

Міністерство освіти і науки України
Волинський національний університет імені Лесі Українки
Кафедра педагогічної та вікової психології

Вікова психологія:
методичні рекомендації до самостійної роботи

Луцьк-2026

УДК 159.922.6(072)

Г74

Ярослав Гошовський. «Вікова психологія»: *методичні рекомендації до самостійної роботи* (№ 6 від 18.02.2026.). Луцьк, 2026. 46с.

Рецензенти:

Доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри загальної та клінічної психології Журавльова О.В.

Методичні рекомендації до самостійної роботи з ОК «Вікова психологія» розроблено з метою забезпечення системної та усвідомленої навчально-пізнавальної діяльності здобувачів вищої освіти. Видання містить структурований перелік тем для самостійного опрацювання, методичні рекомендації до їх вивчення, словникову роботу з ключовими поняттями та категоріями вікової психології, а також питання і завдання для самоконтролю та рефлексії засвоєного навчального матеріалу.

Запропоновані матеріали спрямовані на поглиблення теоретичних знань про закономірності психічного розвитку особистості впродовж онтогенезу, формування здатності до наукового аналізу вікових особливостей психіки, критичного осмислення класичних і сучасних концепцій розвитку, а також розвиток умінь застосовувати отримані знання у практичній психологічній діяльності.

Методичні рекомендації призначені для здобувачів освітнього рівня бакалавр за спеціальностями «Психологія» та «Практична психологія». Водночас матеріали можуть бути корисними для практичних психологів, викладачів і фахівців суміжних галузей, які виявляють науковий і професійний інтерес до проблем психічного розвитку особистості на різних вікових етапах та онтогенетичних щаблях.

ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Методичні рекомендації містять завдання для самостійної роботи здобувачів з ОК “Вікова психологія” відповідно до навчального плану та силабусу.

Методичні рекомендації до самостійної роботи є невід’ємним інструментом формування професійної компетентності здобувачів освіти у сфері вікової психології. Вони сприяють систематизації та упорядкуванню інформації, допомагають засвоїти ключові поняття, категорії та закономірності психічного розвитку на різних вікових етапах. Крім того, методичні вказівки полегшують інтеграцію теоретичних знань у професійну практику, формують навички прийняття рішень, консультування та застосування психолого-педагогічних підходів у роботі з різними віковими групами. Завдяки систематичній самостійній роботі здобувачі здобувають уміння оцінювати достовірність джерел, порівнювати наукові концепції та робити обґрунтовані висновки на основі аналізу наукових даних.

Основними завданнями самостійної роботи є: поглиблення теоретичних знань з вікової психології; розвиток навичок наукового та аналітичного мислення; формування умінь інтегрувати теоретичні положення у практичний контекст; підготовка до виконання професійної діяльності на основі науково обґрунтованих принципів; усвідомлення вікових особливостей психічного розвитку та соціально-психологічних аспектів взаємодії людини.

Організація самостійної роботи здобувачів вищої освіти передбачає систематичне ведення словника психологічних термінів за кожною темою дисципліни, підготовку ґрунтовних відповідей на контрольні питання та завдання, опрацювання й фіксацію наукових джерел, а також розв’язання проблемних ситуацій і виконання творчих завдань, таких як підготовка повідомлень, презентацій, аналітичних оглядів та розробка психологічних кейсів. Усі зазначені види діяльності спрямовані на поглиблення

теоретичних знань, розвиток аналітичного мислення, формування навичок самостійної навчально-дослідницької роботи та професійної рефлексії.

Питання для самоконтролю спрямовані на активізацію знань здобувачів, набутих під час опрацювання попередніх тем курсу, а також на розвиток уміння виявляти та аналізувати закономірності й чинники, що визначають вікову динаміку розвитку психіки.

Особлива увага приділяється формуванню навичок науково обґрунтованого пояснення методів виховання та навчання осіб різних вікових груп із психологічної точки зору.

Тема 1. Вікова психологія як практична галузь знань

1. Зародження та становлення вікової психології. Історія виникнення вікової психології як наукової дисципліни. Основні етапи розвитку та ключові концепції вікової психології. Роль видатних психологів у формуванні теоретичної бази дисципліни.

2. Місце вікової психології у системі психологічного знання. Взаємозв'язок вікової психології з загальною психологією. Значення вікової психології для педагогічної та клінічної психології. Прикладна цінність вікової психології для практичної діяльності психолога, педагога, соціального працівника.

3. Міжпредметні зв'язки вікової психології. Зв'язок з біологією та медициною: фізіологічні основи психічного розвитку. Зв'язок з соціологією та педагогікою: соціальні та освітні чинники розвитку. Зв'язок з філософією: загально-онтологічні та гносеологічні підходи до розвитку людини.

4. Методологічні засади вікової психології. Загально-філософські принципи: розвиток як процес, системний підхід, діалектика зміни та стабільності, детермінованість і варіативність психічного розвитку. Методологічні принципи психології: науковість, об'єктивність, принцип врахування індивідуально-вікових особливостей, комплексність і інтегративність.

Методичні вказівки: при виконанні завдань здобувачі освіти повинні звернути увагу на специфіку предмета вікової психології порівняно з іншими галузями психологічної науки та з'ясувати на цій основі міждисциплінарні зв'язки цієї науки; аналізуючи завдання вікової психології, слід засвоїти основну досліджувану проблематику, навчитися розкривати сутність основних проблем вікової психології та враховувати основні методологічні принципи, на які спирається вікова психологія. Аналізуючи сутність методів вікової психології, необхідно засвоїти специфіку їх використання у процесі вивчення вікових особливостей розвитку психіки.

Словникова робота: вікова психологія, предмет вікової психології, вік, теорія рекапітуляції, теорія конвергенції двох факторів, культурно-історична теорія походження вищих психічних функцій Л. С. Виготського, принцип об'єктивності, принцип детермінізму, принцип єдності психіки та діяльності, принцип розвитку, принцип системності, порівняльний метод, лонгітюдний метод.

Питання та завдання для самоконтролю

1. Що становить предмет вивчення вікової психології? Чим предмет вікової психології відрізняється від предмету загальної психології?
2. Що таке наукова проблема? Які основні проблеми вирішує вікова психологія? Наведіть приклади.
3. Який період онтогенезу досліджує геронтопсихологія?
4. Яке значення має знання вікової психології для практичного психолога?
5. У чому полягає сутність принципу розвитку у віковій психології? Хто з вітчизняних вчених увів цей принцип у дослідження вікових особливостей психіки людини?
6. Які методи науково-психологічного вивчення особливостей розвитку психіки протягом онтогенезу існують? Які з них є провідними?
7. Що таке лонгітюдне дослідження у віковій психології?

Завдання для самостійної роботи

1. Розкрийте внесок у розвиток вікової психології видатних вчених, зокрема Л.С. Виготського, С.Д. Максименка та Балла Г.О. Для оформлення роботи рекомендується дотримуватися наступного плану:

Лев Семенович Виготський (1896–1934) – засновник культурно-історичної теорії вищих психічних функцій;

Основні праці вченого (зокрема ті, що доступні у бібліотеці університету);

Наукові інтереси: кризові періоди розвитку, психологія підлітка та інші;

Значущість наукових здобутків для розвитку вікової психології.

2. Проаналізуйте проблеми вікової психології в Україні.

Розгляньте внесок українських вчених у становлення та розвиток вікової психології. Визначте актуальні напрями досліджень та практичного застосування знань у контексті сучасної освіти та психологічної практики.

3. Проведіть спостереження за ходом дискусії під час вирішення завдання у шкільному класі або студентській групі, використовуючи знання про основні етапи наукового спостереження та систему категорій Р.Бейлза. Організуйте спільну ситуацію спостереження у співпраці з викладачем: малу соціальну групу, яка вирішує задачу через дискусію;

2. Порівняйте зміст програми спостереження та отримані результати з аналогічними характеристиками роботи інших спостерігачів.

3. Проаналізуйте роль взаємодії та комунікативних процесів у групі та визначте закономірності розвитку пізнавальних і соціальних навичок учасників.

Тема 2. Історія становлення вікової психології

Зародження знань з вікової психології у давньому світі. Погляди давньогрецьких і давньоримських філософів на дитинство та розвиток людини (Платон, Арістотель, Цицерон).

Концепція “стадій життя” у давньому світі: дитинство, юність, зрілість, старість. Практичні поради щодо виховання і навчання дітей у давньому світі.

Ідеї вікової психології у середньовіччі та в епоху Відродження. Роль релігійних і морально-етичних концепцій у формуванні уявлень про дитинство та юність. Вплив гуманізму епохи Відродження на розуміння розвитку особистості.

