

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
МИКОЛАЇВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ В.О. СУХОМЛИНСЬКОГО**

Кафедра психології та соціальних наук

**НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНИЙ КОМПЛЕКС
ПРОЕКТУВАННЯ ЖИТТЄВОГО ШЛЯХУ ОСОБИСТОСТІ ТА
ПСИХОЛОГІЯ СЕКСУАЛЬНОСТІ**

Для спеціальності: 053 «Психологія»

Автори:
доктор психологічних наук,
доцент кафедри психології
Чугуєва І.Є.

Затверджено на засіданні кафедри психології
Протокол від «26» серпня 2020 року № 1

Зміст навчально-методичного комплексу

1. Титульна сторінка.
2. Зміст НМК.
3. Витяги з ОКХ, ОПП спеціальності.
4. Навчальна програма дисципліни.
5. Робоча програма навчальної дисципліни.
6. Тести
7. Методичні рекомендації та розробки до практичних занять.
8. Методичні матеріали, що забезпечують самостійну роботу студентів.
9. Конспект лекцій з дисципліни.
10. Інструктивно-методичні матеріали до практичних занять.

Витяг із ОПП

Мета курсу: формування у студента необхідних наукових знань в області психології, яка вивчає проблеми проектування життєвого шляху особистості, розвиток професійного мислення майбутнього фахівця, удосконалення його здібностей до самостійного особистісного і професійного розвитку, постановки завдань, прийняття рішень, формування професійної компетентності. Формування у майбутніх психологів сексуальної культури, установки і цінностей на основі сучасних наукових знань з психології сексуальності, які дадуть можливість зберегти своє репродуктивне і сексуальне здоров'я, розуміти сексуально зумовлені особливості поведінки людей, розпізнавати сексуальні дисфункції та девіації.

Завдання курсу:

- студенти мають засвоїти основні поняття, принципи та положення психологічної науки у сфері проектування життєвого шляху особистості;
- оволодіти знаннями щодо закономірностей, умов і моделей проектування життєвого шляху особистості;
- засвоїти головні підходи до проектування життєвого шляху особистості;
- навчитись здійснювати психологічний аналіз життєвого шляху особистості;
- навчити студентів застосовувати набуті знання у процесі власного особистісного і професійного розвитку, а також у практичній професійній діяльності.
- студенти мають засвоїти основні поняття, принципи та положення психологічної науки у сфері сексології;
- оволодіти знаннями щодо закономірностей, умов і моделей сексуальності;
- засвоїти головні підходи до вивчення сексуальної сфери людини;
- навчитись здійснювати психологічний аналіз, впроваджувати процедури психогігієни, програми статевого виховання, консультування з проблем сексуальної поведінки;
- навчити студентів застосовувати набуті знання у процесі власного особистісного розвитку, а також у практичній професійній діяльності.

Витяг із ОКХ

У результаті вивчення дисципліни студенти оволодівають такими компетентностями:

Загальнопредметні:

1. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.
2. Знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності.
3. Навички використання інформаційних і комунікаційних технологій.
4. Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями.
5. Здатність бути критичним і самокритичним.
6. Здатність приймати обґрунтовані рішення.
7. Здатність генерувати нові ідеї (креативність).
8. Навички міжособистісної взаємодії.
9. Здатність працювати в команді.
10. Здатність реалізувати свої права і обов'язки як члена суспільства, усвідомлювати цінності громадянського (вільного демократичного) суспільства та необхідність його сталого розвитку, верховенства права, прав і свобод людини і громадянина в Україні.
11. Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у розвитку суспільства, техніки і технологій, використовувати різні види та форми рухової активності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя.

Фахові:

1. Здатність оперувати категоріально-понятійним апаратом психології.

2. Здатність до ретроспективного аналізу вітчизняного та зарубіжного досвіду розуміння природи виникнення, функціонування та розвитку психічних явищ.
3. Здатність до розуміння природи поведінки, діяльності та вчинків.
4. Здатність самостійно збирати та критично опрацьовувати, аналізувати та узагальнювати психологічну інформацію з різних джерел.
5. Здатність використовувати валідний і надійний психодіагностичний інструментарій.
6. Здатність самостійно планувати, організовувати та здійснювати психологічне дослідження.
7. Здатність аналізувати та систематизувати одержані результати, формулювати аргументовані висновки та рекомендації.
8. Здатність організовувати та надавати психологічну допомогу (індивідуальну та групову).
9. Здатність здійснювати просвітницьку та психопрофілактичну роботу відповідно до запиту.
11. Здатність дотримуватися норм професійної етики.
12. Здатність до особистісного та професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку.

