

**ДЕРЖАВНА СЛУЖБА УКРАЇНИ З НАДЗВИЧАЙНИХ СИТУАЦІЙ
НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ЦИВІЛЬНОГО ЗАХИСТУ УКРАЇНИ**

Навчально-науковий інститут оперативно-рятувальних сил
Кафедра психології діяльності в особливих умовах

Руденко І.М.

ГЕРОНТОПСИХОЛОГІЯ

Методичні вказівки до виконання контрольної роботи
для здобувачів заочної форми навчання
першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
спеціальності 053 «Психологія»

Черкаси – 2025

УДК 378.1:374
ББК 88.4я73

Руденко І. М.

Геронтопсихологія: методичні вказівки до виконання контрольної роботи для здобувачів заочної форми навчання першого (бакалаврського) рівня вищої освіти спеціальності 053 «Психологія». Черкаси: НУЦЗ України, 2025. 37 с.

У методичних вказівках викладені навчально-методичні матеріали, необхідні для самостійного виконання контрольної роботи з дисципліни «Геронтопсихологія» здобувачами заочної форми навчання першого (бакалаврського) рівня вищої освіти спеціальності 053 «Психологія».

УДК 378.1:374
ББК 88.4я73

© Руденко І.М., 2025
© НУЦЗ України, 2025

ЗМІСТ

ВСТУП.....	4
ОРГАНІЗАЦІЙНО-МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ ЗДОБУВАЧІВ.....	4
ФОРМИ І МЕТОДИ ПОТОЧНОГО ТА ПІДСУМКОВОГО КОНТРОЛЮ.....	5
ОЦІНЮВАННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ ЗАСВОЄННЯ ЗНАНЬ ЗДОБУВАЧІВ.....	5
ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ АКАДЕМІЧНОЇ ДОБРОЧЕСНОСТІ.....	6
ВИМОГИ ДО ОФОРМЛЕННЯ КОНТРОЛЬНОЇ РОБОТИ ТА ВИБОРУ ВАРІАНТУ.....	7
ЗАВДАННЯ ДЛЯ ВИКОНАННЯ КОНТРОЛЬНОЇ РОБОТИ.....	9
СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ.....	15
ДОДАТКИ.....	17
ТЕРМІНОЛІГІЧНИЙ СЛОВНИК.....	19

ВСТУП

Методичні вказівки з навчальної дисципліни «Геронтопсихологія» адресовано здобувачам заочної форми навчання першого (бакалаврського) рівня вищої освіти спеціальності 053 «Психологія».

Представлений посібник складається з шести розділів, списку рекомендованої літератури, термінологічного словника та додатків. У посібнику викладено матеріали, необхідні для самостійного виконання контрольної роботи з дисципліни «Геронтопсихологія», подано інформацію щодо організаційно-методичного забезпечення самостійної роботи здобувачів, форм і методів поточного та підсумкового контролю, оцінювання результатів засвоєння знань, вимоги до забезпечення академічної доброчесності, оформлення контрольної роботи та вибору варіанту, завдання для виконання контрольної роботи. У необхідному об'ємі вказано базову та допоміжну літературу, укладено термінологічний словник.

Завдання, що становлять зміст контрольної роботи, охоплюють усю теоретичну структуру курсу дисципліни, і сформульовані так, що повною мірою дають змогу перевірити, як здобувачі засвоїли знання щодо закономірностей психічного розвитку людини в похилому віці; сучасних теорій старіння; факторів, що зумовлюють тривалість життя людини; особливостей Я-концепції людини в похилому віці; особливостей особистісного та соціокультурного розвитку у старості та періоду завершення життєвого шляху людини.

Кожен варіант контрольної роботи містить **два теоретичні завдання та одне ситуаційне завдання**. Усі варіанти рівнозначні за своєю складністю і потребують застосування широкого діапазону знань, спрямовані не на просте відтворення окремих аспектів тієї чи іншої проблеми, а вимагають активізації творчої мисленнєвої діяльності здобувачів.

ОРГАНІЗАЦІЙНО-МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ ЗДОБУВАЧІВ

Самостійна робота здобувачів, відповідно до Державних стандартів освіти, повинна становити не менш як 50% часу, передбаченого для виконання основної освітньої програми з урахуванням рекомендацій Міністерства освіти і науки України щодо кількості годин аудиторних занять на тиждень.

Головною метою самостійної роботи здобувачів є формування пізнавальної активності, засвоєння основних умінь та навичок роботи з навчальними матеріалами, поглиблення та розширення вже набутих знань,

підвищення рівня організованості.

Основними завданнями самостійної роботи здобувача є засвоєння в повному обсязі навчального матеріалу та послідовне вироблення навичок ефективної самостійної професійної (практичної й науково-теоретичної) діяльності на рівні встановлених стандартів.

Зміст самостійної роботи здобувача визначається робочою програмою дисципліни, завданнями та рекомендаціями викладача.

Обсяги самостійної роботи окремого здобувача можуть значно виходити за межі програми дисципліни, якщо це зацікавило його і у нього виникло бажання (потреба) у поглибленні та розширенні знань з даної навчальної дисципліни.

Самостійна робота здобувачів охоплює: підготовку до аудиторних занять; виконання завдань з навчальної дисципліни протягом семестру; самостійну роботу; підготовку до всіх видів підсумкових контролів тощо.

Самостійному вивченню здобувачами курсу чи окремих його тем передують лекції, на яких розглядаються завдання та послідовність вивчення курсу, найбільш важливі та проблематичні аспекти дисципліни, особливості їхнього вирішення у сучасних умовах глобалізації освітньої діяльності.

ФОРМИ І МЕТОДИ ПОТОЧНОГО ТА ПІДСУМКОВОГО КОНТРОЛЮ

Під час проведення семінарських занять перевіряється засвоєння матеріалу, викладеного в лекції та індивідуальна робота здобувачів під час самопідготовки. До контрольних заходів відносяться поточний і підсумковий контроль.

Поточний контроль здійснюється під час проведення семінарських занять і має на меті перевірку рівня підготовленості здобувача до виконання конкретної роботи. Форма проведення поточного контролю під час навчальних занять і система оцінювання рівня знань визначаються кафедрою.

Підсумковий контроль проводиться з метою перевірки рівня засвоєння здобувачами тем, передбачених програмою дисципліни «Геронтопсихологія». Форма підсумкового контролю – **диференційний залік**.

ОЦІНЮВАННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ ЗАСВОЄННЯ ЗНАНЬ ЗДОБУВАЧІВ

Оцінювання результатів засвоєння знань здобувачів здійснюється у спосіб і за критеріями, що визначені робочою програмою й викладені у

силабусі навчальної дисципліни, та зокрема передбачають: усне та письмове опитування; результати самостійної роботи (індивідуальні завдання, контрольна робота); результати заліку.

ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ АКАДЕМІЧНОЇ ДОБРОЧЕСНОСТІ

Академічна доброчесність – сукупність етичних принципів і визначених законами України «Про освіту», «Про вищу освіту» правил, якими мають керуватися учасники освітнього процесу під час навчання, викладання та провадження наукової (творчої) діяльності з метою забезпечення довіри до результатів навчання та/або наукових (творчих) досягнень.

Порушеннями академічної доброчесності для всіх учасників освітнього процесу вважаються:

академічний плагіат – оприлюднення (частково або повністю) наукових (творчих) результатів, отриманих іншими особами, як результатів власного дослідження (творчості) та/або відтворення опублікованих текстів (оприлюднених творів мистецтва) інших авторів без зазначення авторства;

фабрикація – вигадкування даних чи фактів, що використовуються в освітньому процесі або наукових дослідженнях;

фальсифікація – свідомо зміна чи модифікація вже наявних даних, що стосуються освітнього процесу чи наукових досліджень;

списування – виконання письмових робіт із залученням зовнішніх джерел інформації, крім дозволених для використання, зокрема під час оцінювання результатів навчання;

обман – надання завідомо неправдивої інформації щодо власної освітньої (наукової, творчої) діяльності чи організації освітнього процесу; формами обману є, зокрема, академічний плагіат, фабрикація, фальсифікація та списування;

хабарництво – надання (отримання) учасником освітнього процесу чи пропозиція щодо надання (отримання) коштів, майна, послуг, пільг чи будь-яких інших благ матеріального або нематеріального характеру з метою отримання неправомірної переваги в освітньому процесі;

необ'єктивне оцінювання – свідоме завищення або заниження оцінки результатів навчання здобувачів освіти;

надання здобувачам освіти під час проходження ними оцінювання результатів навчання допомоги чи створення перешкод, не передбачених умовами та/або процедурами проходження такого оцінювання;

вплив у будь-якій формі (прохання, умовляння, вказівка, погроза, примушування тощо) на науково-педагогічного працівника з метою здійснення ним необ'єктивного оцінювання результатів навчання.

Кожен здобувач вищої освіти повинен дотримуватися моральних норм, правил етичної поведінки та принципів і вимог академічної доброчесності.

У контрольній роботі не може бути академічного плагіату, фабрикації та фальсифікації.

Роботи у яких виявлено факти порушення академічної доброчесності (наявність академічного плагіату, фабрикації, фальсифікації; присвоєння авторства на контрольну роботу, що виконана іншою особою; написання контрольної роботи на замовлення іншою особою), оцінюються у 0 балів. Інформація про виявлені порушення передається до комісії університету з академічної доброчесності.

За порушення академічної доброчесності до здобувачів вищої освіти можуть застосовуватися заходи академічного, дисциплінарного та виховного впливу відповідно до Кодексу академічної доброчесності.