Внесок Ж.-Ж. Руссо, Дж. Локка та інших мислителів у формування концепції дитинства як особливого етапу життя. Формування принципів виховання відповідно до природних потреб і здібностей дитини.

Виникнення когнітивних і соціокультурних теорій розвитку (Л.С. Виготський, Е. Еріксон).

Перші згадки про дослідження психічного розвитку дітей у працях українських педагогів і психологів XIX–XX ст. Роль наукових шкіл та академічних центрів у становленні української вікової психології.

Особливості впровадження вікової психології у практику освіти та виховання в Україні.

Методичні вказівки: при виконанні завдань студенти повинні звернути увагу на зародження знань з вікової психології у давньому світі, а також ідеї вікової психології у середньовіччі та в епоху Відродження.

Питання та завдання для самоконтролю

1. Проаналізуйте основні концепції розвитку психіки людини, що існували в історії психології. Які закономірності розвитку психіки підкреслювали різні епохи?

2. Розкрийте погляди Геракліта, Демокріта, Сократа, Платона та Арістотеля на душу та її розвиток. У чому полягають їхні спільні та відмінні концептуальні підходи?

3. Охарактеризуйте класичні філософські уявлення про природу психіки та її розвиток. Як ці концепції вплинули на подальший розвиток психологічної науки?

4. Схарактеризуйте погляди епікурейців щодо психіки та її розвитку. Яке місце займала психіка у системі цінностей цієї школи?

5. Проаналізуйте основні ідеї вікової психології у Середньовіччі. Як релігійні й моральні підходи впливали на розуміння дитинства та юності?

6. Охарактеризуйте вплив ідей епохи Відродження на розвиток вікової психології. Яке значення гуманістичних ідей для концепцій розвитку особистості?

7. Схарактеризуйте процес становлення наукової думки з вікової психології у Новий час. Які методологічні новації з'явилися у дослідженні психічного розвитку?

8. Розкрийте ключові ідеї психологічного розвитку епохи Просвітництва. Яким чином концепції Локка та Руссо вплинули на сучасне розуміння дитинства?

9. Проаналізуйте першу систематизовану періодизацію розвитку людини. Які її сильні та слабкі сторони з позицій сучасної науки?

10. Опишіть становлення вікової психології у другій половині XIX століття. Які наукові напрямки і методи визначили її розвиток?

11. Охарактеризуйте виникнення і розвиток вікової психології в Україні. Які наукові школи та дослідники відіграли ключову роль?

12. Охарактеризуйте методологічні принципи вікової психології Г.С. Костюка. Яким чином вони формують сучасний підхід до вивчення психічного розвитку?

13. Проаналізуйте розвиток вікової психології на сучасному етапі. Які міждисциплінарні та інтегративні тенденції визначають сучасні дослідження?

14. Визначте актуальні проблеми вікового розвитку, які знайшли своє розв'язання в наш час. Як сучасна психологія відповідає на потреби практики та суспільства?

Завдання для самостійного виконання

1. Проаналізуйте етапи становлення вікової психології як окремої галузі психологічного знання (донауковий, класичний, науково-експериментальний, сучасний етапи). Визначте ключові ідеї та методологічні підходи кожного етапу.
2. Порівняйте біологічний, соціальний та культурно-історичний підходи до розуміння психічного розвитку людини.

Оформіть порівняльну таблицю за критеріями: джерело розвитку, роль середовища, механізми змін.

3. Опрацюйте першоджерела або фрагменти наукових праць класиків вікової психології та підготуйте короткий конспект (1–2 сторінки) з висновками.

Тема 3. Особливості психологічного обстеження осіб різного віку

Загально-філософський (універсальний) метод. Лонгітюдні, порівняльно-вікові та генетико-моделювальні дослідження. Методи порівняльної комплексної оцінки. Лонгітюдний, зрізів, генетико-моделюючий методи. Сутність та завдання програмування, види цільових комплексних програм. Комплексне використання технічних засобів навчання.

Методичні вказівки: здобувачі освіти повинні знати основні принципи побудови наукових досліджень, специфіку проведення кожного методу, вимоги до проведення досліджень, а також основні методологічні проблеми

Словникова робота: анкетування, бесіда, експеримент, інтерв'ю, лонгітюдний метод, тести

Питання та завдання для самоконтролю

1. Дайте визначення поняття «метод наукового дослідження» у віковій психології. Які особливості цього методу у порівнянні з іншими психологічними дисциплінами?

2. Проаналізуйте, чому використання методів дослідження у віковій психології має ґрунтуватися на чітко визначених принципах. Які наслідки можуть виникнути при їх ігноруванні?

3. Чи дозволяє метод тестів досліджувати закономірності вікового розвитку? Обґрунтуйте свої висновки, наводячи приклади застосування тестових методик.

4. Сформулюйте ключові вимоги до проведення бесіди та анкетування у віковій психології. Як ці вимоги впливають на об'єктивність і надійність отриманих даних?

5. Визначте основні ознаки наукового психологічного дослідження у віковій психології. Як вони відрізняють наукове дослідження від емпіричних спостережень або практичних спроб?

6. Які методологічні проблеми найчастіше постають перед дослідником у сфері вікової психології? Наведіть приклади їх вирішення.

7. Проаналізуйте сучасні підсистеми проблем, сформульовані у віковій психології. Які з них мають найбільшу практичну значущість для педагогічної діяльності?

8. Чи здатна сучасна вікова психологія дати всебічну та глибоку відповідь на запити педагогічної практики? Аргументуйте свою позицію.

9. Назвіть і охарактеризуйте основні напрями прикладних досліджень у віковій психології. Які з них мають стратегічне значення для розвитку освіти та виховання?

10. Опишіть основні пункти програми психологічного дослідження у віковій психології. Яка логіка побудови дослідження від формулювання проблеми до аналізу результатів?

11. Охарактеризуйте класичні теорії психічного розвитку дитини (психоаналітичну, когнітивну, поведінкову та соціокультурну). У чому полягають їхні сильні та слабкі сторони?

12. Які методи дослідження використовуються при вивченні вікового розвитку дитини? Проаналізуйте, у яких випадках доцільно застосовувати кожен з них і які їхні обмеження.

Завдання для самостійної роботи здобувачів

1. Проведіть анкетування серед учнів різних вікових категорій (молодші, середні, старші класи).

Мета: з'ясувати ставлення школярів до навчальної діяльності, мотиваційні пріоритети та фактори, що впливають на успішність.

Після збору даних складіть короткий аналітичний звіт: порівняйте результати за віковими групами, виділіть тенденції та закономірності.

2. Складіть перелік ефективних методів психологічного дослідження для профорієнтації та профконсультації старшокласників.

Наприклад: психологічне тестування на професійні схильності, методи вивчення інтересів і цінностей, бесіда та інтерв'ю, спостереження, анкетування щодо уподобань у навчальній та позакласній діяльності.

Додайте обґрунтування вибору методів: яку інформацію вони дають і як допомагають у професійній орієнтації.

3. Складіть анкету для підлітків і юнаків (14–18 років) для дослідження впливу субкультур, уподобань у музиці, стилі одягу, комунікаційних практиках, захоплень та цінностей.

Питання мають бути відкритими і закритими, дозволяти виявити соціальні, емоційні та ціннісні характеристики групи.

Проаналізуйте отримані відповіді, визначте тенденції і особливості сучасної юнацької субкультури.

4. Підберіть різні матеріали учнівської діяльності: письмові роботи, малюнки, творчі проєкти, класні газети, щоденники спостережень тощо.

Складіть план аналізу:

Визначте мету дослідження (мотивація, креативність, пізнавальні здібності, соціальна активність).

Визначте критерії оцінки (повнота, оригінальність, точність, емоційна виразність).

Проаналізуйте матеріали за віковими, індивідуальними та соціальними характеристиками.

Узагальніть результати і сформулюйте висновки щодо розвитку психічних функцій та творчих здібностей учнів.

Тема 4. Онтогенез психіки людини: основні поняття

Зовнішні та внутрішні умови розвитку. Рушійні сили розвитку психіки. Механізм психічного розвитку дитини: поняття "соціальна ситуація розвитку", "психологічні новоутворення", "провідний тип діяльності". Ознаки та види провідної діяльності. Поняття діагностики вікового розвитку, її завдання та предмет діагностики (показники розвитку). Діагностика вікового розвитку за Л.С. Виготським та її практичне значення. Рівні розвитку дітей: "рівень актуального розвитку" та "зона найближчого розвитку".

