

Завдання з дисципліни «Психологія дорослішання та зрілості»
для студентів 4 курсу денної ф.н.
на період з 12.03.2020 р. по 25.04.2020 р.
у зв'язку з призупиненням аудиторних занять

№ з/п	Види, зміст самостійної роботи	Термін виконання	Кількість балів*	Форма контролю
1	Опрацювання лекційної Теми 4 «Самосвідомість як інтрасуб'єктивна умова розвитку зрілої особистості» (за 13.03) за наданими матеріалами та виконання завдання до Теми 4. Завдання до Теми 4: за таблицею «Види осмислення Я» навести життєві приклади до кожного виду осмислення. Об'єм розробки – до 2 стор.	до 19.03 включно, якщо роботу буде надіслано пізніше, вона буде оцінюватися, виходячи з 1 балу.	2 б.	Виконані завдання надсилаються для оцінювання на електронну адресу викладача, що проводить лекційні заняття, yuagimaeva@karazin.ua у вигляді файлу формату doc. (docx) під назвою «4к.П.доросл.Прізвище студента-група_т.4». Опанування теоретичного матеріалу буде перевірено в рамках поточного контролю після відновлення аудиторних занять
2	Опрацювання лекційної Теми 5 «Смислові утворення особистості, смисл життя» (за 20.03) за наданими матеріалами та виконання завдання до Теми 5. Завдання до Теми 5: скласти конспект з характеристикою смислів труда, страждання, смерті та любові за В.Франклом (за книгою «Человек в поисках смысла»). Об'єм конспекту – до 3 сторінок.	до 26.03 включно, якщо роботу буде надіслано пізніше, вона буде оцінюватися, виходячи з 2 балів.	4 б.	Конспекти надсилаються для оцінювання на електронну адресу викладача, що проводить лекційні заняття, yuagimaeva@karazin.ua у вигляді файлу формату doc. (docx) під назвою «4к.П.доросл.Прізвище студента-група_т.5».
3	Опрацювання лекційної Теми 6 «Проблеми свободи, моралі та совісті та розвиток зрілої особистості» (за 27.03) за наданими матеріалами.	до 02.04		Опанування теоретичного матеріалу буде перевірено в рамках поточного контролю після відновлення аудиторних занять
4	Опрацювання лекційної Теми 7 «Центр самосвідомості – «Я» (за 03.04) за наданими матеріалами.	до 09.04		Опанування теоретичного матеріалу буде перевірено в рамках поточного контролю після відновлення аудиторних занять

5	Виконання практичного завдання (в рамках практичного заняття №2 «Мотивація і мета: техніки ефективного оформлення і посилення» за 13/20.03): обрати мету, що має особисту значущість, і опрацювати її за наданою схемою . Об'єм розробки – до 2 сторінок.	ПС-42 – до 27.03 включно, ПС-41, 43 – до 03.04 включно, якщо роботу буде надіслано пізніше, вона буде оцінюватися, виходячи з 2 балів.	4 б.	Виконані завдання надсилаються для оцінювання на електронну адресу викладача, що проводить практичні заняття в групі: ПС-41, 42 – yuagimaeva@karazin.ua , ПС-43 – zuev_ia@ukr.net у вигляді файлу формату doc. (docx) під назвою «4к.П.доросл.Прізвище студента-група_П.2».
6	Виконання практичного завдання (в рамках практичного заняття №3 «Особистісні ідентичності, їх усвідомлення та переутворення з метою саморегулювання» за 27.03/03.04)**. Об'єм розробки – до 3 сторінок.	ПС-42 – до 10.04 включно, ПС-41, 43 – до 17.04 включно, якщо роботу буде надано пізніше, вона буде оцінюватися, виходячи з 2 балів.	4 б.	Див. п.5, тільки назва файлу «4к.П.доросл.Прізвище студента-група_П.3».
7	Опрацювання лекційної Теми 8 «Онтогенетичний і культурно-історичний розвиток самосвідомості» (за 10.04) за наданими матеріалами.	до 16.04		Опанування теоретичного матеріалу буде перевірено в рамках поточного контролю після відновлення аудиторних занять
8	Опрацювання лекційної Теми 9 «Особистісне самовизначення (підтема 9-1), життєвий шлях та життєві стратегії особистості (підтема 9-2» (за 17.04 і 24.04) за наданими матеріалами. Завдання до підтеми 9-1: опрацювати матеріали та зазначені джерела і письмово відповісти на питання***. Об'єм відповідей – до 2 сторінок. Завдання до підтеми 9-2: опрацювати зазначені джерела і письмово відповісти на питання****. Об'єм відповідей – до 4 сторінок.	Підтема 9-1 – до 23.04, підтема 9-2 – до 30.05.	Підтема 9-1 – 6 б., підтема 9-2 – 4 бали	Див. п.5, тільки назва файлу «4к.П.доросл.Прізвище студента-група_т.9-1/9-2».