ВИМОГИ ДО ОФОРМЛЕННЯ КОНТРОЛЬНОЇ РОБОТИ ТА ВИБОРУ ВАРІАНТУ

Контрольна робота є самостійним видом роботи здобувача, передбаченим навчальним планом вивчення дисципліни «Геронтопсихологія».

Контрольну роботу виконують машинним (за допомогою комп'ютерної техніки) способом на аркушах формату А4 (210 × 297мм).

Роботу друкують через півтора інтервали, з розрахунку не більш 30 рядків на сторінці за умов рівномірного її заповнення та висотою літер і цифр не менш, ніж 1,8 мм. (кегель 14).

Текст слід друкувати, витримуючи параметри сторінок: верхній, нижній береги – 20 мм, лівий – 30 мм, правий – 15 мм. Під час виконання роботи необхідно дотримуватися рівномірної щільності, контрастності й чіткості тексту.

Перед виконанням контрольної роботи необхідно ознайомитись з методичними вказівками, завданнями, передивитися записи, зроблені на лекціях. На титулці необхідно вказати назву навчального закладу, навчально-науковий інститут, навчальну дисципліну, що вивчається, шифр індивідуального плану, прізвище та ініціали здобувача (додаток А).

Під час виконання роботи необхідно спочатку записати завдання, а потім дати на нього відповідь. Відповіді повинні бути конкретними, написані державною мовою, акуратно оформлені.

У тексті контрольної роботи обов'язкове посилання на літературні джерела, перелік яких наводиться у списку використаної літератури. У список літератури вносяться праці, з яких запозичуються цитати, думки, статистичні дані, на які робиться посилання.

Бібліографічні посилання – це сукупність відомостей про літературне джерело, що використовується в тексті контрольної роботи. Джерела в списку літератури потрібно розташовувати згідно порядку посилань в тексті роботи чи алфавітному порядку. Посилання в тексті на джерела слід зазначати у квадратних дужках, порядковий номер джерела визначається згідно із списком літератури.

У кінці роботи необхідно вказати перелік використаної літератури. Відомості про використану літературу необхідно подавати відповідно до вимог державного стандарту ДСТУ 8302:2015 «Інформація та документація. Бібліографічне посилання. Загальні положення та правила складання». Приклади оформлення бібліографічного опису літератури наведені у додатку Б.

У роботі не допускається використання джерел інформації держави-агресора, а також джерел інформації опублікованих на окупованих територіях (в період окупації).

Виконана робота завантажується до Google Classroom дисципліни на перевірку в строк, який вказаний у графіку виконання контрольних робіт.

Контрольна робота з дисципліни «Геронтопсихологія» складається з двох теоретичних завдань.

Обов'язковими вимогами до теоретичних завдань є: повна відповідь на завдання; посилання на літературні джерела та їхній список.

Здобувачі, які несвоєчасно завантажили контрольну роботу без поважних причин, на екзаменаційну сесію не викликаються.

Вибір варіанту.

Варіант контрольної роботи визначається за двома останніми цифрами шифру індивідуального плану здобувача, у відповідності з таблицею 1. Наприклад, номер шифру 10045. Отже, варіант контрольної роботи – 45. За таблицею 1 визначаємо номери завдань вказаного варіанту: теоретичні – 9, 19; ситуаційне – И.

Таблиця вибору завдань

		Остання цифра шифру індивідуального плану									
		0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
Передостання цифра шифру індивідуального плану	0	1, 50 а	2, 49 б	3, 48 в	4, 47 г	5, 46 д	6, 45 е	7, 44 є	8, 43 ж	9, 42 з	10, 41 и
	1	10, 40 б	1, 39 в	2, 38 г	3, 37 д	4, 36 е	5, 35 є	6, 34 ж	7, 33 з	8, 32 и	9, 31 а
	2	2, 30 в	3, 29 г	4, 28 д	5, 27 е	6, 26 є	7, 25 ж	8, 24 з	9, 23 и	10, 22 а	1, 21 б
	3	3, 20 г	4, 19 д	5, 18 е	6, 17 є	7, 16 ж	8, 15 з	9, 22 и	10, 13 а	1, 25 б	2, 11 в
	4	4, 23 д	5, 34 е	6, 39 є	7, 28 ж	8, 49 з	9, 19 и	10, 14 а	1, 31 б	2, 12 в	3, 47 г
	5	5, 33 е	6, 17 є	7, 26 ж	8, 14 з	9, 15 и	10, 27 а	1, 41 б	2, 43 в	3, 19 г	4, 15 д
	6	6, 11 є	7, 12 ж	8, 13 з	9, 16 и	10, 31 а	1, 16 б	2, 17 в	3, 18 г	4, 30 д	5, 20 е
	7	7, 21 ж	8, 22 з	9, 23 и	10, 24 а	1, 25 б	2, 26 в	3, 27 г	4, 45 д	5, 29 е	6, 30 є
	8	8, 31 з	9, 32 и	10, 33 а	1, 34 б	2, 35 в	3, 36 г	4, 37 д	5, 38 е	6, 39 є	7, 40 ж
	9	9, 41 и	10, 42 а	1, 43 б	2, 44 в	3, 45 г	4, 46 д	5, 47 е	6, 48 є	7, 49 ж	8, 50 з

ЗАВДАННЯ ДЛЯ ВИКОНАННЯ КОНТРОЛЬНОЇ РОБОТИ

Теоретичні завдання

1. Геронтопсихологія як наука.
2. Загальна характеристика старості як періоду психічного розвитку.
3. Сучасні уявлення про старість. Складність визначення процесу старіння.
4. Фізичні, соціальні та психологічні аспекти старіння.
5. Вікові психологічні завдання старості.
6. Причини старіння та вікові зміни, які відбуваються в психіці.
7. Періодизації пізнього віку.
8. Теорії старіння та старості.
9. Соціальні стереотипи відносно старості та їх вплив на процес старіння.
10. Соціальна ситуація розвитку у пізньому віці.
11. Провідна діяльність похилого віку.
12. Методи та методики геронтопсихологічних досліджень.
13. Загальна характеристика особистості старіючої та старої людини.
14. Дискусії стосовно ядра особистості в похилому віці.
15. Розуміння "адаптивного старіння" та "щасливої старості" в науці та в буденному житті.

16. Психологічні фактори, які обумовлюють збереження особистості в старості.
17. Ставлення людини до власного старіння як основа стабільності особистості.
18. Типології особистості в похилому віці.
19. Завдання розвитку особистості в період пізньої дорослості (за Е. Еріксоном).
20. Особливості мотиваційно-потребнісної сфери людини похилого віку.
21. Самосвідомість та самооцінка старіючої людини.
22. Поняття психологічного вітаукта.
23. Особливості емоційної сфери старіючої людини.
24. Домінуючі переживання пізнього віку та їх особливості.
25. Вікова депресія в старості.
26. Проблема суїциду людей похилого віку.
27. Переживання, пов'язані з думками про смерть.
28. Модель Е. Кюблер-Росс та її особливості в пізній період життя.
29. Горе, пов'язане зі втратою близьких в похилому віці.
30. Стрес та стресогенні фактори на пізніх етапах життя.
31. Особливості взаємин старої людини.
32. Переживання самотності в похилому віці.
33. Усвідомлення самоконтролю та почуття самотності в старості.
34. Подружні стосунки в похилому віці.
35. Роль бабусі та дідуся в сім'ї.
36. Працюючі пенсіонери. Особливості взаємин на роботі.
37. Вихід на пенсію: підготовка та пристосування до зміни статусу.
38. Загальна характеристика інтелекту людини похилого віку.
39. Механізми компенсації можливого зниження інтелектуальних функцій.
40. Зміни основних пізнавальних функцій в пізньому віці.
41. Психологічний зміст поняття "мудрість".
42. Специфіка віково-психологічного консультування в старості.
43. Форми сімейного консультування людей похилого віку.
44. Індивідуальне психологічне консультування старих людей.
45. Консультування та психотерапія людей похилого віку в критичних ситуаціях.
46. Старість та хвороба.
47. Смерть та помирання.
48. Альтернативні шляхи помирання.
49. Стадії пристосування до помирання.
50. Завершення повного життєвого циклу.

Ситуаційні завдання

Завдання А. Пан Іван (72 роки) є активним користувачем інтернету: він самостійно оплачує комунальні послуги онлайн, спілкується з друзями через месенджери та читає новини. Він свідомо прагне бути в курсі сучасних технологій як спосіб протидії негативним стереотипам старіння (тобто, що "всі старі люди відсталі від життя"). Для Івана це є важливим елементом його позитивного самоприйняття у пізній дорослості.

Його онука, Софія (19 років), постійно демонструє прихований ейджизм у спілкуванні з ним щодо технологій. Коли Іван запитує про нову функцію у смартфоні, Софія відповідає надмірно спрощеними або узагальненими фразами, використовуючи манеру спілкування, подібну до розмови з дитиною: "Ой, дідусю, це дуже складно, просто натисни на велику синю кнопку, тобі не потрібно знати, як це працює". Вона також часто робить це при інших членах сім'ї. Одного разу, коли Іван випадково видалив додаток, Софія голосно засміялася і прокоментувала: "Я ж казала, що це занадто складно для тебе". Ці інциденти підривають самоефективність Івана і змушують його відчувати дискомфорт при спробах просити про подальшу допомогу, навіть коли він її дійсно потребує.