Методичні вказівки: у процесі самостійного розв'язання завдань з теми здобувачі повинні відстежити специфіку різних наукових поглядів на фактори та джерела психічного розвитку індивіда. Крім того, навчитись аналізувати основні закономірності психічного розвитку, наводити відповідні приклади, що їх ілюструють; встановлювати вікові періоди на основі знання критеріїв вікової періодизації (провідного виду діяльності, психічних новоутворень, соціальної ситуації розвитку).

Словникова робота: онтогенез, філогенез, розвиток, формування, дозрівання, становлення, психічний розвиток, біологічні фактори психічного розвитку, соціальні фактори психічного розвитку, рушійні сили психічного розвитку, нерівномірність психічного розвитку, циклічність психічного розвитку, сензитивні періоди розвитку, соціальна ситуація розвитку, психічні новоутворення, провідна діяльність.

Питання та завдання для самоконтролю

1. Обґрунтуйте, чому теорія рекапітуляції вважається представником біологізаторського напрямку у віковій психології. Наведіть приклади того, як вона пояснює закономірності психічного розвитку дитини.

2. Проаналізуйте однобічність біологізаторського та соціологізаторського підходів у дослідженні психічного розвитку. Поясніть, як концепція конвергенції двох факторів В. Штерна інтегрує біологічні й соціальні чинники розвитку.

3. Опишіть основні прояви психічного розвитку дитини у різні вікові періоди. Виділіть когнітивні, емоційні та соціальні компоненти.

4. Порівняйте та співвіднесіть поняття: «розвиток», «формування», «становлення», «дозрівання». Наведіть приклади їх використання у віковій психології.

5. Поясніть, чому внутрішні суперечності розглядаються як рушійна сила психічного розвитку. Наведіть приклади суперечностей у поведінці та мисленні дітей різного віку.

6. Охарактеризуйте роль спадковості у психічному розвитку дитини. Наведіть приклади взаємодії генетичних та зовнішніх факторів.

7. Дайте визначення поняттю соціальне середовище та опишіть його вплив на формування психіки. Наведіть приклади позитивного та негативного впливу соціального середовища.

8. Розкрийте суть поняття «зона найближчого розвитку» за Л. С. Виготським. Поясніть, яким чином навчання сприяє розширенню цієї зони.

9. Проаналізуйте прояви нерівномірності психічного розвитку у дітей. Наведіть приклади, коли різні психічні функції розвиваються з різною швидкістю (наприклад, мислення, мовлення, емоційна регуляція).

Завдання для самостійної роботи

1. Визначити віковий період розвитку та здійснити аналіз психічних новоутворень. Визначте, у якому віковому періоді дитини формуються такі психічні новоутворення, як довільність психічних функцій, самоконтроль та внутрішній план дій.

Обґрунтуйте відповідь, опираючись на знання про провідну діяльність цього вікового періоду, основні новоутворення та їх роль у психічному розвитку дитини.

Наведіть приклади конкретних ситуацій із життя дитини, де проявляється довільність, самоконтроль і внутрішній план дій.

2. Аналіз взаємодії біологічних та соціальних факторів у психічному розвитку. Оберіть конкретний приклад із практики або літератури, де показано вплив біологічного та соціального чинника на формування психічних функцій.

Складіть короткий опис цієї взаємодії, зазначивши рушійні сили розвитку, зокрема внутрішні суперечності та потреби дитини.

3. Побудова схем або моделей розвитку

Створіть схему вікових новоутворень, де покажете:

провідну діяльність;

соціальні та пізнавальні новоутворення;

взаємозв'язок із кризами вікового розвитку.

Поясніть, як ці елементи взаємодіють між собою та впливають на подальший розвиток особистості.

Тема 5. Вікова періодизація життєвого шляху людини

Мета самостійного вивчення: сформувати цілісне уявлення про вікову періодизацію як наукову основу вікової психології; навчитися аналізувати закономірності психічного розвитку людини на різних етапах життєвого шляху.

Поняття вікової періодизації та її значення у психології розвитку. Критерії виокремлення вікових періодів (біологічні, соціальні, психологічні)

Провідна діяльність і соціальна ситуація розвитку. Психологічні новоутворення вікових періодів

Вікові кризи як закономірний компонент розвитку

Питання для самоконтролю

1. Поясніть, чому не існує єдиної універсальної вікової періодизації.

2. Обґрунтуйте значення поняття «провідна діяльність» у періодизації розвитку.

3. Наведіть приклади вікових криз та їх психологічного змісту.

4. Порівняйте підхід Л. Виготського та Е. Еріксона до розуміння вікового розвитку.

Завдання для самостійного вивчення

1. Ознайомтеся з базовими поняттями: *онтогенез, віковий розвиток, періодизація, вікова норма, криза розвитку*.

2. Проаналізуйте основні підходи до вікової періодизації у працях:

Л. Виготського, Ж. Піаже, Е. Еріксона

3. Порівняйте вітчизняні та зарубіжні моделі періодизації. Зверніть увагу на відмінності між календарним, біологічним, психологічним і соціальним віком.

4. Осмисліть роль соціокультурного контексту у визначенні меж вікових періодів.

5. Складіть узагальнюючу таблицю вікових періодів із зазначенням вікових меж; провідної діяльності; центральних психічних новоутворень; можливих вікових криз.

Після опрацювання теми здобувач освіти повинен знати основні теорії вікової періодизації; розуміти закономірності психічного розвитку людини протягом життя; уміти застосовувати знання з періодизації для аналізу поведінки та розвитку особистості; використовувати віковий підхід у психологічній практиці та науковому аналізі.

Тема 6,7. Психофізіологічний розвиток дитини у пренатальному періоді та в періоді немовляти

1. Пренатальний розвиток. Фази розвитку плоду: зигота, ембріон, плід. Загальні тенденції: фізіологічне формування органів, нервової системи, сенсорних систем. Мотивація зачаття: психологічні та соціальні аспекти бажання народження дитини. Вплив середовища: харчування, здоров'я матері, стрес, токсичні чинники, соціальні умови. Сім'я в очікуванні дитини: роль батьків у створенні емоційно-позитивного середовища.

Розвиток діади «мати – дитина»: формування взаємозв'язку, емпатії та перших контактів. Виховання в перинатальному періоді: забезпечення оптимальних умов для психічного та фізичного розвитку.

2. Новонародженість (0–1 місяць). Криза новонародженості: адаптація до позаутробного життя. Анатомо-фізіологічний розвиток: рефлекс, сенсорні системи, моторні реакції. Безумовні та умовні рефлекс: смоктання, хватальний, пошуковий; перші прояви умовних реакцій. Слухове та зорове зосередження: початкове сприймання світу, реакція на голос і обличчя. Формування перших потреб: потреба у спілкуванні, одержанні сенсорних вражень. «Комплекс пожвавлення»: основне новоутворення періоду новонародженості, прояв емоційної реакції на контакт з дорослим.

3. Перший рік життя. Соціальна ситуація розвитку: дитина активно взаємодіє з дорослими; формування базових моделей спілкування. Значення емоційно-позитивного спілкування: розвиток психічної сфери через підтримку та взаємодію з дорослим. Фізіологічний та психічний розвиток: ріст, сенсорне сприймання, моторика, початки мови. Особливості пізнавальної, емоційної та моторної сфери: освоєння предметних дій, розвиток координації, перші уявлення про об'єкти. Розвиток самосвідомості: усвідомлення себе як окремої особистості, психологічна єдність з дорослим. Головні новоутворення першого року життя:

виникнення перших уявлень про себе;

освоєння предметних дій;

становлення ходьби та осмисленого мовлення;

розвиток елементарних форм сприймання та мислення.

Криза першого року життя: конфлікт між потребою автономії та залежністю від дорослого, формування довільних дій і перших проявів самостійності.

Методичні вказівки: здобувачі освіти повинні засвоїти ознаки кризи новонародженості та її завершення; з'ясувати значення безпосереднього

емоційного спілкування дитини з дорослими для її психічного розвитку, причини затримки психічного розвитку в цьому віковому періоді; орієнтуватися в основних етапах становлення рухів немовляти, а також розуміти значення передумов розвитку мовлення в цьому віковому періоді для подальшого мовленнєвого розвитку дитини.

Словникова робота: криза новонародженості, комплекс пожвавлення, безпосереднє емоційне спілкування, сенсорна сфера немовляти.

Питання для самоконтролю

1. Охарактеризуйте особливості нервової системи немовляти (недосконалість кори головного мозку, переважання підкіркових структур, рефлексорність поведінки).

2. Чому новонароджений більшість часу спить? (Роль сну у рості та дозріванні нервової системи, консервація енергії та адаптація до нових умов середовища).

3. Які сенсорні системи (зір, слух, смак, дотик, нюх) вже функціонують у новонародженого, а які розвиваються пізніше?