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
МИКОЛАЇВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ В. О. СУХОМЛИНСЬКОГО**

Кафедра психології

ЗАТВЕРДЖУЮ

Проректор із науково-педагогічної роботи _____

О.А. Кузнецова

«28» серпня 2020 р.

**ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
ПРОЕКТУВАННЯ ЖИТТЄВОГО ШЛЯХУ ОСОБИСТОСТІ
ТА ПСИХОЛОГІЯ СЕКСУАЛЬНОСТІ**

Ступінь магістра

Спеціальність 053 «Психологія»

Освітньо-професійна програма Психологія

Миколаїв 2020

Програму розроблено та внесено: Миколаївський національний університет імені В. О. Сухомлинського

РОЗРОБНИК ПРОГРАМИ: Чугуєва І.Є. кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології та соціальних наук.

РЕЦЕНЗЕНТ:

Коренева Ю.П. кандидат психологічних наук, доцент кафедри соціально-гуманітарних наук НУК імені адмірала Макарова.

Програму схвалено на засіданні кафедри психології та соціальних дисциплін

Протокол від «26» серпня 2020 року № 1

Завідувач кафедри

психології та соціальних дисциплін _____ (Савенкова І.І.)

Програму погоджено з гарантом ОП (Психологія) _____ (за потреби)

Програму погоджено навчально-методичною комісією факультету педагогіки та психології

Протокол від “26” серпня 2020 року № 1

Голова навчально-методичної комісії _____ (Чугуєва І.Є.)

Програму погоджено навчально-методичною комісією університету

Протокол від “28” серпня 2020 року № 11

Голова навчально-методичної комісії _____ (Кузнецова О. А.)

Анотація

Проектування життєвого шляху особистості та психологія сексуальності – це прикладна дисципліна, яка спрямована на формування і розвиток практичних навичок побудови життєвої перспективи особистості з урахуванням індивідуальних властивостей, психологічних особливостей, особистого досвіду.

Курс зорієнтований на практику психологічного консультування, надання психологічної допомоги, психологічної терапії та психологічної профілактики.

Дисципліна поєднує принципи персонології, вікової психології, психології праці.

Ключові слова: життєва перспектива, життєва стратегія, життєвий шлях, розвиток особистості, психологія сексуальності, проектування.

Abstract

Designing the life path of the individual and the psychology of sexuality is an applied discipline that aims to form and develop practical skills to build a life perspective of the individual, taking into account individual characteristics, psychological characteristics, personal experience.

The course focuses on the practice of psychological counseling, psychological care, psychological therapy and psychological prevention.

The discipline combines the principles of personology, age psychology, psychology of work.

Key words: life perspective, life strategy, life path, personality development, psychology of sexuality, design.

ВСТУП

Програма вивчення нормативної навчальної дисципліни «Проектування життєвого шляху особистості та психологія сексуальності» складена відповідно до освітньо-професійної програми підготовки магістрів спеціальності 053 Психологія за освітньо-професійною програмою Психологія.

Предметом вивчення навчальної дисципліни є: принципи, прийоми, моделі і засоби аналізу і проектування життєвого шляху особистості та психологічні аспекти сексуальності як соціального феномену.

Міждисциплінарні зв'язки: дисципліна «Проектування життєвого шляху особистості та психологія сексуальності» пов'язана з навчальними дисциплінами «Загальна психологія», «Психологія спілкування та конфліктологія», «Психологічне консультування, психотерапія, психокорекція та психологія тренінгової роботи», «Психологія сім'ї, усвідомлене батьківство, сімейне консультування та сімейна психотерапія», «Психологія батьківства, його психологічний супровід та психологія творчості, «Диференціальна психологія», «Соціальна психологія».