Завдання:

1. Проаналізуйте ситуацію з точки зору вікового самоприйняття та когнітивної активності. Поясніть, як активне використання технологій Іваном пов'язане з його позитивним старінням та боротьбою з внутрішніми і зовнішніми стереотипами. Як його Я-концепція залежить від відчуття себе компетентним у сучасному світі?
2. Розкрийте прояви прихованого ейджизму та комунікаційні бар'єри. Як спілкування Софії є формою прихованого ейджизму?
3. Які комунікативні стратегії слід використати Софії, щоб підтримувати автономію та навчання Івана? Як може бути організований двосторонній процес навчання (де Іван також може поділитися своїми знаннями), щоб відновити повагу у стосунках?

Завдання Б. Пані Світлана (65 років) — висококваліфікований інженер-конструктор. Вона досягла пенсійного віку, але вирішила продовжити роботу на своїй посаді. Для Світлани робота — це не лише джерело доходу, а й основний спосіб підтримання когнітивної активності, соціальної інтеграції та відчуття професійної компетентності. Вона відчуває себе цілісною лише тоді, коли вирішує складні професійні завдання.

Однак, її молодші колеги, зокрема новий керівник відділу, Олександр (35 років), почали ставитися до Світлани з поблажливістю. Вони часто виключають її з обговорення нових, технологічно складних проєктів, вважаючи, що вона "не встигає за прогресом". Вони використовують жаргон, який вона не завжди розуміє, і, що найгірше, перевіряють її роботу частіше і прискіпливіше, ніж роботу інших. Світлана відчуває, що її професійну гідність знецінюють, що призводить до зниження мотивації та

підвищеної тривожності щодо можливої примусової "відправки на відпочинок", навіть попри її бажання і здатність працювати. Вона почала сумніватися у власній компетентності.

Завдання:

1. Проаналізуйте ситуацію з точки зору когнітивного резерву та професійної ідентичності. Як продовження трудової діяльності Світланою сприяє підтриманню її когнітивного резерву та задовольняє потребу у генеративності та цілісності (за Е. Еріксоном)? Поясніть, чому втрата професійної ролі є загрозливою для її психологічного благополуччя.
2. Розкрийте прояви ейджизму на робочому місці. Як поведінка Олександра та молодших колег демонструє прихований ейджизм?
3. Охарактеризуйте стратегії подолання ейджизму та підтримки інтеграції. Які дії може здійснити Світлана, щоб відновити свою професійну позицію та підвищити довіру колег? Які корпоративні заходи слід запровадити, щоб створити більш сприятливе робоче середовище?

Завдання В. Пан Петро (80 років) був змушений переїхати до приватного будинку для літніх людей через погіршення фізичного стану, що вимагало постійного нагляду. Переїзд став для нього великим стресом. У своєму житті він завжди був господарем у своєму домі та мав чіткий, самостійно встановлений розпорядок дня.

У закладі панує суворий графік: підйом, харчування, лікування та дозвілля відбуваються у чітко визначений час, незалежно від його особистих уподобань. Він відчуває, що втратив контроль над своїм життям. Петро відмовляється від участі у групових заходах, часто виявляє драгівливість на персонал та інших мешканців. Він почав демонструвати симптоми депресії адаптації: постійно скаржиться на безсоння, відмовляється від їжі та згадує лише негативні моменти зі свого минулого життя, ідеалізуючи його ("золотий вік"). Персонал закладу, зайнятий дотриманням протоколів, інтерпретує його поведінку як "старече бурчання" і ігнорує його індивідуальні потреби та спроби самостійно регулювати свій час.

Завдання:

1. Поясніть, чому інституціоналізація є потужним стресором для літньої людини. Як втрата контролю над повсякденним життям призводить до розвитку депресії, до проблем з адаптацією у пана Петра?
2. Розкрийте вплив середовища на психічне благополуччя. Як брак індивідуалізації догляду та знецінення скарг Петра з боку персоналу посилюють його відчуття безпорадності? Обґрунтуйте важливість персоналізованого догляду в геронтологічних закладах.
3. Охарактеризуйте стратегії підвищення самоефективності та благополуччя. Які конкретні кроки може зробити персонал, щоб надати пану Петру можливість вибору та контролю? Які терапевтичні заходи можуть допомогти йому подолати ідеалізацію минулого та адаптуватися до нової соціальної ролі?

Завдання Г. Пані Ніна (68 років) — енергійна та інтелектуально активна жінка, яка добровільно взяла на себе головну роль у вихованні своєї п'ятирічної онуки, Даринки, поки її донька та зять зайняті кар'єрою. Доглядаючи за онукою, Ніна відчула відновлення значущості та мети після виходу на пенсію. Ця роль стала для неї новим джерелом генеративності (за Е.Еріксоном).

Однак, коли донька, Ольга, повертається додому, виникає постійний конфлікт стилів виховання. Ніна схильна до традиційних, більш авторитарних методів, тоді як Ольга дотримується сучасних, демократичних підходів. Наприклад, Ніна наполягає на "доїданні до останньої крихти", тоді як Ольга дозволяє дитині самостійно регулювати апетит. Ніна часто критикує вибір доньки перед онукою, кажучи: "Оля, ти її зіпсуєш, так ми не виховували!". Ольга, зі свого боку, відчуває кризу материнської ідентичності та образу через постійне відчуття, що її компетентність як матері підірвана та знецінена. Ніна, по суті, ненавмисно змішує свою роль бабусі (підтримка) з роллю матері (головний вихователь).

Завдання:

1. Проаналізуйте ситуацію з точки зору психосоціального розвитку та генеративності. Як роль бабусі-виховательки задовольняє потребу Ніни у генеративності?
2. Розкрийте джерела конфлікту та комунікативні бар'єри. Які комунікативні стратегії Ніни створюють психологічний бар'єр та посилюють конфлікт материнської ідентичності в Ольги? Поясніть, як різниця у виховних парадигмах стає джерелом напруги.
3. Охарактеризуйте роль соціальних норм та очікувань. Які межі мають бути встановлені між роллю бабусі та матері для гармонійного функціонування сім'ї? Запропонуйте кроки для Ніни та Ольги, які допоможуть їм узгодити свої виховні підходи та відновити повагу до батьківської компетенції Ольги.

Завдання Д. Пані Олександра — 82-річна жінка, у якої діагностовано хворобу Альцгеймера на середній стадії. Її доглядає син, Сергій (58 років). Когнітивні порушення Олександри виражаються у значній дезорієнтації в часі та місці, труднощах із запам'ятовуванням нових подій та афазії (труднощі з підбором слів).

Ситуація загострюється щовечора, коли настає синдром "заходу сонця". Олександра стає надзвичайно тривожною, не впізнає свою квартиру, вимагає "піти додому" (маючи на увазі будинок свого дитинства), і часто виявляє агресію у відповідь на спроби Сергія її заспокоїти чи стримати.

Сергій, будучи виснаженим, постійно використовує стратегію "виправлення": коли мати каже, що сьогодні 1955 рік, він наполягає на тому, що зараз 2025-й; коли вона називає його ім'я свого покійного чоловіка, він сердито виправляє її. Ця стратегія призводить лише до посилення катастрофічної реакції Олександри, бо вона відчуває, що їй не довіряють і не розуміють. Сергій перебуває на межі емоційного вигорання,

відчуваючи провину та безпорадність через те, що не може "переконати" матір поводитися "нормально".

Завдання:

1. Проаналізуйте ситуацію з точки зору когнітивних порушень при деменції. Поясніть природу синдрому "заходу сонця" та як він пов'язаний зі змінами в мозку та порушенням циркадних ритмів. Як дезорієнтація в часі та місці впливає на потребу Олександри "піти додому"?
2. Розкрийте ефективність стратегій комунікації при деменції. Чому стратегія Сергія, що ґрунтується на "виправленні" (виклику до реальності), є неефективною і навіть шкідливою? Охарактеризуйте альтернативні підходи, такі як валідація (прийняття її реальності), і поясніть, як вона може знизити рівень тривоги Олександри.
3. Охарактеризуйте проблему емоційного вигорання доглядальника. Які чинники сприяють емоційному вигоранню Сергія? Запропонуйте конкретні рекомендації щодо психогієни для Сергія та обговоріть важливість пошуку формальної та неформальної соціальної підтримки.

Завдання Е. Пан Олег (72 роки) та пані Лариса (70 років) перебувають у шлюбі 50 років. Після того, як Олег переніс незначний інфаркт міокарда, він почав відчувати тривогу та страх щодо відновлення інтимних стосунків. Він боїться, що фізичне напруження може спричинити новий серцевий напад. Цей страх ґрунтується на міфах та стереотипах про сексуальність у похилому віці, які він чув, а також на недостатньому інформуванні з боку лікарів.

Лариса, зі свого боку, відчуває емоційне та фізичне відчуження. Вона намагається ініціювати близькість, але Олег постійно відмовляє, посилаючись на "погане самопочуття" або "вік". Це призводить до напруги у стосунках та зниження самооцінки Лариси, яка починає думати, що вона "більше не приваблива". Їхній сімейний лікар, коли Олег спробував обережно згадати цю проблему, відмахнувся від нього, сказавши: "Що ви хочете у вашому віці? Дякуйте, що ходите". Ця реакція лікаря посилила бар'єр у спілкуванні Олега та закріпила його страхи, оскільки проблема була знецінена медичним авторитетом.