4. Які сенсорні стимули сприяють психічному розвитку?

5. Охарактеризуйте основні безумовні рефлеksi (смоктальний, хапальний, пошуковий, штовхальний).

6. Роль рефлексів у процесі адаптації немовляти до позаутробного життя.

7. Чому деякі з них називаються атаківістичними? (Наприклад, хапальний рефлекс як залишок еволюційної спадщини, корисний у предків для утримання матері).

8. Яка психологічна ознака її завершення? (Поява стійкого емоційного контакту з дорослим, стабілізація циклів сну і неспання).

9. Які форми контакту з дорослим виникають у перший місяць життя (зоровий контакт, комплекс пожвавлення, плач, міміка)?

10. Що таке “дефіцит спілкування” у немовлят і як він впливає на психічний розвиток? (Затримка емоційного розвитку, проблеми соціалізації).

11. Як гуління, лепет і повторення голосових звуків формують основу мовлення?

12. Яка роль наслідування дорослого у розвитку комунікативних навичок?

13. Розвиток хапання, маніпуляції предметами, наслідування.

14. Їх значення для формування координації, сприймання та пізнавальної активності.

15. Як розвиваються тонка й груба моторика, утримання рівноваги, стояння на ніжках.

16. Значення прямоходіння для психічного розвитку: розширення дослідження простору, самостійності, соціальної взаємодії.

17. Поява базових емоцій (радість, сум, страх, гнів).

18. Роль емоцій у формуванні зв'язку з дорослими та адаптації до навколишнього середовища.

19. Комплекс пожвавлення як базове новоутворення.

20. Поява перших уявлень про себе та про дорослого, розвиток сприймання, початки пам'яті, освоєння предметних дій.

Завдання для самостійної роботи

1. Оберіть 3–5 наукових статей, оглядів або розділів підручників, присвячених темі: пренатальний розвиток і його фази; роль сім'ї та соціального середовища в період очікування дитини; розвиток діади «мати – дитина»; криза новонародженості; психомоторний, сенсорний і мовленнєвий розвиток немовляти; формування перших потреб, спілкування та емоцій.

2. Для кожного джерела заповніть таблицю або структурований конспект:

№	Назва джерела	Основна тема	Ключові тези	Висновки / особисті зауваження
---	---------------	--------------	--------------	--------------------------------

3. Приклад:

Назва джерела: «Психологія раннього дитинства».

Основна тема: Розвиток емоцій немовляти. *Ключові тези:* Формування позитивних емоцій пов'язане з емоційною взаємодією з батьками; дефіцит спілкування може призводити до затримок психічного розвитку.

4. *Висновки / зауваження:* Необхідно організовувати регулярний контакт із дитиною для стимуляції психічного розвитку.

5. Аналіз та порівняння. Визначте спільні тенденції та відмінності у викладених авторами підходах. Вкажіть, які положення підтверджуються сучасними дослідженнями, а які потребують уточнення.

6. Рефлексія. Сформулюйте 3–5 власних висновків щодо важливості ранньої взаємодії з дитиною для її психічного розвитку. Поясніть, як знання про кризу новонародженості та перші новоутворення психіки можуть застосовуватися у практичній роботі психолога або педагога.

7. Оформлення. Конспект має бути логічно структурованим, з використанням маркерів, таблиць та виділення ключових понять. Зазначте повну бібліографію використаних джерел у кінці роботи.

Тема 6. Психологічна характеристика дитини раннього віку

Фізичний та нервово-психічний розвиток. Оволодіння прямою ходою та практичне засвоєння простору. Соціальна ситуація розвитку. Предметно-маніпулятивна діяльність як провідна в ранньому дитинстві. Оволодіння діями з предметами-знаряддями. Форми повсякденної активності дітей. Пізнавальний розвиток дітей 1-3 років. Формування наочно-дійового мислення та мисленнєвих операцій. Основні етапи мовленнєвого розвитку в ранньому дитинстві. Способи засвоєння мови. Розвивальна робота з дітьми. Специфіка спілкування.

Особливості емоційної сфери. Розвиток здатності до довільної саморегуляції. Становлення елементарної самосвідомості, формування образу "Я" й первинної статевої ідентичності. Симптомокомплекс кризи 3 років.

Методичні вказівки: здобувачі освіти повинні засвоїти значення предметно- маніпулятивної діяльності для психічного розвитку дитини раннього віку, вміти відрізнити знаряддєві дії від ручних, розкривати вплив предметної діяльності на формування сенсорної сфери дитини, наочно-дійового мислення, засвоєння мови; називати причини кризи третього року життя та аналізувати поведінкові прояви цієї кризи.

Словникова робота: предметно-маніпулятивна діяльність, предметні дії, ручні дії, наочно-дійове мислення, автономне мовлення, негативізм, свавілля, впертість, деспотизм.

Питання та завдання для самоконтролю

1. Розкрийте зміст соціальної ситуації розвитку дитини раннього віку в контексті культурно-історичної концепції розвитку психіки. Які взаємини з дорослим визначають специфіку цього періоду?

2. Проаналізуйте процес оволодіння прямоходінням як психофізіологічне та психологічне новоутворення раннього віку. Яким чином ходьба трансформує пізнавальну активність і предметну діяльність дитини?

3. Визначте провідну діяльність у ранньому віці та охарактеризуйте динаміку її становлення. Обґрунтуйте її роль у розвитку мислення, мовлення та формуванні перших узагальнень.

4. Поясніть феномен самостійності дитини раннього віку, відомий як позиція «Я сам», у контексті становлення суб'єктності та початкових форм самосвідомості.

5. Охарактеризуйте предметно-маніпулятивну діяльність як форму гри в ранньому віці. Які психологічні механізми забезпечують її розвивальний потенціал?

6. Проаналізуйте психологічні передумови формування особистості дитини в ранньому віці. Які емоційно-вольові та мотиваційні зміни є визначальними на цьому етапі?

7. Інтерпретуйте твердження Л. С. Виготського про ранній вік як сенситивний період мовленнєвого розвитку. Які чинники зумовлюють підвищену чутливість дитини до мовних впливів дорослого?

8. Розкрийте закономірності розвитку мовлення в період раннього дитинства. Як змінюється словниковий запас дитини у два та три роки, і які якісні зрушення супроводжують ці зміни?

9. Охарактеризуйте особливості мислення дитини раннього віку з позицій наочно-дійового та наочно-образного рівнів. Проілюструйте відповідними прикладами з поведінки дитини.

10. Визначте основні психологічні новоутворення раннього віку та проаналізуйте їх значення для подальшого психічного розвитку дитини.

Завдання

1. Проаналізуйте наведену ситуацію з позицій вікової психології та визначте, яка поведінкова характеристика кризи третього року життя в ній представлена. Обґрунтуйте свою відповідь, спираючись на ознаки кризових проявів (негативізм, упертість, свавілля, протестні реакції), а також поясніть емоційний стан дитини та його психологічне значення в контексті становлення автономії.

Ситуація для аналізу: «Дитину кличуть з вулиці додому, але вона відмовляється йти. Заявивши, що кататиметься на велосипеді, продовжує кружляти у дворі, чим би її не спокушували (іграшкою, гостями, подарунками), хоча вигляд у неї сумний».

2. Розкрийте поняття рушійних сил психічного розвитку дитини в контексті сучасних психологічних теорій розвитку. Проаналізуйте природу вікових криз як закономірних етапів онтогенезу, охарактеризуйте їх функції та механізми виникнення. На цій основі здійсніть теоретичний аналіз кризи

третього року життя, зосередивши увагу на її зв'язку зі становленням самосвідомості, довільності поведінки та позиції «Я сам».

Тема 7. Психологія дошкільника (пізнього дитинства) (3-6)

Анатомо-фізіологічний розвиток. Соціальна ситуація розвитку дошкільнят. Сюжетно-рольова гра як провідна діяльність. Види гри та її структура. Іграшка як засіб психічного розвитку дитини. Продуктивні види діяльності дитини дошкільного віку — зображувальна, конструкторська, музична; сприймання літературних і фольклорних творів, малюнків і картин. Становлення трудових навичок та специфіка учіння. Соціалізація дошкільнят. Особливості спілкування з ровесниками. Розвиток пізнавальних психічних процесів, емоційно-вольової та мотиваційної сфери. Розвиток самосвідомості й самооцінки дошкільника. Формування першого дитячого світогляду та первинних морально-етичних понять. Місце дитини в системі відносин у сім'ї. Стили спілкування батьків з дітьми та їх вплив на психосоціальний розвиток дітей.

Проблема соціально-психологічної готовності дитини до навчання в школі.