1. Мета та завдання навчальної дисципліни та очікувані результати

1. 1. Мета: формування у студента необхідних наукових знань в області психології, яка вивчає проблеми проектування життєвого шляху особистості, розвиток професійного мислення майбутнього фахівця, удосконалення його здібностей до самостійного особистісного і професійного розвитку, постановки завдань, прийняття рішень, формування професійної компетентності. формування у майбутніх психологів сексуальної культури, установки і цінностей на основі сучасних наукових знань з психології сексуальності, які дадуть можливість зберегти своє репродуктивне і сексуальне здоров'я, розуміти сексуально зумовлені особливості поведінки людей, розпізнавати сексуальні дисфункції та девіації.

1. 2. Основними завданнями вивчення дисципліни є:

- студенти мають засвоїти основні поняття, принципи та положення психологічної науки у сфері проектування життєвого шляху особистості;
- оволодіти знаннями щодо закономірностей, умов і моделей проектування життєвого шляху особистості;
- засвоїти головні підходи до проектування життєвого шляху особистості;
- навчитись здійснювати психологічний аналіз життєвого шляху особистості;
- навчити студентів застосовувати набуті знання у процесі власного особистісного і професійного розвитку, а також у практичній професійній діяльності.
- оволодіти знаннями щодо закономірностей, умов і моделей сексуальності;
- засвоїти головні підходи до вивчення сексуальної сфери людини;

- навчитись здійснювати психологічний аналіз, впроваджувати процедури психогієни, програми статевого виховання, консультування з проблем сексуальної поведінки.

Програмні результати навчання:

- ПР 1. Аналізувати та пояснювати психічні явища, ідентифікувати психологічні проблеми та пропонувати шляхи їх розв'язання.
- ПР 2. Розуміти закономірності та особливості розвитку і функціонування психічних явищ в контексті професійних завдань.
- ПР 3. Здійснювати пошук інформації з різних джерел, у т.ч. з використанням інформаційно-комунікаційних технологій, для вирішення професійних завдань.
- ПР 4. Обґрунтовувати власну позицію, робити самостійні висновки за результатами власних досліджень і аналізу літературних джерел.
- ПР 7. Рефлексувати та критично оцінювати достовірність одержаних результатів психологічного дослідження, формулювати аргументовані висновки.
- ПР 8. Презентувати результати власних досліджень усно/письмово для фахівців і нефахівців.
- ПР 9. Пропонувати власні способи вирішення психологічних задач і проблем у процесі професійної діяльності, приймати та аргументувати власні рішення щодо їх розв'язання.

1. 3. Згідно з вимогами освітньо-професійної програми студент оволодіває такими компетентностями:

I. Загальнопредметні:

- ЗК 1. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.
- ЗК 2. Знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності.
- ЗК 5. Здатність бути критичним і самокритичним.
- ЗК 6. Здатність приймати обґрунтовані рішення.
- ЗК 7. Здатність генерувати нові ідеї (креативність).

II. Фахові:

- ФК 3. Здатність до розуміння природи поведінки, діяльності та вчинків.
- ФК 4. Здатність самостійно збирати та критично опрацьовувати, аналізувати та узагальнювати психологічну інформацію з різних джерел.
- ФК 7. Здатність аналізувати та систематизувати одержані результати, формулювати аргументовані висновки та рекомендації.
- ФК 8. Здатність організовувати та надавати психологічну допомогу (індивідуальну та групову).
- ФК 9. Здатність здійснювати просвітницьку та психопрофілактичну роботу відповідно до запиту.

2. Інформаційний обсяг навчальної дисципліни.

- Тема 1. Психологічна проблематика життєвого шляху особистості.
- Тема 2. Впливи сучасності на особистісну побудову майбутнього.
- Тема 3. Усвідомлена психічна саморегуляція як шлях до оптимізації життєвого самоконструювання.
- Тема 4. Соціально-психологічні відмінності у ставленні до моделювання майбутнього.
- Тема 5. Моделі структурування майбутнього.
- Тема 6. Траєкторії індивідуального життєздійснення в соціальних координатах.
- Тема 7. Предмет та завдання психології сексуальності.
- Тема 8. Сексуальні дисфункції.
- Тема 9. Сексуальні девіації.