Завдання:

1. Проаналізуйте ситуацію з точки зору фізіологічних та психологічних аспектів сексуальності в пізній дорослості. Поясніть, як соціальні міфи та медичні бар'єри (ейджизм у медицині) впливають на психологічний стан та інтимні стосунки Олега та Лариси. Як страх Олега може бути більшою перешкодою, ніж його фактичний фізичний стан?
2. Розкрийте вплив ейджизму на інтимне життя літніх пар. Яку форму ейджизму продемонстрував лікар? Як це знецінення вплинуло на самоефективність Олега та сприйняття Ларисою своєї привабливості?
3. Охарактеризуйте роль комунікації та психологічної допомоги. Які комунікативні стратегії слід використати Ларисі, щоб обговорити свої почуття та страхи Олега? Запропонуйте кроки, які можуть допомогти парі

відновити фізичну та емоційну близькість, враховуючи потреби обох партнерів.

Завдання Є. Пані Катерина — 80-річна жінка, яка пережила кілька серйозних втрат за останні п'ять років: смерть сестри, виїзд онуків за кордон та втрату мобільності (їй доводиться користуватися ходунками). Нещодавно вона перенесла операцію, яка вимагає тривалої реабілітації.

Незважаючи на накопичення негативних подій (кумулятивний стрес), Катерина зберігає позитивне ставлення до життя. Вона свідомо використовує стратегії емоційного регулювання: веде щоденник, щотижня спілкується з колишніми колегами по відеозв'язку та щодня ставить собі невеликі, досяжні цілі (наприклад, пройти 10 кроків більше, ніж вчора). Її ключовою стратегією є переоцінка ситуації: вона вважає, що "головне — що я ще можу посміхатися і бачити сонце".

Її сусідка, Зінаїда (79 років), яка має схожі проблеми зі здоров'ям, часто приходиться до Катерини та постійно скаржиться на болі, медичну систему та нерозуміння з боку сім'ї. Вона використовує виключно емоційно-спрямовані стратегії подолання, які часто призводять до посилення саможалю та загострення депресивних настроїв. Після спілкування із Зінаїдою Катерина відчуває себе виснаженою, оскільки Зінаїда не сприймає її оптимістичних порад, а лише посилює емоційне навантаження.

Завдання:

1. Проаналізуйте ситуацію з точки зору психології стресу та подолання (копінгу). Порівняйте стратегії копінгу пані Катерини та Зінаїди. Як свідоме використання Катериною резилієнтності (життєстійкості) допомагає їй адаптуватися до множинних втрат?
2. Розкрийте особливості емоційного регулювання в пізній дорослості. Поясніть, як теорія соціально-емоційної вибірковості може пояснити, чому Катерина обирає якісне, але обмежене спілкування (колишні колеги, щоденник), яке допомагає їй оптимізувати позитивні емоції?
3. Як спілкування із Зінаїдою впливає на емоційний ресурс Катерини? Які поради ви можете дати Катерині у спілкуванні з людьми, які посилюють її емоційне виснаження?

Завдання Ж. Пан Василь — 75-річний чоловік, який має невеликі проблеми з рівновагою, але в цілому є когнітивно здоровим і самостійно веде своє господарство у приватному будинку. Він цінує свою автономію та незалежність. Його донька, Марина (48 років), постійно хвилюється за безпеку батька. Незважаючи на його запевнення та бажання жити самостійно, Марина наполягає на негайному переїзді Василя до неї в квартиру або до будинку для літніх людей. Її аргументи часто базуються на узагальненнях: "У твоєму віці вже не можна жити самому" або "Ти не здатен приймати правильні рішення щодо свого здоров'я". Марина постійно дзвонить, контролює його харчування, самовільно найняла йому "доглядальницю" на кілька годин на день, не обговоривши це з ним. Пан Василь відчуває, що його гідність та компетентність постійно піддаються

сумніву. Він починає чинити опір — відмовляється від допомоги доглядальниці, ігнорує дзвінки Марини і навіть приховує від неї незначні проблеми зі здоров'ям, щоб уникнути подальшого посилення контролю. Це створює напружений конфлікт, де Василь бореться за свою автономію, а Марина, діючи з позиції турботи, мимоволі демонструє побутовий ейджизм.

Завдання:

1. Проаналізуйте ситуацію з точки зору концепції автономії та залежності в старості. Як гіпертурбота доньки Марини (навіть при найкращих намірах) стає перешкодою для збереження самостійності та самоефективності пана Василя? Поясніть, чому втрата контролю над власним життям є критичною психологічною проблемою для літніх людей.
2. Розкрийте прояви ейджизму у взаєминах "дорослий-дорослий". Як у цій ситуації проявляється побутовий ейджизм з боку доньки? Наведіть приклади фраз або дій, які свідчать про те, що Марина сприймає батька як некомпетентного чи недієздатного лише через його вік.
3. Охарактеризуйте стратегії подолання конфлікту та відновлення довіри. Які комунікативні стратегії слід використати Марині, щоб змінити свій підхід від контролю до підтримки автономії батька? Запропонуйте конкретні кроки, які допоможуть Василю та Марині досягти компромісу щодо безпеки та незалежності.

Завдання 3. Пані Софія (85 років) проживає вдома під опікою доньки, але має невиліковне онкологічне захворювання на термінальній стадії. Її фізичний стан повільно, але невпинно погіршується.

Донька, Ірина (55 років), відчуває виснаження та емоційне перегорання. Вона зосереджена виключно на фізичному догляді та лікуванні болю, намагаючись "зробити все можливе", щоб продовжити життя матері. Ірина уникає будь-яких розмов про майбутнє, про смерть чи про те, які останні бажання чи потреби можуть бути у Софії. Вона вважає, що такі розмови "прискорять кінець" і є "недоречними". Вона постійно говорить оптимістичні фрази про "перемогу над хворобою", хоча прогнози лікарів однозначні.

Пані Софія, зі свого боку, перебуває у стані, який можна описати як прийняття свого стану. Вона відчуває потребу поговорити з донькою про свою спадщину, попросити вибачення за старі образи та просто поділитися спогадами, але бачить психологічний бар'єр Ірини. Ця неможливість відкрито обговорити важливі для неї теми (завершення життя) викликає у Софії відчуття самотності та незавершеності, що посилює її духовний дистрес, попри якісний контроль фізичного болю.

Завдання:

1. Проаналізуйте ситуацію з точки зору стадій прийняття смерті за Елізабет Кюблер-Росс. На якій стадії, ймовірно, перебуває пані Софія, і на якій стадії "застрягла" її донька Ірина? Поясніть, як заперечення Ірини впливає на психоемоційний стан Софії.
2. Поясніть, чому, незважаючи на контроль фізичного болю, пані Софія відчуває дистрес? Як невирішені психологічні, соціальні та духовні питання створюють концепцію тотального болю?

3. Охарактеризуйте психологічні потреби вмираючої людини. Які конкретні потреби у гідності, контролі та завершеності має пані Софія? Які комунікативні стратегії слід використовувати Ірині, щоб перейти від заперечення до активного слухання та забезпечити психологічний комфорт матері на завершальному етапі життя?

Завдання И. Пан Микола — 67-річний чоловік, який нещодавно вийшов на пенсію з керівної посади на великому підприємстві. Його професійна ідентичність була центральною частиною його "Я" протягом 40 років. Він завжди був зайнятий, мав чіткий розпорядок дня та відчуття значущості. Після виходу на пенсію він відчув різку втрату соціальної ролі та мети. Його дні стали одноманітними, і він часто проводить час перед телевізором, демонструючи апатію та дратівливість.

Дружина Миколи, пані Галина, навпаки, знайшла нове захоплення — приєдналася до місцевого клубу скандинавської ходьби та активно займається волонтерством. Вона намагається залучити Миколу до спільних справ, пропонує поїздки або спільні хобі. Однак Микола постійно відмовляється, використовуючи фрази на кшталт: "Мені це вже не потрібно" або "Це марна трата часу".

Його донька, Олена, помічає, що Микола став менш уважним до себе, рідше спілкується з онуками та має постійно песимістичний настрій. Вона намагається поговорити з ним про його почуття, але Микола різко обриває розмову, кажучи, що "все нормально" і що "її це не стосується". Його поведінка свідчить про глибоку кризу ідентичності, пов'язану з переходом до старості.

Завдання:

1. Проаналізуйте ситуацію з позиції психосоціального розвитку за Е.Еріксоном. Яка психосоціальна криза є актуальною для пана Миколи у цій ситуації? Поясніть, як втрата професійної ролі призвела до застою та почуття відчаю.

2. Розкрийте вплив виходу на пенсію на "Я-концепцію" та соціальну роль. Які механізми психологічного захисту може використовувати Микола, коли відмовляється від нових активностей та ігнорує спроби дружини і доньки допомогти? Як можна підтримати його пошук нових значущих ролей?

3. Охарактеризуйте динаміку сімейних взаємин у період пізньої дорослості. Поясніть, як різний темп і якість адаптації до виходу на пенсію впливає на їхній шлюб. Які комунікативні стратегії слід використовувати доньці Олені, щоб подолати емоційну замкнутість батька та сприяти його інтеграції?

СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

Базова література

1. Бочелюк В.Й., Черепехіна О.А. Геронтопсихологія: навч.пос. К.: КНТ, 2022. 436 с.

