженням життєвої активності, послабленням психічних функцій та процесів.

**Статус психологічний** – становище, яке займає індивід або група серед інших представників соціуму, а також система прав та обов'язків, що визначається цим становищем. Статус може мати формальні вияви – показник належності людини до певної соціальної групи (школяр, студент) та неформальні – показник міжособистісних взаємин чи ставлень (статус лідера, ізольованого тощо).

**Стереотип** – консервативне загальноприйняте уявлення про щось чи когось. З однієї сторони стереотипи спрощують адаптацію людини в суспільстві, з іншої – пригнічують прояви індивідуальності особистості.

**Стрес** – стан психофізіологічного напруження, що виникає у людини в складних умовах повсякденного життя чи нестандартних ситуаціях. На відміну від дистресу стрес несе позитивне значення для людини, оскільки забезпечує мобілізацію для подолання життєвих проблем.

**Стресогенний фактор** – ситуація, подія, що спричинює стресову реакцію людини.

**Суперечності психіки** – неузгодженість, конфліктність між певними психічними проявами індивіда. Якщо ця неузгодженість розгортається між психікою індивіда та його оточенням, то виникає зовнішня суперечність, якщо між компонентами психіки самої людини – внутрішня.

**Супідрядність мотивів** (*як психічне новоутворення дошкільників*) – спроможність дошкільника підпорядковувати поведінку одному домінуючому мотиву над іншими, менш вагомими.

**Сюжетно-рольова гра** – форма ігрової діяльності, що передбачає наявність сюжету (відтворюваний зміст реальної дійсності) та відповідних ролей (імітація дитиною певної діяльності).

## Тт

**Текучий інтелект** – здатність інтелекту людини засвоювати нові знання.

**Теоретичне ставлення до знань** (як новоутворення пізнавальної сфери молодшого шкільного віку) – усвідомлення дитиною значимості знань, отриманих в початковій школі, для подальшого вивчення основ наук.

**Тератогени** – фактори пренатального розвитку дитини, що викликають відхилення у її фізичному та психічному розвитку. До найтиповіших тератогенів відноситься алкоголь, наркотичні речовини, медичні препарати.

**Термінальна фаза** – останній відрізок життя людини, передсмертний період. Тести – вид випробувальних методик, що оцінюють ступінь розвитку та вияву окремих психічних рис та властивостей людини. За змістом оцінюваних об'єктів тести умовно поділяються на інтелектуальні, особистісні та тести досягнень.

**Тестування** – метод психологічної діагностики, що використовує стандартизовані задачі або запитання, які мають визначену шкалу оцінювання. Правильне проведення та інтерпретація тестування вимагає участі кваліфікованого психолога.

**Тривожність** – схильність індивіда до переживання тривоги, що виникає внаслідок уявної чи реальної дії загрозливого фактора. Тривожність буває *ситуативною* (реакція на скороминучу небезпеку) та *патологічною* (постійне перебування у стані тривоги або надмірний її ступінь). Патологічна тривожність є показником дезадаптації людини в певних соціальних умовах.

**Трудова діяльність** – один із онтогенетичних видів діяльності людини; процес свідомого виконання індивідом конкретної праці. Для дорослих праця виступає провідною діяльністю.

## Уу

**Умова психічного розвитку** – сукупність біологічних та соціальних особливостей розвитку певного індивіда. Умови мають варіативний характер на відміну від загальних факторів психічного розвитку.

**Упертість дитяча** – один із проявів неслухняності, безпричинний невиправданий опір дитини вимогам дорослого. Упер-

тість може проявитись у дитини як реакція на незадоволені потреби.

**Учіння** – один із генетичних видів діяльності людини, що сприяє ефективній соціалізації і виявляється у цілеспрямованому засвоєнні людиною знань, формуванні вмінь та навичок.

## Фф

**Фаза психічного розвитку** – одиниця поділу онтогенезу, що характеризується змінами лише певної сфери психіки.

**Фактор психічного розвитку** – вихідна обов'язкова детермінанта психічного розвитку людини, що має загальний характер для всіх індивідів. Вікова психологія оперує трьома базовими факторами психічного розвитку індивіда – *біологічною основою, соціальним середовищем та активністю самої людини.*

**Фалічна стадія** (за З.Фройдом) – третя стадія психосексуального розвитку, в якій джерелом отримання насолоди та задоволення для дитини є її геніталії.

**Фемінність** (*жіночість*) – сукупність фізичних, психічних та поведінкових властивостей, які суспільство визначає як суто жіночі.

**Фетальна фаза розвитку людини** – останній етап пренатального (утробного) розвитку дитини, що починається з третього місяця вагітності і триває до народження. Впродовж фетальної фази відбувається подальший розвиток та вдосконалення всіх життєвих систем та функцій дитини у підготовці до народження та самостійного життя.

**Філогенез** – історичний процес розвитку всіх живих організмів на Землі. Психологія акцентує увагу на філогенетичному виникненні та розвитку психіки та відповідних їй форм поведінки.