3. Рекомендована література

Базова

1. Т.М. Титаренко, О.Г. Злобіна, Л.А. Лепіхова та ін. за наук. ред. Т.М. Титаренко. НАПН України; Інститут соціальної та політичної психології. – Кіровоград: Імекс-ЛТД, 2012. – 512 с.
2. Акімова Л. Психология сексуальности – Одесса: СМІЛ. – 2005.
3. Введение в сексологию. — М.: Медицина, 1989.
4. Карпинский К.В. Психология жизненного пути личности: учеб. пособие. Гродно: ГрГУ, 2012. 167 с.
5. Келли Г. Основы современной сексологии. - СПб.: Питер, 2000.
6. Кон И.С. 5.Мастерс У., Джонсон В., Колонди Р. Основы сексологии. Пер. с англ. - М.: Мир, 1998.
7. Кон И.С. Сексология. - М.: Академия, 2004.
8. Лев-Старович Зб. Секс в культурах мира. Пер. с польск. - М.: Мысль, 1991.433с.
9. Логинова Н.А. Психобиографический метод исследования и коррекции личности. Алма-Ата: Казак университеті, 2001. 176 с.
10. Сексология / Под ред. Д.Н. Исаева. - СПб.: Питер, 2001.743с.
11. Фрейд З. Очерки по психологии сексуальности. – К. здоров'я. – 1990.

12. Чернобровкін В. М. Психологія прийняття педагогічних рішень / В. М. Чернобровкін. – Луганськ : Альма-матер, 2016. 279с.
13. Чудновский В. Э. Проблема оптимального смысла жизни // Смысл жизни и акме: 10 лет поиска : в 2-х ч. / В. Э. Чудновский ; под ред. А. А. Бодалева, Г. А. Вайзер и др. – М. : Смысл. – 2014. – С. 7–23.
14. Шнейдер Л.Б. Психология семейных отношений. Курс лекций - М., 2000.
15. Щеглов Л. Сексология. М.: "Олма-Пресс", 2011.
16. Як будувати своє майбутнє: життєві завдання особистості: [наук. моногр.]

Допоміжна

1. Allport G. W. The use of personal documents in psychological science. — Soc. Sci. Res. Coun. Bull. 1942. № 49.
2. Bühler Ch. Der menschliche Lebenslauf als Psychologisches Problem. — Leipzig, 1933.
3. Dennis W. Age and productivity among scientists. — Science. 1956. V. 123.
4. Абульханова-Славская К. А. Деятельность и психология личности. — М., 1980.
5. Абульханова-Славская К. А. Диалектика человеческой жизни. — М., 1977.
6. Ананьев Б. Г. Воспитание памяти школьника. — Л., 1940.
7. Ананьев Б. Г. К теории внутренней речи. — В кн.: Психология чувственного познания. М., 1960. С. 348—369.
8. Ананьев Б. Г. О проблемах современного человекознания. — М., 1977.
9. Ананьев Б. Г. Очерки психологии. — Л., 1945.
10. Ананьев Б. Г. Человек как предмет познания. — Л., 1969.
11. Ананьев Б.Г. Человек как предмет познания. СПб.: Питер, 2001. 288 с. Оксфордский толковый словарь общей медицины // Национальная
12. Анциферова Л. И. Некоторые теоретические проблемы психологии личности. — Вопр. психол. 1978. № 1. С. 37—50.
13. Бердяев Н.А. Эрос и личность: Философия пола и любви. - М., 1989. 238с.
14. Берн Э. Секс в человеческой любви. М., 1990. 240с.
15. Васильченко Г. С, Решетняк ЮА. Любовь, брак, сексуальное партнерство. - М., 1990.432с.
16. Васильченко Г.С. Сексология. Справочник. М., 1990.560с.
17. Винокур Г. Биография и культура. — М., 1997.355с.
18. Головаха Е. И., Кроник А. А. Психологическое время личности. — Киев, 1984.
19. Головин С.Ю. Словарь практического психолога. Мн.: Харвест, 1998. 654с.
20. Голод С.И. Личная жизнь: любовь, отношения полов. Л., 1990.238с.
21. Джеймс М. Брак и любовь. М., 1985.564с.
22. Діденко СЛ. Психологія сексуальності та сексуальних стосунків.
23. Еникеева Д. Сексуальная жизнь женщины. М., 1997.332с.
24. Зимбардо Ф. Застенчивость - что это такое и как с ней справиться. - СПб.: Питер-Пресс, 1996.340с.
25. Имелинский К. Сексология и сексопатология - М.: Медицина, 1986.679с.
26. Келли Г.Ф. Основы современной сексологии. СПб.: Питер, 2000.544с.
27. Кетлинская В. К. Здравствуй, молодость! — Новый мир. 1975. № 11.
28. Клейн Л. С. Другая любовь: Природа человека и гомосексуальность. СПб.: Питер, 2012.244с.
29. Козеллек Р. Минуте. Майбутнє. Про семантику історичного часу / Р. Козеллек ; пер. з нім. – К. ; Дух і літера, 2005.433с.
30. Кон И.С. Введение в сексологию - М.: Медицина, 1988. 544с.
31. Кон И.С. Социологическая психология. Воронеж: МОДЭК, 1999. 560 с.
32. Кочарян Г.С., Кочарян А.С. Психотерапия сексуальных расстройств и супружеских конфликтов. М., 1994. 456с.
33. Кратохвил С. Психотерапия семейно-сексуальных дисгармоний. М., 1991.433с.
34. Кришталь В.В., Гульман Б.Л. Сексология. Т.1. Нормальная сексология. Т.2. Клиническая сексология. Общая сексопатология. Х., 1998. 680с.
35. Лев-Старович З. Нетипичный секс. /пер. С польск. М., 1995. 433с.
36. Лев-Старович З. Партнерский секс. - М. 1990.322с.
37. Либих С.С., Фрадкин В.И. Сексуальные дисгармонии. Ташкент, 1990.328с.
38. Логинова Н. А. Развитие личности и ее жизненный путь. — В кн.: Принцип развития в психологии. М., 1998.376с.
39. Логинова Н. А. Шарлотта Бюлер — представитель гуманистической психологии. — Вопр. психол. 1980. № 1. С. 154—158.