Методичні вказівки: здобувачі повинні проаналізувати особливості соціальної ситуації розвитку дитини дошкільного віку, вміти розкривати сутність основних потреб дошкільника, роль дорослого у психічному розвитку дитини; аналізувати вплив сюжетно-рольової гри як провідного виду діяльності на психічний розвиток дитини в цьому віковому періоді; розкривати особливості пізнавальних процесів, емоційно-вольової сфери та специфіку розвитку моральної поведінки дітей.

Словникова робота: сюжетно-рольова гра, роль, іграшки, зміст, сюжет та правила гри, наочно-образне мислення.

Питання та завдання для самоконтролю

1. Проаналізуйте структуру провідних потреб дитини дошкільного віку. Які соціальні, пізнавальні та емоційні потреби визначають активність і спрямованість поведінки дошкільника на цьому етапі розвитку?
2. Розкрийте психологічну сутність гри як символіко-моделювальної форми діяльності. Яким чином ігрові дії забезпечують опосередковане відтворення соціальної реальності та засвоєння соціальних ролей?
3. Здійсніть порівняльний аналіз сюжетно-рольової гри дошкільників і предметно-маніпулятивної діяльності дітей раннього віку. У чому полягають їхні принципові відмінності за змістом, структурою та психологічними функціями?
4. Обґрунтуйте значення сюжетно-рольової гри як провідної діяльності дошкільного віку для розвитку самосвідомості, довільної поведінки, емоційно-вольової сфери та соціальних уявлень дитини.
5. Проаналізуйте типові педагогічні та батьківські помилки у вихованні дошкільників, які можуть призводити до деформації почуття власної гідності й формування таких негативних рис характеру, як егоцентризм, зазнайство та завищена самооцінка.
6. Охарактеризуйте особливості мислення дитини дошкільного віку з позицій переходу від наочно-дійових до наочно-образних і початкових логічних форм. Які обмеження та потенціали притаманні цьому етапу розвитку?
7. Розкрийте специфіку розвитку уяви в дошкільному віці. Яку роль у формуванні творчої уяви відіграють сюжетно-рольова гра, зображувальна та конструкторська діяльність, а також сприймання художніх текстів?
8. Поясніть, чому уява виконує психотерапевтичну та компенсаторну функцію в дошкільному віці. Наведіть приклади ситуацій, у яких уявна діяльність допомагає дитині опрацювати емоційно складний досвід.

9. Проаналізуйте особливості розвитку пізнавальних процесів дошкільника (уваги, пам'яті, мислення, сприймання), які зумовлюють доцільність використання ігрових, наочних та діяльнісних методів навчання.

10. Визначте провідні мотиви моральної поведінки дітей дошкільного віку. Яким чином формується перехід від зовнішньо зумовлених форм поведінки до початкових проявів внутрішньої моральної регуляції?

Завдання для самостійної роботи

1. Складіть структурно-логічну схему провідних потреб дитини дошкільного віку, виокремивши соціальні, пізнавальні та емоційні компоненти. Поясніть, як домінування певної групи потреб відображається у поведінці дитини в повсякденних ситуаціях закладу дошкільної освіти.

2. На основі аналізу гри як символіко-моделювальної діяльності поясніть, які елементи реального соціального світу дитина здатна відтворювати в ігровій формі. Наведіть приклади ігрових дій, що свідчать про засвоєння соціальних норм і ролей.

3. Заповніть порівняльну таблицю, у якій зіставте сюжетно-рольову гру дошкільників і предметно-маніпулятивну діяльність дітей раннього віку за такими критеріями: мета діяльності, зміст дій, роль дорослого, характер уявних замінників, психологічні функції.

4. Проаналізуйте конкретну ігрову ситуацію (реальну або змодельовану) та визначте, які аспекти психічного розвитку дитини (самосвідомість, довільність, емоційна регуляція, соціальні уявлення) активізуються в процесі сюжетно-рольової гри.

5. Охарактеризуйте типові помилки батьків і педагогів у взаємодії з дошкільниками, що можуть спотворювати розвиток почуття власної гідності. Запропонуйте психологічно обґрунтовані альтернативи виховного впливу, спрямовані на формування адекватної самооцінки дитини.

Тема 8. Психологічні особливості молодшого школяра

Анатомо-фізіологічний та психічний розвиток молодших школярів: пізнавальний, емоційний й особистісний. Криза 6 -7 років. Соціальна ситуація розвитку. Адаптація дитини до навчання в школі. Навчання як провідна діяльність; мотиви учіння. Умови формування самооцінки. Засвоєння моральних норм і правил поведінки. Міжособистісні відносини з дорослими і однолітками; формування груп і колективів ровесників. Роль особистості учителя у навчанні й вихованні молодшого школяра. Ставлення учнів до школи і вчителя. Вплив батьків на успіхи дітей у навчанні. Основні новоутворення: довільність дій, внутрішній план дій, рефлексія. Шкільні проблеми та шляхи їх подолання: шкільна фобія, соціальна дезадаптація, неуспішність, низька дисципліна, шкільне цькування. Педагогічна взаємодія сім'ї й школи.

Методичні вказівки: У процесі опрацювання теми здобувачі освіти повинні засвоїти та інтегрувати теоретичні й прикладні знання щодо закономірностей психічного розвитку дитини молодшого шкільного віку, зокрема оволодіти уявленнями про анатомо-фізіологічні особливості молодших школярів та їхній вплив на навчальну діяльність, працездатність і збереження психічного здоров'я дитини;

проаналізувати специфіку соціальної ситуації розвитку в молодшому шкільному віці, роль навчальної діяльності та систему взаємин «дитина – учитель», «дитина – однолітки», «дитина – сім'я»;

охарактеризувати закономірності розвитку пізнавальних процесів (уваги, пам'яті, мислення, уяви, мовлення) молодших школярів та їх значення для успішності навчання;

Словникова робота: навчальна діяльність, психологічна готовність до навчання у школі (інтелектуальна, мотиваційна, емоційно - вольова, особистісна), самоконтроль, внутрішній план дій, довільність пізнавальних функцій.

Питання та завдання для самоконтролю

1. Проаналізуйте анатомо-фізіологічні особливості дітей молодшого шкільного віку та обґрунтуйте необхідність їх урахування під час організації навчального навантаження, режиму праці та відпочинку.
2. Розкрийте фізіологічні механізми становлення довільної поведінки в молодшому шкільному віці. Яку роль у цьому процесі відіграє дозрівання центральної нервової системи?
3. Охарактеризуйте структуру навчальної діяльності молодшого школяра як провідної діяльності віку. Проаналізуйте функції навчальної задачі, мотиву, навчальних дій та контролю в її реалізації.
4. Обґрунтуйте значення розвитку ретроспективної самооцінки молодшого школяра в навчальній діяльності. Яким чином вона впливає на формування рефлексії та навчальної мотивації?
5. Визначте провідні мотиви навчальної діяльності дітей молодшого шкільного віку та охарактеризуйте динаміку переходу від зовнішньої мотивації до внутрішньо зумовлених навчальних мотивів.
6. Розкрийте поняття психологічної готовності дитини до навчання у школі. Проаналізуйте її основні складові (інтелектуальну, емоційно-вольову, мотиваційну, соціальну) та їх взаємозв'язок.
7. Проаналізуйте сутність кризи молодшого шкільного віку як етапу психічного розвитку. Які внутрішні суперечності зумовлюють її виникнення та які новоутворення формуються внаслідок її подолання?
8. Охарактеризуйте особливості розвитку пізнавальних процесів (уваги, пам'яті, мислення, уяви, мовлення) у молодшому шкільному віці та їх значення для успішності навчання.
9. Поясніть, чому мислення дитини молодшого шкільного віку визначається як конкретно-операційне (за Ж. Піаже). Які когнітивні можливості й обмеження притаманні цьому етапу розвитку?
10. Розкрийте психологічний зміст появи внутрішнього життя дитини молодшого шкільного віку. Здійсніть порівняльний аналіз

особливостей внутрішнього плану дій і переживань у молодшому шкільному та дошкільному віці.

Завдання для самостійної роботи

1. Здійснити аналітико-реферативний огляд рекомендованих наукових джерел, виокремивши та систематизувавши ключові положення, що розкривають проблему сфери інтересів дітей молодшого шкільного віку. У вигляді тез відобразити основні напрями та динаміку інтересів у молодшому шкільному віці; вікові та індивідуальні чинники їх формування; взаємозв'язок інтересів із навчальною мотивацією та пізнавальною активністю дитини.