2. Горещька О. В. Геронтопсихологія: навчальний посібник. Харків : Видавництво Іванченка І.С. 2017. 210 с. <https://dspace.bdupu.org.ua/items/445bb98b-1ea2-4008-b5eb-260037ff128f>
3. Долинська Л.В., Співак Л. М. Геронтопсихологія: Практикум. Хрестоматія: Навч. посібн. К.: Каравела. 2014. 244 с.
4. Коваленко О., Лук'янова Л., Помиткін Е., Московець Л. Психологія людей літнього віку. Навч. посібн. Київ : Вид-во ТОВ «Геопринт». 2021. 288 с. Режим доступу: https://ipood.com.ua/data/project_NFDU/posibnyk_2021.pdf
5. Кришталь М. А., Спіркіна О. О., Фомич М. В. Вікова психологія та геронтопсихологія: курс лекцій. Черкаси: ЧПБ ім. Героїв Чорнобиля НУЦЗУ України. 2020. 343 с. <http://repositsc.nuczu.edu.ua/handle/123456789/21631?locale=en>
6. Помиткін Е.О., Рибалка В.В. Геронтопсихологія навчання особистості похилого віку: посібник. Київ: ПООД імені Івана Зязюна НАПН України. 2020. 150 с.
7. Ушакова І.М. Вікова та геронтопсихологія. Х.: НУЦЗУ. 2016. 123 с.
8. Ушакова І. Геронтопсихологія. Підручник. Х.: НУЦЗУ. 2014. 236 с. <http://repositsc.nuczu.edu.ua/handle/123456789/1245>
9. Фомич М.В., Кришталь М.А., Мохнар Л.І., Дячкова О.М., Чередниченко Т.В. Сучасні форми та методи роботи психолога в кабінеті психологічного розвантаження персоналу ДСНС України: монографія. Черкаси: видавець Вовчок О.Ю.. 2023. 198 с. Режим доступу: <http://repositsc.nuczu.edu.ua/bitstream/.pdf>

Допоміжна література

1. Богдан Т. В. Особливості пізнавальних процесів у людей похилого віку. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія.* (4). 2022. С.33-36. <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2021.4.6>
2. Бочелюк В. Й., Черепехіна О.А. Геронтопсихологія: навч. посіб. Київ. 2014. 436 с.
3. Довбій Т.Ю., Лебедева С.Ю., Попов В.М. Професійна самотність та її корекція у рятувальників ДСНС України : монографія. Харків : НУЦЗУ. 2015. 164 с.
4. Дзюба Т.М., Коваленко О.Г. Психологія дорослості з основами геронтопсихології. Навчальний посібник. Київ: Вид. ДІМ «Слово». 2013. 264 с.
5. Долинська Л.В., Співак Л.М. Геронтопсихологія: Практикум. Хрестоматія: Навч. посібн. Київ: Каравелла. 2012. 240 с.
6. Дочинець Мирослав. Многії літа. Благії літа. Заповіти 104 річного карпатського мудреця — як жити довго в здоров'ї, щасті і радості. Мукачево: Карпатська вежа. 2017. 148 с.
7. Коваленко О., Лук'янова Л., Помиткін Е., Московець Л. Психологія людей літнього віку. Навч. посібн. Київ : Вид-во ТОВ «Геопринт». 2021. 288 с.
8. Міщиха Л.П. Творчий потенціал особистості у період пізньої дорослості: монографія. ІваноФранківськ: Місто НВ. 2014. 400 с.

9. Психолого-корекційний практикум травм війни : навч. посіб. Львів : ЛНУ імені Івана Франка. 2019. 396 с.
10. Помиткін Е.О., Рибалка В.В. Геронтопсихологія навчання особистості похилого віку: посіб. К.: Талком. 2020. 184 с.
11. Помиткін Е.О. Психологія духовного розвитку особистості: Монографія. Київ: Наш час. 280 с.
12. Сабліна Н. Життя після втрати. Психологічне консультування складних запитів: горе та втрата: навч.-терапевт. посіб. Вінниц. 2024. 120 с.
13. Психологічне консультування людей похилого віку Вісник ХДПУ ім. Г.С. Сковороди. Психологія. Харків: ХНПУ. 127с.
14. Щотка О.П. Психологія дорослої людини: Психологічний практикум. Ніжин: Видавництво НДПУ ім. М.Гоголя. 113 с.
15. Юр'єва Л.М., Мамчур О.Й., Огоренко В.В., Єрчкова Н.О. Кризові стани в сучасних умовах: діагностика, корекція та профілактика. Київ : Видавництво ТОВ «Галерея Принт».2017. 174 с.

ДОДАТКИ

Додаток А

НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ЦИВІЛЬНОГО ЗАХИСТУ УКРАЇНИ

Навчально-науковий інститут оперативно-рятувальних сил
Кафедра психології діяльності в особливих умовах

КОНТРОЛЬНА РОБОТА

з навчальної дисципліни
«Геронтопсихологія»

Здобувача__-го курсу
___групи ОР «бакалавр»
спеціальності
053 «Психологія»
Іваненка І.І.
Шифр _____

м. Черкаси – 2025 рік

ЗРАЗКИ ОФОРМЛЕННЯ ДЕЯКИХ ВИДІВ БІБЛІОГРАФІЧНИХ ОПИСІВ

Книга одного автора

1. Іванова В. Д. Технологія виробництва продуктів бджільництва : курс лекцій. Миколаїв: МДАУ. 2009. 245 с.
2. Прищенко С. В. Кольорознавство : навч. посіб. 3-тє вид., випр. і допов. Київ : Кондор. 2018. 436 с.
3. Parker J. Principles of scientific research. 7th ed. London : Editorial. 2017. 301 p.

Книга двох або трьох авторів

1. Боярин М. В., Нетробчук І. М. Основи гідроекології: теорія й практика : навч. посіб. Луцьк : Вежа-Друк. 2016. 365 с.
2. Артеменко А. П., Бобловський О. Ю. Від глобалізації до індивідуалізації: топологія міжкультурної взаємодії : монографія. Харків : Щедра садиба плюс. 2014. 215 с.
3. Wilson D., Lister P., Andrews A. Modern surgery. Manchester : MAN. 2011. 240 p.

Книга чотирьох і більше авторів

1. Астрономія : навч. посіб. / І. А. Климишин та ін. Одеса : Астропринт. 2012. 352 с.
2. Сучасна українська мова / О. М. Григор'єв та ін. 3-тє вид., перероб. Київ : Либідь. 2005. 488 с.
3. Referencing styles / G. R. Edwards et al. Los Angeles : International Publishing. 2010. 280 p.

Стаття (публікація) в періодичному виданні

1. Зайцева О. М. Варіантність у родовій категоризації іменників. *Вісник Київського національного лінгвістичного університету. Серія «Філологія»*. 2018. Т. 21. № 1. С. 121-130.
2. Капируля М. Ядерний тероризм в сучасній міжнародній системі. *Актуальні проблеми міжнародних відносин*. 2008. Вип. 73. ч. 2. С. 66-68.
3. Chua N. Y., Lundbye J. Endovascular catheter as a rewarming method for accidental hypothermia. *Therapeutic hypothermia and temperature management*. 2012. Vol. 2, no. 2. P. 89-91. URL: <https://doi.org/10.1089/ther.2012.0001> (date of access: 10.09.2023).

ТЕРМІНОЛІГІЧНИЙ СЛОВНИК

А

Авторитет (authority) – загально визнаний вплив окремої людини або колективу, організації у різних сферах суспільного життя, що ґрунтується на знаннях, високих моральних якостях, досвіді.

Агресивність (aggression) (від. фр. agressif – визивний, войовничий) – емоційний стан і риса характеру людини, що супроводжується імпульсивною активністю поведінки, афективними переживаннями – гнівом, злістю, ненавистю, ворожістю, прагненням заподіяти іншому травму (фізично або морально). В агресивному стані особа може повністю втратити самоконтроль. Агресивність може бути спрямована і на себе.

Асертивність (assertion) – визначається як “неконфліктна поведінка”, “уміння вирішувати конфлікти”, поведінка людини (включаючи конфліктні ситуації) на основі таких якостей: 1) повага до себе, почуття власної гідності, чесність, протидія маніпуляції; 2) повага до інших, дружелюбність, визнання права інших на власну точку зору, позицію; невикористання стосовно інших маніпулятивних технологій; 3) використання при вирішенні конфліктних ситуацій принципу співробітництва.

Асоціація (association) – соціальна група, в якій відсутня об’єднуюча їх спільна діяльність, організація та управління і в якій взаємовідносини опосередковуються особисто значимими цілями спілкування.

Афект (affect) – короткочасне, бурхливе переживання людини (гнів, лють, жах, відчай, раптова радість), що виникає, як правило, у відповідь на сильний подразник. У стані А. знижується здатність людини осмислювати значення своїх дій і керувати ними.

Б

Безумовний рефлекс (unconditional reflex) – відносно постійні успадковано закріплені реакції організму на певні впливи зовнішнього середовища, що відбуваються за допомогою нервової системи.

Біхевіоризм (behaviourism) (з англ. behaviour – поведінка) – напрям в американській психології ХХ ст., який зводить психіку до різних форм поведінки як сукупності реакцій організму на стимули зовнішнього середовища. Тому особистість в цій теорії – це сукупність реакцій поведінки, які притаманні даній людині, це організована і відносно стійка система навиків. Формула “стимул – реакція” (S – R) провідна в біхевіоризмі.

В

Витіснення (oust) – механізм психологічного захисту особистості у психоаналітичній теорії; процес, у результаті якого неприйнятні для особи думки, спогади, переживання, потяги витісняються із свідомості у сферу несвідомого.

Відчуття (feeling, sensation) – психічний процес, що полягає у відображенні мозком окремих властивостей та якостей предметів і явищ об'єктивного світу, а також станів організму при безпосередньому впливі подразників на відповідні органи чуттів.

Вміння (ability) – засвоєний суб'єктом спосіб виконання дій, який забезпечується сукупністю набутих знань і навичок.