40. Логинова Н.А. Жизненный путь человека как проблема психологии //
41. Лоуэн А. Любовь и оргазм. - М.: Прогресс, 1998.211с.
42. Лоуэн А. Язык тела. - Ростов н/Д: «Феникс», 1998.298с.
43. Можейко М. А. Справочник: История философии [Электронный ресурс] / М. А. Можейко. – Режим доступа : // www.phhistory.freecopy.in/187.shtml.
44. Носов Н. А. Психологические виртуальные реальности / Н. А. Носов. – М. : Ин-т человека РАН, 1994. – 195 с.
45. Нохуров А. Нарушения сексуального поведения - М.: Медицина, 1988.
46. Общая сексопатология / под ред. Г.С.Васильченко - М.: Медицина, 1977.563с.
47. Остен Дж. Любовь и дружба. - М.: Изд-во «Текст», 2004.
48. Пергаменщик Л.А. Кризисная психология: учеб. пособие. Минск: психологическая энциклопедия. URL: <http://vocabulary.ru/> (дата обращения: 22.06.2013).
49. Психологический лексикон. Энциклопедический словарь: в 6 т. / ред.- Райгородский Д.Я. Психология и психоанализ беременности. - Самара: Бахрах, 2003.
50. Райгородский Д.Я. Психология и психоанализ любви. - Самара: Бахрах, 2002.
51. Ричардсон Р. Семейная психотерапия. М., 1992.655с.
52. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии. — 2-е изд. — М., 1946.
53. Рубинштейн С. Л. Человек и мир. — В кн.: Проблемы общей психологии. М., 1973.
54. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. СПб.: Питер. 2002. 720 с.
55. Свядощ А.М. Неврозы - М.: Медицина, 1982 (3-е издание).
56. Середкина Е. В. Расширенное понимание диалога в постнеклассической науке [Электронный ресурс] / Е. В. Середкина. – Режим доступа : // anthropology.ru/ry/texts/seredkina/dialogue.html.
57. Симонов П. В. Эмоциональный мозг. — М., 1981.364с.
58. Справочник по сексопатологии - М.: Медицина, 1990 / под ред. Г.С.Васильченко. 677с.
59. Старшенбаум Г.В. Сексуальная и семейная психотерапия. М.: Изд-во Высшей школы психологии, 2003.544с.
60. Теплов Б. М. Психология музыкальных способностей. — В кн.: Психология индивидуальных различий. М., 1961.
61. Теплов Б. М. Ум полководца. — В кн.: Психология индивидуальных различий. М., 1961.
62. Тэннэхилл Р. Секс в истории. М.: Крон-пресс, 1995.378с.
63. Фромм Э. Искусство любви. - М.: Педагогика, 1990. 264с.
64. Фуко М. Історія сексуальності. Т.3. Плекання себе. Пер. з франц.
65. Фукс Э. Эротика. Буржуазный век. Конвейер удовольствий. - М., 2001.
66. Хорни К. Женская психология. - СПб., 1993. 321с.
67. Шнабль З. Мужчина и женщина. Пер. с нем. Кишинев "Истиница", 1982.433с.
68. Штарке К., Фридрих В. Любовь и сексуальность до 30 лет. - М., 1991.328с.
69. Яффе М., Фенвик Э. Секс в жизни женщины. М., 1991.265с.
70. Яффе М., Фенвик Э. Секс в жизни мужчины. М., 1990.276с.