2. Здійснити цілеспрямований добір і систематизацію науково-методичних джерел для підготовки реферату на тему: «Сучасні методики діагностування психічного розвитку молодшого школяра». Визначити основні напрями психодіагностики (когнітивна, емоційно-вольова, мотиваційна, соціальна сфери); охарактеризувати діагностичні методики, що використовуються в сучасній практиці шкільного психолога;

Тема 9. Психологія особистості підлітка

Анатомо-фізіологічна перебудова організму підлітка та її вплив на психологічні особливості й поведінку. Соціальна ситуація розвитку. Криза 13 років. Інтимно-особистісне спілкування з однолітками як провідний вид діяльності. Взаємини з батьками й учителями. Розвиток пізнавальних процесів. Перебудова навчальної діяльності. Інтереси й захоплення. Самопізнання, розвиток самооцінки, почуття власної гідності. Протиріччя підліткового віку. Виникнення акцентуацій характеру та дезадаптивних форм поведінки. Проблема "важких підлітків". Психологічні особливості підлітків-правопорушників. Підліткова суїцидність. Основні новоутворення підліткового віку: почуття дорослості, усвідомлення себе як особистості,

формування самовідношення, потреба в самореалізації та суспільному визнанні.

Методичні вказівки: У процесі опрацювання теми здобувачі освіти повинні розширити й поглибити теоретичні уявлення про закономірності психічного розвитку в підлітковому віці, засвоїти знання про специфічні особливості становлення самосвідомості підлітка, розвиток Я-концепції, рефлексії та почуття дорослості;

проаналізувати динаміку розвитку мотиваційної сфери в підлітковий період, трансформацію провідних мотивів діяльності та поведінки;

охарактеризувати вікові особливості розвитку пізнавальних процесів (мислення, пам'яті, уваги, уяви, мовлення) та їх зв'язок із навчальною діяльністю;

Словникова робота: пубертатний період, акселерація, почуття дорослості, інтимно-особистісне спілкування, самосвідомість підлітка, рефлексія, статево-рольова ідентифікація, критицизм мислення, формальне мислення, девіантна поведінка підлітків, адитивна поведінка підлітків, делінквентна поведінка підлітків.

Питання та завдання для самоконтролю

1. Проаналізуйте соціальну ситуацію розвитку підлітка в контексті зміни системи соціальних відносин. Яким чином трансформуються взаємини з дорослими та ровесниками в цей віковий період?

2. Обґрунтуйте визначення підліткового віку як пубертатного етапу онтогенезу. Як біологічні процеси статевого дозрівання опосередковують емоційні, поведінкові та когнітивні зміни підлітка?

3. Поясніть підлітковий період як нормативну вікову кризу розвитку. Які внутрішні суперечності лежать в її основі та як вони виявляються у поведінці й переживаннях підлітка?

4. Розкрийте психологічний зміст почуття дорослості. Які поведінкові тенденції та форми самоствердження воно зумовлює у підлітковому віці?

5. Охарактеризуйте особливості мислення підлітків у період переходу до теоретичного рівня пізнання. У чому проявляється критичність і рефлексивність мислення в цьому віці?

6. Поясніть, чому Ж. Піаже визначав мислення підлітків як формально-операційне. Які нові когнітивні можливості відкриваються завдяки формуванню гіпотетико-дедуктивного мислення?

7. Проаналізуйте закономірності розвитку самосвідомості в підлітковому віці. Чим зумовлена нестійкість самооцінки та які чинники впливають на її коливання?

8. Розкрийте сутність статево-рольової ідентифікації в підлітковому віці. Яку роль відіграють соціальні очікування, культурні норми та міжособистісні взаємини в цьому процесі?

9. Охарактеризуйте інтимно-особистісне спілкування як провідний вид діяльності підліткового віку. Яке його значення для формування ідентичності, емоційної підтримки та особистісного самовизначення?

10. Проаналізуйте психологічні, соціальні та вікові чинники схильності підлітків до девіантної поведінки. Які профілактичні умови знижують ризик її виникнення?

Завдання для самостійної роботи

1. Використовуючи сучасні журнали та газети для молоді, підберіть приклади переживання базових потреб підлітків (потреба в соціальному визнанні, самоствердженні, автономії, емоційній підтримці тощо). Проаналізуйте, які об'єктивні фактори (соціальне оточення, школа, медіа) і суб'єктивні чинники (особистісні особливості, темперамент, рівень самосвідомості) визначають інтенсивність і форму цих переживань.

2. Проведіть дослідження рівня самооцінки учнів віком 10, 12 та 15 років. Проаналізуйте, чи спостерігаються вікові коливання самооцінки, і поясніть, які психологічні та соціальні чинники впливають на її зміну.

3. На основі психодіагностичних вимірювань охарактеризуйте сучасного підлітка за такими показниками самооцінка, особистісна тривожність, комунікативні та організаторські здібності.

4. Систематизуйте отримані дані у вигляді портрета, що відображає психологічні особливості учнів.

5. Проаналізуйте, як міжособистісні відносини у класі впливають на поведінку та мотивацію підлітків. Розробіть рекомендації для вчителя щодо моделювання стосунків із класом на основі отриманої інформації.

6. Використовуючи психодіагностичні методики, проаналізуйте мотиви навчальної діяльності підлітків. Визначте, які мотиви є провідними на різних етапах навчання та як вони впливають на навчальну успішність.

Тема 12. Психологія старшокласника (юнацтва)

Юнацький вік у системі вікової періодизації. Вікові межі юнацтва (15–18 / 15–21 років). Соціальна ситуація розвитку старшокласника. Провідна діяльність у юнацькому віці

Психофізіологічні особливості старшокласників. Завершення пубертатного періоду. Стан нервової системи та працездатність. Самопочуття, втомлюваність, вплив стресу

Когнітивний розвиток у юнацькому віці. Розвиток абстрактно-логічного мислення. Рефлексивність і критичність мислення. Особливості пам'яті, уваги, навчальної мотивації

Емоційна сфера та саморегуляція. Емоційна чутливість і нестабільність. Розвиток емоційного інтелекту

Соціальний розвиток і міжособистісні стосунки. Спілкування з ровесниками. Взаємини з дорослими (батьки, вчителі). Дружба, кохання, перші інтимні стосунки

Професійне самовизначення. Професійні інтереси та здібності. Вибір професії як провідне завдання юнацького віку. Роль школи та родини у професійному виборі

Психологічні труднощі та кризові явища юнацького віку. Криза ідентичності. Тривожність, невпевненість у майбутньому. Ризикована поведінка та девіації. Психологічна підтримка в умовах навчального навантаження. Профорієнтаційна робота.

Питання для самоконтролю

1. Охарактеризуйте юнацький вік у системі вікової періодизації. Які його вікові межі?
2. У чому полягає соціальна ситуація розвитку старшокласника?
3. Яка провідна діяльність у юнацькому віці та чому саме вона є визначальною?
4. Назвіть основні психофізіологічні особливості старшокласників.
5. Як змінюється мислення в юнацькому віці? У чому проявляється розвиток абстрактно-логічного та рефлексивного мислення?
6. Охарактеризуйте особливості розвитку самосвідомості та Я-концепції старшокласника.
7. Яку роль відіграє самооцінка у формуванні особистості юнака?
8. Розкрийте особливості емоційної сфери та саморегуляції у юнацькому віці.
9. Які форми міжособистісних стосунків є провідними у старшому шкільному віці?
10. У чому полягає психологічна специфіка дружби та першого кохання в юнацькому віці?
11. Охарактеризуйте процес професійного самовизначення старшокласників.
12. Які чинники впливають на вибір професії у юнацькому віці?
13. Які психологічні труднощі та кризові явища характерні для юнацького віку?
14. Які основні напрями психологічного супроводу старшокласників?

Завдання для самостійного виконання

1. Складіть порівняльну таблицю особливостей підліткового та юнацького віку (мислення, емоційна сфера, спілкування, самосвідомість).
2. Проаналізуйте, як зміни у когнітивному розвитку підлітків впливають на формування самосвідомості в юнацькому віці. Відповідь подайте у вигляді короткого аналітичного тексту (0,5–1 сторінка).
3. Опишіть типову психологічну ситуацію, характерну для підліткового віку, яка ускладнює перехід до юнацького (наприклад, конфлікти з батьками, проблеми самооцінки, навчальна мотивація). Визначте психологічні причини ситуації; можливі наслідки; напрями психологічної підтримки

Тема 13. Психологія ранньої дорослості (21–40 років)

1. Рання дорослість як етап життєвого шляху. Соціокультурні умови розвитку сучасної молодшої дорослої людини
2. Біологічні та психофізіологічні особливості ранньої дорослості. Пікові можливості когнітивної та фізичної активності
3. Когнітивний розвиток у період ранньої дорослості. Особливості мислення, пам'яті, уваги
4. Емоційно-вольова сфера. Емоційна зрілість і саморегуляція. Розвиток вольових якостей. Стресостійкість і копінг-стратегії
5. Соціальний розвиток і міжособистісні стосунки. Інтимність, близькість, партнерські стосунки. Шлюб, батьківство, рольові зміни
6. Психологічні кризи та труднощі ранньої дорослості. Криза вибору життєвого шляху. Професійне та емоційне вигорання
7. Гендерні та індивідуальні особливості розвитку.