Воля (will) – внутрішня активність особистості, пов'язана з вибором мотивів, цілепокладанням, прагненням до досягнення мети, зусиллям до подолання перешкод, мобілізацією внутрішньої напруженості, здатністю регулювати спонукання, можливістю приймати рішення та гальмувати поведінкові реакції.

Вольовий процес (will process) – психічний процес свідомої і цілеспрямованої регуляції людиною своєї діяльності та поведінки з метою досягнення бажаної мети.

Вольові якості (will characteristics) – відносно стійкі, незалежні від конкретної ситуації психічні утворення, що засвідчують досягнутий особистістю рівень свідомої саморегуляції поведінки, її влади над собою.

Г

Гуманістична психологічна теорія (humanistic psychological theory) – (від лат. humanus – людський) – напрям в сучасній психології (виник в 50-ті роки ХХ ст.). Теорія названа гуманістичною, тому що визнає своїм предметом особистість як унікальну цілісну систему, яка є не чимось заданим, а відкритою можливістю самоактуалізації, яка базується на вірі і можливості розквіту кожної людини, якщо дати їй можливість вибирати свою долю і направляти її.

Гендерна ідентичність – поняття, що характеризує людину з точки зору її належності до чоловічої або жіночої групи, відповідно до того як людина сама себе визначає.

Д

Депресія (depression) – відчуття пригніченості, песимізму, занепаду духовних сил. Виникає внаслідок деяких психічних і загальних захворювань або як реакція на важкі життєві ситуації (смерть рідних, втрата життєвої

перспективи, розчарування в чомусь або в комусь). Депресивний розлад, що буває за певних обставин у кожної людини, потрібно відрізнити від клінічної депресії як психічної хвороби.

Дифузійна група (diffusion group) – неорганізована або випадково організована соціальна група (глядачі, екскурсія, натовп тощо).

Довготривала пам'ять (long-term memory) – виявляється в процесі набування й закріплення знань, умінь і навичок, розрахованих на тривале зберігання та наступне використання в діяльності людини.

Довільна пам'ять (free memory) – вид пам'яті, що характеризується усвідомленням мети щось запам'ятати.

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

Домашнє насильство – повторювальний із збільшенням частоти цикл фізичних, словесних, емоційних, духовних, економічних образ з метою контролю, залякування, навіювання почуття страху.

Е

Економічне насильство в сім'ї – одноосібний розподіл коштів сімейного бюджету домінуючим членом сім'ї і строгий контроль за витратою грошей з його боку, є однією з форм вираження емоційного тиску і образи.

Експеримент (experiment) – метод психологічного дослідження, специфіка якого полягає в тому, що в ньому продумано створюється штучна ситуація, у якій досліджувана властивість виявляється найкраще їїможна точніше і легше оцінити. Існують такі види експериментів: природний, лабораторний.

Екстраверсія (extraversion) (від лат. extra – назовні, versio – направляю) – спрямованість, в силу організації нервових процесів, відчуттів, переживань та інтересів індивіда, до зовнішнього світу. Осіб, для яких характерна екстраверсія, називають екстравертами.

Екстремальна ситуація – раптово виникла ситуація, яка виходить за межі нормального людського досвіду та погрожує чи сприймається суб'єктом як погрожуюча життю, здоров'ю, благополуччю.

Екстремальні умови діяльності – об'єктивні обставини дійсності, які суттєво впливають на зміст та якість діяльності, несуть потенційну загрозу життю та здоров'ю суб'єкта праці, і характеризуються: постійною інтенсивною дією загрозливих факторів діяльності; мобілізацією резервних буферних можливостей працівника; сильно вираженими негативними функціональними станами; значними нервово-психічними та енергетичними витратами (до 4 тис. ккал.); потребою відновлення після діяльності.

Екстрена психологічна допомога – це система короткострокових заходів, які надаються людям, що постраждали у зоні надзвичайної ситуації або найближчим часом після травматичної події.

Емоції (emotions) – це особливий клас психічних явищ, що відображає у формі безпосереднього, швидкоплинного переживання важливість для життєдіяльності індивіда певних явищ і ситуацій, які діють на нього.

Емоційна пам'ять (emotional memory) – виявляється в запам'ятовуванні людиною своїх емоцій та почуттів. Запам'ятовуються не стільки самі по собі емоції, скільки предмети та явища, що їх викликають.

Емоційні процеси (emotional processes) – специфічна форма психічного відображення суб'єктивного ставлення людини до предметів або явищ у формі безпосереднього переживання, приємного чи неприємного.

Емпатія (empation) – емоційний аспект розуміння іншої людини, здатність відгукнутися на її проблеми, уміння проникнути в переживання іншої людини, переживати разом з нею, співчувати їй.

Ентузіазм (enthusiasm) – психічний стан великого піднесення, душевного пориву.

Естетичне виховання (aesthetic training (education)) – процес розвитку в людини здібностей сприймати і правильно розуміти прекрасне в дійсності та мистецтві; процес формування естетичної свідомості, розвитку творчих здібностей і обдарувань у різних галузях естетичної діяльності.

З

Запам'ятовування (remembering) – процес пам'яті, який забезпечує відбір, прийом і фіксацію інформації.

Звичка (habit) – схильність людини до відносно усталених, стандартних способів дій.

Здібності (abilities) – психічні властивості індивіда, які є передумовою успішного виконання певних видів діяльності.

Знання (knowledge) – перевірені суспільно-історичною практикою результати процесу пізнання, відображені у свідомості людини у вигляді уявлень, фактів, суджень, теорії.

Зовнішня увага (outside attention) – вид уваги, що спрямована на довкілля і зумовлюється зовнішніми подразниками.

І

Індивід (individual) – біологічний організм, носій загальних спадкових якостей біологічного виду “людина”; представник людського роду – homo sapiens.

Індивідуальність (individuality) – неповторне співвідношення особистих рис та особливостей людини (характер, темперамент, здібності, особливості протікання психічних процесів, сукупність почуттів тощо), що утворюють її своєрідність, відмінність від інших людей. І. – особлива і не схожа на інших людина в повноті її фізичних та духовних якостей.

Інстинкт (instinct) – біологічно зумовлена вроджена тенденція чи імпульс до певної поведінки без участі мислення, навчання чи досвіду.

Інсайт (insight) – нове рішення проблеми, що виявляється раптово після того, як суб'єкт інтегрує інформацію, що є в пам'яті і що надходить з навколишнього середовища.

Інтроверсія (introversion) (від лат. intro – всередину, versio – повертати) – спрямованість, в силу організації нервових процесів, відчуттів, переживань та інтересів індивіда, на свій власний внутрішній світ. Осіб, для яких характерна інтроверсія, називають інтровертами.

Інтуїція (intuition) – процес безпосереднього одержання знання за допомогою цілісного охоплення проблемної ситуації без дискурсивного його виведення й доведення.

К

Колектив (staff) – соціальна група вищого рівня розвитку з певною організаційною структурою, що поєднана цілями спільної суспільно-корисної діяльності і має складну динаміку формальних та неформальних стосунків. Діяльність членів колективу визначається особистісно значимими і соціально визнаними цінностями.

Конфлікт (conflict) (з лат. conflictus – зіткнення) – особливий вид взаємодії, в основі якого лежать протилежні і несумісні цілі, інтереси, типи поведінки людей та соціальних груп, які супроводжуються негативними психологічними проявами.

Концентрація уваги (concentration of attention) – властивість, яка полягає у єдності її зосередженості та інтенсивності.

Короткочасна пам'ять (short-term memory) – характеризується швидким запам'ятовуванням матеріалу, негайним його відтворенням і нетривалим зберіганням.

Криза – переломний момент, важкий перехідний стан, загострення, небезпечний нестійкий стан.

Криза – це реакція особистості на критичну ситуацію, що виражається в нездатності особистості розв'язати цю ситуацію в короткий час і звичний спосіб.

Кризова психологія – це галузь професійної діяльності, яка має на меті визначення психологічних особливостей життєвої ситуації та індивідуальності людини або групи, внесення позитивних змін у процес взаємодії між ними і профілактику небажаних форм поведінки для найбільш повного розкриття сутнісних сил людини.

Кризовий стан – нормальна реакція людини на аномальну (психотравмуючу) подію.

Кризова подія – стан спільної за часом небезпеки.

Критична ситуація – це така ситуація, у якій суб'єкт не може реалізувати основні потреби свого життя і яка ставить його перед необхідністю зміни способу буття.

Л

Лідер (leader) (від англ. leader – провідний, керівник) – особистість, що користується визнанням та авторитетом групи і за якою група визнає право приймати рішення про дії у важливих ситуаціях, бути організатором діяльності групи і регулювати відносини у групі.

Логічне мислення (logical thinking) – вид мислення, що здійснюється з опорою на поняття, судження, закони логіки, не використовуючи емпіричні дані.

Людина (man) – біосоціальна істота, наділена свідомістю, вищими психічними функціями (абстрактно-логічне мислення, логічна пам'ять), здатністю пізнавати навколишній світ і активно змінювати, перетворювати його.

М

Маніпулювання (manipulation)(від лат. manipulatio – застосовувати маніпуляції, прийоми, дії) – вид психологічного впливу, спрямованого на неявне спонукання інших (іншого) до виконання визначених маніпулятором дій.

Мимовільна пам'ять (involuntary memory) – вид пам'яті, що характеризується фіксацією інформації без вольового зусилля, спрямованого на запам'ятовування.