4. Форма підсумкового контролю успішності навчання: залік

5. Засоби діагностики успішності навчання:

- поточний контроль;
- підсумковий контроль;
- КР;
- залік.

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
МИКОЛАЇВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ В. О. СУХОМЛИНСЬКОГО
Факультет педагогіки та психології
Кафедра психології

ЗАТВЕРДЖУЮ

Проректор із науково-педагогічної роботи _____

О.А. Кузнецова

«28» серпня 2020 р.

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
ПРОЕКТУВАННЯ ЖИТТЄВОГО ШЛЯХУ ОСОБИСТОСТІ
ТА ПСИХОЛОГІЯ СЕКСУАЛЬНОСТІ

Ступінь магістра

Галузь знань 05 Соціально-поведінкові науки

Спеціальність 053 «Психологія»

Освітньо-професійна програма Психологія

2020 – 2021 навчальний рік

Розробник: Чугуєва Інна Євгенівна, доцент кафедри психології, кандидат психологічних наук _____
(Чугуєва І.Є.)

Робоча програма затверджена на засіданні кафедри психології

Протокол № 1 від «26» серпня 2020 р.

Завідувач кафедри _____ (Савенкова І.І.)

«26» серпня 2020 р.

Програму погоджено з гарантом ОП (Психологія) _____ (за потреби)

Анотація

Проектування життєвого шляху особистості та психологія сексуальності – це прикладна дисципліна, яка спрямована на формування і розвиток практичних навичок побудови життєвої перспективи особистості з урахуванням індивідуальних властивостей, психологічних особливостей, особистого досвіду.

Курс зорієнтований на практику психологічного консультування, надання психологічної допомоги, психологічної терапії та психологічної профілактики.

Дисципліна поєднує принципи персонології, вікової психології, психології праці.

Ключові слова: життєва перспектива, життєва стратегія, життєвий шлях, розвиток особистості, психологія сексуальності, проектування.

Abstract

Designing the life path of the individual and the psychology of sexuality is an applied discipline that aims to form and develop practical skills to build a life perspective of the individual, taking into account individual characteristics, psychological characteristics, personal experience.

The course focuses on the practice of psychological counseling, psychological care, psychological therapy and psychological prevention.

The discipline combines the principles of personology, age psychology, psychology of work.

Key words: life perspective, life strategy, life path, personality development, psychology of sexuality, design.

1. Опис навчальної дисципліни

Денна форма навчання

Найменування показників	Галузь знань, освітній ступінь	Характеристика навчальної дисципліни
		<i>Денна форма навчання</i>
Кількість кредитів – 3	Галузь знань 05 соціальні та поведінкові науки	Вибіркова
	Спеціальність 053 Психологія	<i>Семестр</i>
Загальна кількість годин 90		1
	Ступінь: магістра	<i>Лекції</i>
Тижневих годин для денної форми навчання: 4		12
аудиторних		<i>Практичні</i>
самостійної роботи студента : 6		18
		<i>Лабораторні</i>
		<i>Самостійна робота</i>
http://moodle.mdu.edu.ua/my/	60	
	Вид контролю: залік	

Мова викладання - українська

Примітка.