Методичні вказівки: здобувачі освіти повинні активізувати знання про закономірності психічного розвитку в період ранньої дорослості (21–40 років), засвоїти особливості розвитку самосвідомості та становлення Я-концепції;

вміти аналізувати динаміку пізнавальних, мотиваційних, емоційних та соціальних змін у ранньому дорослому віці та пояснювати їхній вплив на життєві і професійні траєкторії людини.

Питання та завдання для самоконтролю

1. Назвіть основні стадії дорослості та охарактеризуйте їх коротко.
2. Визначте завдання розвитку в ранньому дорослому віці за Е. Еріксоном.
3. У чому виявляється специфіка психофізіологічного розвитку у період ранньої дорослості?
4. Які зміни відбуваються у спонукальній сфері особистості в ранньому дорослому віці? Чим вони зумовлені?
5. Чому ранній дорослий вік називають періодом починань?
6. Охарактеризуйте систему цінностей на межі 30 років.
7. Які мотиви професійного вибору характерні для раннього дорослого віку?
8. Які реальні мотиви самотнього способу життя та як вони проявляються у соціальних стереотипах?
9. Поясніть процес утворення сім'ї як прояв близькості та мотиви вибору альтернативних стилів життя.
10. Назвіть основні фактори, що впливають на вибір професії.
11. Проаналізуйте, як фактори, такі як батьківські настанови, Я-концепція та індивідуальні особливості, впливають на професійний вибір.
12. У чому полягає вікова динаміка творчої активності та продуктивності суб'єкта діяльності? У яких сферах соціального життя вона проявляється?
13. Охарактеризуйте особливості самосвідомості у ранньому дорослому віці.
14. У чому виявляється вплив Я-концепції на сімейні стосунки?
15. У чому полягає специфіка функціонування когнітивної сфери в ранньому дорослому віці?

16. Які особливості прояву вищих психічних функцій у ранньому дорослому віці?
17. Чому деякі теоретики виділяють гнучке мислення як важливу ознаку дорослого інтелекту?
18. Які зміни відбуваються у розвитку пам'яті людей раннього дорослого віку?
19. Назвіть суттєві відмінності у розвитку мовлення у порівнянні з попередніми етапами онтогенезу.
20. Охарактеризуйте особливості емоційного розвитку у період ранньої дорослості.
21. Як особливості кар'єрного зростання пов'язані зі статтю?
22. Які причини виникнення нормативної «кризи тридцятиріччя» і як її подолання впливає на подальший розвиток особистості?

Завдання для самостійної роботи

1. «Характеристика симптоматики кризового періоду 33-х років»

У повідомленні необхідно визначити природу вікових криз у дорослому віці та місце кризи 33-х років у загальній динаміці психічного розвитку;

охарактеризувати основну симптоматику кризового періоду 33-х років з позицій психодинамічного, системного та когнітивно-поведінкового підходів;

проаналізувати, які психологічні зміни та внутрішні суперечності переживає особистість у цей період (наприклад, переоцінка цінностей, невпевненість у життєвому виборі, зміни в мотиваційній сфері, емоційна напруга тощо);

обґрунтувати можливі позитивні результати подолання цієї кризи з позицій особистісного зростання, переосмислення життєвих планів і самовизначення.

У роботі варто використати наукові джерела та чітко структурувати текст (вступ, теоретичний огляд, аналіз симптоматики, висновки). Зверніть увагу на актуальні українські та зарубіжні дослідження з вікової психології дорослості.

1. Складіть бібліографію *«Сучасні підходи українських та зарубіжних психологів до проблеми розвитку зрілої особистості»*

Вимоги до бібліографії:

Зберіть не менше 20 джерел, опублікованих у психологічних журналах за останні 6 років (переважно 2020–2026 рр.). Використовуйте як українські, так і зарубіжні наукові публікації — статті з фахових журналів, монографії, оглядові рецензовані публікації.

Структуру бібліографії рекомендується подати у розділах:

Теоретичні підходи до розвитку зрілої особистості

Емпіричні дослідження розвитку дорослих

Психодинамічні, когнітивні та соціально-психологічні моделі розвитку особистості. Дослідження кризових періодів дорослості

Кожний розділ має містити коротку анотацію (2–3 речення) до кожного джерела, що пояснює його зміст та наукову цінність у контексті теми.

Тема 14. Психологія середньої дорослості (40–60 років)

Основні аспекти життя дорослої людини. Створення власного способу життя: особисті цінності, цілі, життєві пріоритети.

Перехід до батьківства: психологічна підготовка до ролі батька/матері, формування батьківських компетенцій.

Встановлення дружніх та соціальних стосунків: розвиток міжособистісної взаємодії на різних стадіях життєвого шляху.

Оволодіння професійними та соціальними ролями: адаптація до вимог професійної діяльності та соціальної середовищної інтеграції.

Досягнення соціальної, особистісної та духовної зрілості; пошук і усвідомлення смислу життя.

Періодизація психічного розвитку дорослої людини. Рання дорослість (21–40 років): становлення самостійності, професійної та сімейної ролей, перші життєві кризові моменти.

Середня дорослість (41–60 років): стабілізація професійної кар'єри, перегляд життєвих цінностей, соціальна зрілість, батьківські та виховні функції.

Пізня дорослість (61–75 років і старше): переосмислення життєвого досвіду, інтеграція особистісного та соціального розвитку, підготовка до завершення активної життєвої діяльності.

Загальна характеристика дорослості

Особливості спілкування: розвиток міжособистісних компетенцій, ефективне вирішення конфліктів, підтримка соціальних та сімейних зв'язків, адаптація до нових соціальних умов.

Питання та завдання для самоконтролю

1. Чому середній дорослий вік називають періодом акме?
2. Назвіть завдання розвитку в середньому дорослому віці (за Е. Еріксоном).
3. Охарактеризуйте особливості розвитку людини в середньому віці.
4. Як змінюються когнітивні здібності у цьому віковому періоді? Поясніть, чому оцінка цих змін є складною.
5. Опишіть відмінності у сприйнятті людиною 40–60 років свого віку. Які фактори зумовлюють реакцію на перехід до середнього віку?
6. Назвіть основні зміни в сенсорній та моторній сферах у середньому віці.
7. Як пов'язана діяльність дорослої людини з технологічним розвитком і старінням професійних знань?
8. Який вплив має життєвий досвід на когнітивний розвиток та пізнавальну діяльність у середньому віці?
9. Назвіть основні завдання психосоціального розвитку чоловіків і жінок у середньому віці.
10. Поясніть особливості змін у професійній кар'єрі, які відбуваються в цей період.

11. Чому в середньому віці люди часто переоцінюють свою професійну кар'єру?
12. Охарактеризуйте самосвідомість у середньому дорослому віці.
13. У чому виявляються тенденції розвитку спонукальної сфери у середньому дорослому віці?
14. Назвіть основні потреби людей середнього дорослого віку.
15. У чому полягають особливості розвитку мотиваційної та спонукальної сфери у середньому віці?
16. Поясніть, що таке криза середини життя і які її психологічні прояви.
17. Охарактеризуйте особливості психічних та пізнавальних процесів у середньому дорослому віці.

Завдання для самостійної роботи

1. Підготувати аналітичний виступ на тему *«Криза середини життя»*. Включити визначення поняття, симптоматику, теоретичні моделі та можливі шляхи подолання.
2. Скласти 10 завдань для самостійного опрацювання теми «Психологія зрілості»: проблемні питання для аналізу; практичні вправи (наприклад, оцінка потреб, самоаналіз життєвих пріоритетів); тестові завдання на когнітивні та емоційні аспекти; творчі завдання (сценарії життєвих ситуацій, розробка психологічних кейсів).
3. Скласти термінологічний словник з ключовими поняттями теми «Психологія зрілості»: криза середини життя; акме; психосоціальна зрілість; спонукальна сфера; Я-концепція дорослої людини; мотиваційна та когнітивна сфера; соціальна роль; життєвий досвід; професійна кар'єра; особистісна зрілість.

Тема 15. Психологія пізньої дорослості (понад 60 років)

Теоретичні основи старіння. Основні теорії старіння та старості: біологічні, психологічні, соціальні та інтегративні концепції.