Мимовільна увага (involuntary attention) – вид уваги, що виникає незалежно від наміру та мети людини під впливом найрізноманітніших подразників, які діють на той чи інший аналізатор організму.

Мислення (thinking) – процес опосередкованого та узагальненого відображення свідомістю людини предметів і явищ об'єктивної дійсності в їхніх істотних властивостях, зв'язках і відносинах; вища форма відображення дійсності у психіці.

Мова (language) – суспільно зумовлена система словесних знаків, яка слугує засобом спілкування в певному суспільстві.

Мовлення (speech) – процес спілкування засобами мови, мова в дії.

Моральне виховання (moral training) – цілісний процес, спрямований на розвиток моральності, моральнісних якостей, відносин та діяльності особистості.

Мотив (motive) – спонукальна причина дій і вчинків людини.

Мотивація (motivation) – сукупність мотивів, доказів для обґрунтування чогось, спонука до діяльності; мотивування.

Н

Навички (skills) – опанування до автоматизму способами використання певних засобів діяльності.

Навчання (education) – цілеспрямований педагогічний процес організації активної навчально-пізнавальної діяльності з оволодіння знаннями, вміннями і навичками, у ході якого здійснюється освіта людини, формується система відповідних компетентностей.

Насильство – примусовий вплив на кого-небудь.

Натовп – неорганізоване скупчення людей, пов'язаних між собою загальним емоційним станом, об'єктом уваги та метою.

Неврози (neuroses) – тимчасові функціональні розлади нервової діяльності.

Неформальна група (unformal group) – створюється та існує поза рамками офіційно визнаних організацій. Цілі, структура та діяльність Н. г. визначаються на основі особистих інтересів її учасників.

О

Образна пам'ять (image memory) – виявляється в запам'ятовуванні і відтворенні образів, уявлень конкретних предметів, явищ, їх властивостей.

Образне мислення (image thinking) – конкретне мислення, яке реалізується у вигляді аналізу і поєднання образів.

Оперативна пам'ять (operative memory) – забезпечує запам'ятовування і відтворення оперативної інформації, потрібної для використання в поточній діяльності.

Опитування (polling) – метод дослідження, при використанні якого людина відповідає на ряд питань, що їй задаються. Види опитувань: усне (бесіда, інтерв'ю), письмове (анкетування).

Органи чуття (reseptors) – спеціалізовані периферійні утворення, які здійснюють прийом зовнішніх подразників, що діють на організм.

Особистість (personality) – соціально-психологічна сутність людини, яка формується в результаті засвоєння індивідом суспільних форм свідомості і поведінки, суспільно-історичного досвіду людства. Особистістю ми стаємо під впливом суспільства, виховання, навчання, взаємодії, спілкування тощо.

Особливі умови діяльності – це такі об'єктивні обставини дійсності, які визначають або впливають на зміст та якість діяльності, проте не несуть прямої загрози життю та здоров'ю суб'єкта праці, і характеризуються: епізодичною дією негативних факторів діяльності, що не мають великої сили чи інтенсивності; залученням до діяльності резервних можливостей працівника компенсаторного типу; помірним вираженням негативних функціональних станів; помірними нервово-психічними та енергетичними витратами (до 3,5 тис. ккал.); потребою у відпочинку працівника після діяльності.

II

Пам'ять (memory) – пізнавальний психічний процес сприймання, запам'ятовування, збереження, відтворення і забування індивідом свого досвіду.

Паніка – стан масового страху перед реальною або уявною небезпекою, який спричиняє не контрольовану поведінку людей, блокує здатність раціонально оцінювати обставини, мобілізувати вольові ресурси та організувати спільну протидію.

Переконання (convictions) – усвідомлювані мотиви, які спонукають людину діяти відповідно до своїх поглядів і принципів; у педагогіці – метод виховання, який передбачає цілеспрямований вплив на свідомість вихованця з метою формування в нього позитивних морально-психологічних рис, спонукання до суспільно-корисної діяльності або подолання негативної поведінки.

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

Посилена психологічна увага – це система комплексних заходів психологічного характеру, що здійснюються з метою своєчасної профілактики та попередження надзвичайних подій серед працівників ризиконебезпечних професій, підвищення рівня адаптаційних можливостей особистості працівників до умов службової діяльності, забезпечення їх психологічного благополуччя, збереження психічного й фізичного здоров'я, запобігання службовому та побутовому травматизму.

Потяг (inclination) – стан організму, у якому виявляється безпосередньо-чуттєве відображення потреби. Поняття П. пов'язане з осмисленням своєрідних внутрішніх сил організму, що спонукають його до дії.

Почуття (feelings) – це специфічно людські, узагальнені, стійкі переживання ставлення до потреб, задоволення або незадоволення яких зумовлює позитивні чи негативні емоції.

Проблемна ситуація (problem situation) – ситуація або задача, для розв'язання якої суб'єкт має знайти й застосувати нові для себе знання чи способи дій; основне поняття проблемного навчання.

Професійна деформація – це явище, що характеризується змінами властивостей особистості (стереотипів сприймання, ціннісних орієнтацій, характеру, способів спілкування та поведінки тощо), змінами рівня виразності професійно важливих якостей фахівця, що відбуваються під впливом змісту, умов, тривалості виконання діяльності та його індивідуально-психологічних особливостей.

Професійне вигорання – це емоційне виснаження, що виникає на фоні стресу, який викликано міжособистісним спілкуванням.

Професіоналізація – процес перетворення особистості в професіонала. П. являє собою цілісний процес, який починається з моменту вибору професії і триває протягом всього професійного життя людини.

Психіка (psychology) – 1) душа; 2) внутрішній світ людини; 3) сукупність психічних процесів як свідомих, так і несвідомих; 4) здатність мозку відображати об'єктивну дійсність у формі відчуттів, уявлень, думок та інших суб'єктивних образів об'єктивного світу (свідомість).

Психічні процеси (psychical processes) – різні форми єдиного, цілісного відображення суб'єктом об'єктивної дійсності. Розрізняють такі основні види П. п.: відчуття, сприймання, пам'ять, уявлення, уява, мислення, мовлення, емоції, почуття, увага, воля.

Психічні стани (psychical state) – психологічна характеристика особистості, що відбиває її порівняно тривалі душевні переживання.

Психічне здоров'я – це такий стан благополуччя людини, при якому вона усвідомлює власні можливості, здатна справлятися з повсякденними життєвими труднощами, може плідно працювати та приносити користь суспільству.

Психоаналіз (psychoanalyses) – вчення З. Фрейда; система ідей, методів інтерпретації сновидінь та інших несвідомих психічних явищ, а також діагностики і лікування різних душевних захворювань.

Психолог (psychologist) – фахівець у галузі психології. Людина, яка має професійні знання й уміння та виконує певну роботу в теоретичній або практичній психології.

Психологічна допомога – це вид допомоги, яку надає кваліфікований психолог людині або групі людей з метою оптимізації психофізіологічних станів, пізнавальних процесів, поведінки, спілкування, реалізації індивідуальної і особливо групової діяльності.

Психологічна (екстремальна) підготовка – це система цілеспрямованої психолого-педагогічної діяльності, яка забезпечує належний рівень підготовленості людини, груп до дій в екстремальних ситуаціях та успішне подолання ними труднощів при реалізації життєвих і професійних намірів.

Психологічна проблема – це стан невизначеності, що виникає в процесі життєдіяльності індивіда між його намірами, уявленнями, мотивами й цілями поведінки та об'єктивними й суб'єктивними умовами її реалізації як протиріччя між очікуваними та реальними результатами дій людини.

Психологічне (емоційне) насильство – це періодичний, тривалий або постійний психічний вплив, спрямований на навмисне приниження людської честі й гідності, що стає причиною образ, страху, невпевненості в собі, гальмує розвиток особистості й призводить до формування патологічних рис характеру.

Психопрофілактика - один з різновидів психологічної допомоги, спрямований на попередження психічних захворювань, реабілітацію психічно хворих людей, а також на збереження, поліпшення й зміцнення психічного здоров'я (психогігієна).

Психосинтез (psychosynthesis) – теорія, метод розвитку цілісної і гармонічної особистості, зокрема шляхом синтезу її свідомої та безсвідомої частин.

Р

Реальні групи (real groups) – реально існуюче в певному просторі і часі об'єднання людей, яке характеризується тим, що його члени поєднані між собою реальними відносинами та зв'язками.

Референтна (еталонна) група (referent group) – реально існуюча або умовна група, погляди, норми та цінності якої є взірцем для особистості. Під її впливом вона формує свої життєві ідеали, вивіряє власні дії та вчинки.

Розум (mind) – вища форма теоретичного осягання дійсності, свідоме оперування поняттями, синтез знань на найвищому рівні теорій та ідей.

Рухова пам'ять (movement memory) – запам'ятовування, зберігання і відтворення людиною своїх рухів.

С

Самоактуалізація особистості (self-actualization of personality) – в теорії А. Маслоу процес та результат повної реалізації талантів, здібностей і можливостей людини.

Самовиховання (self-training) – свідома, цілеспрямована та самостійна діяльність особистості, що виникає в результаті її взаємодії з середовищем і впливає на її розвиток та вдосконалення.

Самооцінка особистості (self-evaluation of personality) – оцінка людиною своїх якостей, себе, рівня успішності власної діяльності, сприйняття своєї особи іншими людьми, виходячи з системи цінностей людини.

Свідоме (conscious) – прояви психіки, що характеризуються контролем свідомості за перебігом психічних процесів. С. є протилежним станом несвідомого.