**Формальних операцій стадія** (за Ж.Піаже) – етап когнітивного розвитку індивіда, під час якого усувається залежність мислення від безпосереднього досвіду індивіда, формується спроможність до оперування абстрактними поняттями, висунування гіпотез і формулювання умовисновків.

## Хх

**Хобі-реакція підліткова** – схильність підлітків переймати та розповсюджувати інтереси, захоплення ровесників, яка має поверховий та швидкоплинний характер.

**Хранитель родини** – місія представників середнього дорослого віку, що виявляється у збереженні сімейних традицій, налагодження зв'язку між членами родини різних поколінь.

**Хронологічний вік** – паспортний вік людини, кількість прожитих років.

## Цц

**Ціннісні орієнтації** – 1) вибіркова відносно стійка система інтересів та потреб особистості; 2) система індивідуальних критеріїв для оцінки вчинків чи прагнень інших людей особистістю.

## Шш

**Шкільна зрілість дошкільняти** – прийнятний рівень фізичного і психічного розвитку шестирічної дитини, що забезпечує її адекватне пристосування до умов шкільного навчання.

**Шпитальність дитяча** – явище відставання психічного та фізичного розвитку дитини немовлячого чи раннього віку, що спричинене дефіцитом спілкування з дорослими. Дитяча шпитальність часто проявляється у вихованців дитячих будинків чи дітей, що зростають у неблагополучних сім'ях.

**Шлюбна адаптація вторинна** – надмірне звикання членів подружжя один до одного, послаблення подружнього кохання і пригнічення неповторного характеру шлюбного союзу.

**Шлюбна адаптація первинна** – процес пристосування членів подружжя до шлюбного життя, який полягає в поступовому взаємному узгодженні їх думок, почуттів та поведінки.

## Юю

**Ювеналізм** – розповсюджений в суспільстві культ молодості, переоцінка її переваг.

**Юнацька субкультура** – особливий етико-естетичний пласт, який визначає стиль життя, мислення молодих людей і відрізняється своїми звичаями, нормами та цінностями від уподобань дорослих.

**Юнацький період** – етап життя людини, що триває від 15 до 21 року і характеризується завершенням або стабілізацією основних систем психічного та фізичного розвитку. Юнацький період поділяється на дві фази – *ранню юність* (15-18 років) та *власне юність* (18-21 рік).

## Яя

**Я-концепція** – відносно стійка усвідомлювана система уявлень та ставлень індивіда до самого себе. Я-концепція формується завдяки процесам самоусвідомлення.

**Я-образ** – складовий компонент самосвідомості, що складається з уявлень та знань особистістю власних якостей та особливостей. Я-образ втілюється в *Я-реальному* (уявлення про себе теперішнього), *Я-ідеальному* (уявний образ втілення найкращих якостей в собі) та *Я-динамічному* (набір якостей, які людина прагне змінити чи набути найближчим часом).

# КЛЮЧІ ДО ТЕСТОВИХ ЗАПИТАНЬ

## Розділ I. Загальні питання вікової психології

1-б	6-а	11-а	16-б	21-б
2-а	7-в	12-б	17-в	22-в
3-в	8-в	13-в	18-а	23-в
4-г	9-а	14-б	19-в	24-б
5-б	10-б	15-а	20-а	25-б

## Розділ II. Психологія дитинства

1-а	6-б	11-б	16-б	21-б	26-а	31-б
2-а	7-б	12-г	17-а	22-б	27-г	32-б
3-б	8-а	13-б	18-г	23-в	28-г	33-г
4-г	9-б	14-в	19-в	24-б	29-а	34-б
5-в	10-в	15-б	20-б	25-а	30-г	35-б

## Розділ III. Психологія дорослішання і дорослості

1-г	6-г	11-в	16-а	21-б	26-в	31-а
2-б	7-г	12-б	17-а	22-а	27-б	32-б
3-а	8-а	13-г	18-а	23-в	28-а	33-г
4-б	9-в	14-б	19-а	24-б	29-б	34-г
5-б	10-г	15-в	20-г	25-б	30-г	35-б

НАВЧАЛЬНЕ ВИДАННЯ

СЕРГЄЄНKOBA Оксана Павлівна  
СТОЛЯРЧУК Олеся Анатоліївна  
КОХАНОВА Олена Петрівна  
ПАСЄКА Олена Василівна

# ВІКОВА ПСИХОЛОГІЯ

НАВЧАЛЬНИЙ ПОСІБНИК

Оригінал-макет підготовлено  
ТОВ «Центр учбової літератури»

Керівник видавничих проєктів – Сладкевич Б. А.

Підписано до друку 29.06.2011. Формат 60x84<sup>1/16</sup>  
Друк офсетний. Папір офсетний. Гарнітура PetersburgCTT.  
Умовн. друк. арк. 21,15.

Видавництво «Центр учбової літератури»  
вул. Електриків, 23 м. Київ 04176  
тел./факс 044-425-01-34  
тел.: 044-425-20-63; 425-04-47; 451-65-95  
800-501-68-00 (безкоштовно в межах України)  
e-mail: office@uabook.com  
сайт: www.cul.com.ua

Свідоцтво суб'єкта видавничої справи ДК № 2458 від 30.03.2006