Біологічні закономірності старіння: морфо-функціональні зміни, вікові фізіологічні трансформації.

Психічні закономірності старіння: когнітивні, емоційні та мотиваційні зміни.

Ставлення до старіння та стратегії адаптації. Соціальні аспекти старіння. Значення сім'ї для людей похилого віку. Соціальна політика щодо підтримки літніх людей. Проблема тривалості життя та активного довголіття.

Завершення життєвого шляху. Значення збереження ідентичності та смислу життя в пізньому віці. Проблеми адаптації до пенсії та старіння. Конвергентний і дивергентний типи старіння.

Питання для самоконтролю

1. Опишіть морфо-функціональні зміни, що відбуваються в процесі старіння. Назвіть фактори, які на них впливають.
2. Порівняйте ознаки різних періодів пізньої дорослості (молодша старість, старість, довгожителі).
3. Які когнітивні зміни характерні для пізньої дорослості?
4. Чи є погіршення пізнавальних здібностей невід'ємною ознакою старіння? Назвіть прямі та непрямі фактори.
5. Опишіть особистісні зміни у пізньому дорослому віці.
6. Назвіть завдання розвитку у пізньому дорослому віці.
7. Як фізичні, економічні та соціальні умови впливають на адаптацію до виходу на пенсію?
8. Охарактеризуйте особливості сімейних та особистісних стосунків, що визначають радощі та стреси старості.
9. Як тип особистості і стилі поведінки впливають на пристосування до старіння?
10. Яке значення має збереження ідентичності в пізньому дорослому віці?

11. Як проявляється еріксонівський конфлікт між цілістю Его і відчаєм у пізній дорослості?
12. Опишіть фактори, що впливають на ставлення людей до виходу на пенсію.
13. Як найкраще підготуватись до виходу на пенсію і яку допомогу у цьому може надати суспільство?
14. Опишіть проблеми, турботи та потреби людей 65–75 років у порівнянні з людьми старше 85 років.
15. Що означають конвергентний та дивергентний типи старіння?
16. У чому полягає значення творчої діяльності і спілкування для активного довголіття?
17. Який тип регуляції поведінки та життєдіяльності сприяє прогресивному розвитку людини і її психіки?

Завдання для самостійної роботи

1. Підготувати аналітичний виступ або презентацію на тему «Криза старіння та адаптація в пізній дорослості».
2. Розробити 10 завдань для самостійного опрацювання теоретичного матеріалу з теми «Психологія старіння»: тестові завдання; проблемні питання для дискусії; практичні вправи на аналіз поведінки та емоційних реакцій літніх людей; творчі завдання (наприклад, сценарії підтримки активності та соціальної інтеграції).
3. Скласти термінологічний словник ключових понять: старіння; активне довголіття; конвергентний та дивергентний типи старіння; криза старості; ідентичність у пізньому віці; психосоціальна адаптація; когнітивне старіння; спонукальна сфера; соціальна політика та підтримка літніх людей.

Список рекомендованих джерел

1. Бочелюк, В. Й., & Бочелюк, Н. В. Вікова психологія та психодіагностика. Київ: Центр учбової літератури, 2021. 288 с.
2. Вікова психологія: *навчальний посібник*. / Савчин М.В., Василенко Л.П. 6-те видання, перероблене, доповнене 2024.
3. Вікова психологія. *Навчальний посібник* / О.П. Сергєєнкова, О.А. Столярчук, О.П. Коханова, О.В. Пасєка. К. 2020.
4. Вікова психологія: конспект лекцій / укладачі: П. І. Сахно, Н. М. Теслик. Суми : Сумський державний університет, 2024. 190с.
5. Гребенюк, Л. П. Вікова та педагогічна психологія. Київ: Освіта України, 2022. 312 с.
6. Гошовський Я., Гошовська Д.,. (2025). Вплив агресії на прояв девіантної поведінки у депривованих підлітків. *Перспективи та інновації науки (Серія «Педагогіка», Серія «Психологія», Серія «Медицина»)*. 10(56). 1433–1445.
7. Кацавець Р. С. Психологія розвитку особистості: *навчальний посібник*. Київ: Алерта, 2024. 152 с.
8. Максименко, С. Д. Психологія розвитку людини: віковий аспект. Київ: Видавничий дім «Слово», 2021. 336 с.
9. Мушинська, Н. М. Вікова психологія: сучасні тенденції дослідження. Харків: ХНУ ім. В. Н. Каразіна, 2023. 248 с.
10. Пісоцький В. П., Горянська А.М. Теоретичні питання вікової психології : *навчальний посібник* для закладів вищої освіти; 2-е вид., випр. і доповн. 2023. 232 с. <https://files.znu.edu.ua/files/Bibliobooks/Inshi78/0058077.pdf>
11. Hoshovskyi, J., Mudrak , I., Hoshovska D., Shmarova, N., Kordunova, N., & Kulchytska, A. (2023). Economic Deprivation as a Neuropsychological Aspect of the Formation of Frustration in Potential Migrants. *BRAIN. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience*, 14(2), 285-302. <https://doi.org/10.18662/brain/14.2/455>
12. Jaroslav Hoshovskyi, Olena Fayerman, Iryna Nikolenko, Olena Holub, Nataliia Krupenyna, (2022). Applying Coaching Technologies in Professional Self-

Development of Socionomy Specialists in Supporting Families that have Children with Special Needs *Journal for Educators, Teachers and Trainers*, Vol. 13 (5). 234-247. <https://jett.labosfor.com/index.php/jett/article/view/1019>

Додаткова література

1. Аханова А.В. Вікова психологія в схемах та таблицях : *метод. посібник*. Упр. освіти і науки Волин. облдержадмін., Комун. закл. вищ. освіти "Луцький пед. коледж" Волин. облради. - Київ : Патерик, 2024.
2. Власенко І. А. Переживання внутрішньоособистісних конфліктів студентською молоддю в умовах війни в Україні *Габітус*, 2023. 53. 57-62. Режим доступу: <https://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/47086/>
3. Гошовський Я. Мілітарний досвід у легенді життєвого шляху особистості. *Психогенеза особистості: норма і девіація*. Луцьк : ФОП Мажула Ю.М., 2024. С.6 – 11.
4. Гошовський Я. Психологія переживання особистістю на різних етапах онтогенезу типових травм і девіацій війни. *Психогенеза особистості: норма і девіація*. Луцьк : ФОП Мажула Ю.М., 2025. 7–12.
5. Гошовський, Я., Гошовська, Д. *Психологічні аспекти самоакцептації дівчаток-гімназисток. Становлення особистості: персоногенетичний контекст*. Мукачево: Вид-во МДУ, 2023. С. 38–40.
6. Гошовська Д., Гошовський Я. Гіперактивність як патологічний чинник розвитку учнів підліткового віку. *Перспективи та інновації науки (Серія «Педагогіка», Серія «Психологія», Серія «Медицина»)*. 2025. 8(54). 1140-1153.
7. Єрмаков, І. Г. Психологічні особливості розвитку дітей дошкільного та молодшого шкільного віку. Одеса: Астропринт, 2021. 264 с.
8. Корнієнко, І. М. Вікові особливості когнітивного розвитку дітей та підлітків. Дніпро: ДНУ ім. О. Гончара, 2022. 312 с.

9. Сидоренко, О. М. Вікові особливості емоційного розвитку дітей. Запоріжжя: ЗНУ, 2021. 192 с.
10. Психологія розвитку та життєстійкості особистості: наукові студії : колективна монографія / за наук. ред. Кононової М.М. Полтава : Астроя. 2024. 552 с.

ЗМІСТ

Пояснювальна записка.....	3
Тема 1. Вікова психологія як практична галузь знань.....	5
Тема 2. Історія становлення вікової психології.....	7
Тема 3. Особливості психологічного обстеження осіб різного віку	10
Тема 4. Онтогенез психіки людини: основні поняття.....	13
Тема 5. Вікова періодизація життєвого шляху людини.....	15
Тема 6,7. Психофізіологічний розвиток дитини у пренатальному періоді та в періоді немовляти	15
Тема 8. Психологічна характеристика дитини раннього віку.....	16
Тема 9. Психологія дошкільника (пізнього дитинства) (3-6)	23
Тема 10. Психологічні особливості молодшого школяра.....	26
Тема 11. Психологія особистості підлітка.....	28
Тема 12. Психологія старшокласника (юнацтва).....	30
Тема 13. Психологія ранньої дорослості (21–40 років).....	33
Тема 14. Психологія середньої дорослості (40–60 років).....	36
Тема 15. Психологія пізньої дорослості (понад 60 років).....	38
Список рекомендованих джерел.....	41