Свідомість (consciousness) – вища форма психіки, яка полягає в суб'єктивному відображенні об'єктивних властивостей предметів і явищ навколишнього світу, процесів, що відбуваються в ньому, своїх дій, у попередньому їх плануванні і передбаченні наслідків, у регулюванні взаємовідносин людини з природою і соціальною дійсністю.

Сексуальне насильство – вид домагання, що виражається у формі як нав'язаних сексуальних дотиків, сексуального приниження, так і примусу до сексу і здійснення сексуальних дій (аж до зґвалтування і інцесту) проти волі жертви.

Ситуація – реальна сукупність об'єктивно-суб'єктивних обставин, особливостей буття конкретної людини (групи, спільності), характерних для її життєдіяльності у якийсь момент або відрізок часу.

Словесно-логічна пам'ять (verbal and logical memory) – запам'ятовування та відтворення понять, суджень, умовиводів, які відображають предмети та явища в їх істотних властивостях.

Снобачення (dreaming) – більш чи менш яскраві образи, що виникають під час сну.

Сон (dream) – змінений стан свідомості, протилежний неспанню, при якому відсутні рухи, ослаблені м'язи, загальмована діяльність центральної нервової системи. В основі сну лежить природне гальмування кориголового мозку.

Соціалізація людини (socialization of personality) – процес перетворення людської істоти на суспільного індивіда, утвердження її як особистості, включення у суспільне життя як активної сили.

Соціальна група (social group) – певна спільність людей, які поєднані на основі відповідних загальних ознак, що стосуються спільної діяльності, на

підставі якої виникають певні психологічні утворення (соціальне почуття, інтереси та ін.).

Соціальна психологія (social psychology) – галузь психології, що вивчає психологічні прояви людини, які зумовлені її віднесенням в певну соціальну групу, та психологічні характеристики самих соціальних груп.

Соціальне середовище (social environment) – одна з основних категорій соціальної психології, що розкриває сукупність суспільних і психологічних умов, серед яких людина живе і з якими постійно стикається в процесі життя.

Соціально-психологічний клімат (social and psychological climate) – рівень міжособистісних стосунків, що виявляється як сукупність психологічних умов, які сприяють або заважають продуктивній діяльності особистості у групі; домінуючий настрій, морально-психологічна атмосфера, у якій виявляється властиве для членів групи ставлення до загальної справи і один до одного. Істотним показником С.-п. к. є рівень згуртованості групи.

Соціометрія (sociometric) – методика дослідження системи неформальних стосунків в певній групі в певний момент її існування. В основі лежить вимірювання відносин симпатій – антипатій, прийняття – неприйняття людьми одне одного, прихильностей, уподобань стосовно один одного.

Спілкування (communication) – взаємодія людей, яка полягає в обміні інформацією, діями та у встановленні взаєморозуміння.

Спостереження (observation) – метод психологічного дослідження, який полягає в спостереженні за об'єктом дослідження, реєстрації та поясненні психологічних фактів. Метод спостережень характеризується безпосереднім сприйняттям явищ і процесів у їхній цілісності і динаміці. Види спостережень: життєве і наукове, внутрішнє і зовнішнє, вільне і стандартизоване, включене і стороннє.

Сприймання (perception) – це психічний процес відображення людиною предметів і явищ у цілому, в сукупності всіх їх якостей і властивостей при безпосередньому їх впливі на органи чуттів; сукупність відчуттів.

Стиль управління (керівництва) (style of management) – стійка сукупність особистісних та соціально-психологічних характеристик керівника, за допомогою яких реалізується той чи інший метод (методи) керівництва.

Страх – емоція, що виникає в ситуаціях загрози біологічному або соціальному існуванню індивіда та спрямована на джерело дійсної або уявлюваної небезпеки.

Стрес (stress) – система реакцій (емоційний стан) організму у відповідь на будь-яку висунуту до нього вимогу. У стресовому стані людина

припускається помилок у розподілі і переключенні уваги, у неї порушується перебіг пізнавальних процесів (сприймання, пам'ять, мислення), спостерігається розлад координації рухів, неадекватність емоційних реакцій, дезорганізація і гальмування всієї діяльності. Стрес може як позитивно, мобілізувально, так і негативно впливати на діяльність (дистрес), аж до повної її дезорганізації.

Стресор (stressor) – фактор, який викликає стан стресу. Virізняють фізіологічний і психологічний стресори.

Суб'єкт (subject) – суспільний організм, чия практична і пізнавальна активність спрямована на об'єкт. У психології С. є індивід або соціальна група, що цілеспрямовано діє з метою задоволення своїх практичних чи соціальних потреб.

Сублімація (sublimation) – “перерозподіл психічної енергії”. З точки зору психоаналізу психічна енергія неусвідомленого може сублімуватися, трансформуватися в енергію різних видів діяльності, які прийнятні для суспільства і людини (творчість, мистецтво, суспільну чи трудову активність).

Т

Тактильний (touching) – той, що належить до дотикових відчуттів, сприймається дотиком.

Темперамент (temperament) – індивідуально-типологічна характеристика людини, що виявляється в силі, напруженості, швидкості та врівноваженості перебігу її психічних процесів.

Тестування (testing) – спеціалізований метод психологічного дослідження, застосовуючи який можна отримати точну кількісну чи якісну характеристику розвитку певних психічних явищ за допомогою порівняння їх показників з еталонними.

Терор – це стан дуже сильно страху (жаху), що виникає як реакція на певні дії, які мають за мету викликати саме цей стан у тих, по відношенню до кого вони здійснюються чи тих, хто є їх свідком.

Тероризм – це узагальнене поняття, що позначає комплексне явище, яке включає страх і жах, як мету певних (терористичних) актів і дій, самі акти і дії, їхні конкретні результати та весь спектр більш широких наслідків.

Трансперсональні психологічні теорії (transpersonal psychological theories) – це моделі людської психіки, в яких визнається значимість духовного і космічного вимірів та можливостей для розвитку свідомості. Людська психіка сумірна зі Всесвітом і всім існуючим. В центрі Т. п. т. – “психології за межами свідомості” – так звані “змінені стани свідомості”,

переживання яких може привести до зміни фундаментальних цінностей, духовного переродження і формування цілісності особистості.

У

Увага (attention) – це особлива форма психічної діяльності, яка виявляється у спрямованості і зосередженості свідомості на вагомих для особистості предметах, явищах навколишньої дійсності або власних переживаннях, при одночасному відволіканні від того, що не є предметом уваги.

Уміння (ability) – здатність людини усвідомлено застосовувати набуті знання.

Умовивід (conclusion) – одна з головних форм теоретичного мислення (поряд з поняттям і судженням), в якій ми з одного або кількох суджень виводимо нове; спосіб логічного зв'язку висловлювань.

Умовна група (номінальна) (nominal group) – об'єднання людей за певною умовною ознакою (стать, вік, професія, освіта, етнічна, політична чи релігійна належність), в якому реальні особистості, які включені в умовну групу, не мають між собою реальних відносин та зв'язків і навіть можуть не знати один одного.

Умовний рефлекс (conditioned reflex) – один із двох основних типів рефлексів, відкритий і всебічно досліджений великим російським фізіологом І. П. Павловим (1849 – 1936). Різноманітні види У. р. утворюються за певних умов у процесі життєдіяльності організму на базі вроджених, безумовних рефлексів. У. р. виникає в результаті кількаразового поєднання дії безумовного подразника (зокрема, харчового) з дією будь-якого чинника.

Уява (imagination) – процес створення людиною на основі досвіду образів об'єктів, яких вона ніколи не сприймала, своєрідна форма відображення людиною дійсності, в якій виявляється активний випереджальний характер пізнання нею світу.

Ф

Фізичне насильство – це навмисне завдання фізичних ушкоджень, а також свідоме позбавлення свободи, помешкання, їжі, одягу та інших нормальних умов життя, які можуть призвести до смерті, викликати порушення фізичного та психічного здоров'я.

Формальна група (formal group) – поєднання людей на підставі загальної діяльності, в рамках офіційно визнаних організацій. Цілі, структура та діяльність Ф. г. має нормативно визначений характер.

Фрустрація (frustration) – психічний стан особистості, викликаний неуспіхом у задоволенні її потреб та бажань. Стан фрустрації

супроводжується різними негативними переживаннями: роздратуванням, розчаруванням, тривогою, відчаєм, агресією тощо.

Х

Характер (character) – комплекс сталих психічних властивостей людини, що виявляються в її поведінці та діяльності, у ставленні до суспільства, до праці, до інших, до самої себе.

Ц

Цілі освіти (educational objectives) – набуття наукових знань, умінь і навичок, оволодіння якими забезпечує всебічний розвиток розумових здібностей учасників навчального процесу, формування світогляду, духовності, поведінки, системи відповідних компетентностей.

Ч

Чутки – специфічний вид неформальної міжособистісної комунікації, у процесі якої інформація, що до певної міри відображає деякі реальні чи вигадані події, стає надбанням широкої дифузної аудиторії.

Я

“Я” (ego) – в психоаналізі визначається як свідомість, розумна, раціональна частина психіки. “Я” формується під впливом суспільства, яке висуває свої вимоги до людини

Навчальне видання

РУДЕНКО Ілона Миколаївна

ГЕРОНТОПСИХОЛОГІЯ

Методичні вказівки до виконання контрольної роботи
для здобувачів заочної форми навчання
першого (бакалаврського) рівня вищої
освіти спеціальності 053 «Психологія»

Національний університет цивільного захисту України.
18034, м. Черкаси, вул. Онопрієнка, 8.