9	Виконання практичного завдання (в рамках практичного заняття №4 «Виявлення життєвих цінностей особистості» за 10.04/17.04)*****	ПС-42 – до 23.04 включно, ПС-41, 43 – до 30.04 включно.	4 б.	Див. п.5, тільки назва файлу «4к.П.доросл.Прізвище студента-група_П.4».

* – у зв'язку з наданням нових завдань, не передбачених робочою навчальною програмою, кількість балів за контрольну роботу за розділами 1-2 буде знижено.

** – завдання до практичного заняття №3 за 27.03/03.04.

Зробіть таблицю на чотири стовпчики

I Хто я?	II Хто я?	III Яка/який я?	IV Яка/який я?

1. Спитайте себе «Хто я?» та запишіть відповідь іменником у стовпчик I. Повторіть це стільки разів, скільки зможете (відповіді зручніше нумерувати за порядком).

2. Оберіть людину, з якою ви особисто спілкуєтесь, яка вас добре знає, та думка якої має для вас значення. В своїй уяві зверніться до цієї людини з питанням «Хто я?» та запишіть можливі відповіді цієї людини стосовно вас у стовпчик II.

3. Спитайте себе «Яка/який я?» та запишіть відповідь прийменником у стовпчик III. Повторіть це стільки разів, скільки зможете (відповіді зручніше нумерувати за порядком). Зверніть увагу, з якою думкою, відчуттям або настроєм ви припинили відповідати.

4. Зверніться в уяві до людини, як у п.2, тільки з питанням «Яка/який я?» та запишіть можливі відповіді цієї людини стосовно вас у стовпчик IV.

5. У стовпчику III відмітьте позначкою «+» ті характеристики, які ви в собі схвалюєте, позначкою «-» ті, які вам у собі не подобаються, які ви вважаєте зайвими, позначкою «0» ті, до яких ваше ставлення неоднозначне, які можуть бути як корисними, так і небажаними.

Проаналізуйте отримані списки та дайте відповіді на питання.

1. Що за характеристики зазначені в стовпчиках I і II? Яке їх місце у нашому Я?
2. Чи всі можливі свої характеристики ви назвали? Чому? Яке це має значення для нашої поведінки?
3. Чому одні характеристики опинились на перших позиціях у списку, а інші – наприкінці?
4. Якою мірою співпадає ваш власний перелік з переліком, складеним від імені іншої людини? Що це означає для ваших стосунків та вашого ставлення до себе?

5. Що за характеристики зазначені в стовпчиках III і IV? Яке їх місце у нашому Я?

6. Чи всі можливі свої характеристики ви назвали? Чому? (Якщо характеристик менше 10, список має сенс продовжити.)

7. Чому одні характеристики опинились на перших позиціях у списку, а інші – наприкінці?

8. Що означають для нашої самосвідомості характеристики «+», «-» та «0»? Які з них найбільш корисні? Чому? Як вони співвідносяться у вашому списку та це відбивається на вашій поведінці та самоставленні?

9. Якою мірою співпадає ваш власний перелік з переліком, складеним від імені іншої людини? Якщо б ця людина дійсно вас так характеризувала, з чим би ви погодились? Чому?

10. Чому ми самі виділяємо в інших людях певні характеристики, та чи дійсно вони є носіями цих характеристик?

Зробіть висновки.

*** - питання до лекційної теми 9-1 (за 17.04):

- 1) які уявлення про самовизначення С.Л.Рубінштейна, К.О.Абульханової-Славської, А.В.Петровського, В.Ф.Сафіна, С.П. Крягжде?
- 2) яка характеристика самовизначення та його властивостей за Л.І. Божович?
- 3) як П. Герстманн описує кінцеві та допоміжні цілі?
- 4) які уявлення про самовизначення у М.Р.Гінзбурга
- 5) за статтею М.Р.Гінзбурга «Психологическое содержание личностного самоопределения» (Вопр. психол., 1994, № 3): дати характеристику складових життєвого поля особистості, успішних та неуспішних самовизначення та самореалізації.
- 6) за статтею Снегірьової Т.В. «Личностное самоопределение в старшем школьном возрасте» (Вопр. психол., 1989. № 2. С.27-35): описати її уявлення про самовизначення та емпірично виявлені паттерни самовизначення: назва, як часто зустрічається, характеристика, наслідки. (саме дослідження описувати не треба).

**** - питання до лекційної теми 9-1 (за 24.04):

- 1) за книгою Е.Берна «Люди, которые играют в игры» описати структуру, властивості сценаріїв та (дуже коротко) види сценаріїв,
- 2) за статтею М.В. Розина «Психология судьбы: программирование или творчество» (Вопр. психол., 1992. № 1-2): надати характеристику сценаріїв, порівняти з уявленнями Е.Берна та описати (дуже коротко) види сценаріїв .

***** - вирішується питання про проведення заняття в режимі zoom, інформацію буду передано через старост, у всякому разі попереднє завдання – на аркуші А4 намалювати свій страх та підписати, це страх чого.