Співвідношення кількості годин аудиторних занять до самостійної та індивідуальної роботи становить: для денної форми навчання – 90 год.: 30 год. – аудиторні заняття, 60 год. – самостійна робота. (33%; 67%)

Заочна форма навчання

Найменування показників	Галузь знань, освітній ступінь	Характеристика навчальної дисципліни
		<i>Заочна форма навчання</i>
Кількість кредитів – 3	Галузь знань 05 соціальні та поведінкові науки	Вибіркова
	Спеціальність 053 Психологія	<i>Семестр</i>
Загальна кількість годин 90		1
	Ступінь: магістра	<i>Лекції</i>
		2
		<i>Практичні</i>
		4
		Лабораторні
http://moodle.mdu.edu.ua/my/		<i>Самостійна робота</i>
		84
	Вид контролю: залік	

Мова викладання - українська

Примітка.

Співвідношення кількості годин аудиторних занять до самостійної та індивідуальної роботи становить: для заочної форми навчання 90 год.: 6 год. – аудиторні заняття, 84 год. – самостійна робота.(3%; 97%)

2. Мета, завдання та очікувані результати вивчення навчальної дисципліни

Мета курсу: формування у студента необхідних наукових знань в області психології, яка вивчає проблеми проектування життєвого шляху особистості, розвиток професійного мислення майбутнього фахівця, удосконалення його здібностей до самостійного особистісного і професійного розвитку, постановки завдань, прийняття рішень, формування професійної компетентності. формування у майбутніх психологів сексуальної культури, установки і цінностей на основі сучасних наукових знань з психології сексуальності, які дадуть можливість зберегти своє репродуктивне і сексуальне здоров'я, розуміти сексуально зумовлені особливості поведінки людей, розпізнавати сексуальні дисфункції та девіації.

Завдання курсу:

- студенти мають засвоїти основні поняття, принципи та положення психологічної науки у сфері проектування життєвого шляху особистості;
- оволодіти знаннями щодо закономірностей, умов і моделей проектування життєвого шляху особистості;
- засвоїти головні підходи до проектування життєвого шляху особистості;
- навчитись здійснювати психологічний аналіз життєвого шляху особистості;
- навчити студентів застосовувати набуті знання у процесі власного особистісного і професійного розвитку, а також у практичній професійній діяльності.
- оволодіти знаннями щодо закономірностей, умов і моделей сексуальності;
- засвоїти головні підходи до вивчення сексуальної сфери людини;
- навчитись здійснювати психологічний аналіз, впроваджувати процедури психогігієни, програми статевого виховання, консультування з проблем сексуальної поведінки.

Передумови для вивчення дисципліни: знання провідних принципів, законів психології, психологічних явищ і процесів, теоретичних напрямів і практичного інструментарію сучасної психології.

Навчальна дисципліна складається з 3 кредитів. Згідно змогами ОПІ студент оволодіває такими компетентностями:

Програмні результати навчання:

ПР 1. Аналізувати та пояснювати психічні явища, ідентифікувати психологічні проблеми та пропонувати шляхи їх розв'язання.

ПР 2. Розуміти закономірності та особливості розвитку і функціонування психічних явищ в контексті професійних завдань.

ПР 3. Здійснювати пошук інформації з різних джерел, у т.ч. з використанням інформаційно-комунікаційних технологій, для вирішення професійних завдань.

ПР 4. Обґрунтовувати власну позицію, робити самостійні висновки за результатами власних досліджень і аналізу літературних джерел.

ПР 7. Рефлексувати та критично оцінювати достовірність одержаних результатів психологічного дослідження, формулювати аргументовані висновки.

ПР 8. Презентувати результати власних досліджень усно/письмово для фахівців і нефахівців.

ПР 9. Пропонувати власні способи вирішення психологічних задач і проблем у процесі професійної діяльності, приймати та аргументувати власні рішення щодо їх розв'язання.

1. 3. Згідно з вимогами освітньо-професійної програми студент оволодіває такими компетентностями:

I. Загальнопредметні:

ЗК 1. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

ЗК 2. Знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності.

ЗК 5. Здатність бути критичним і самокритичним.

ЗК 6. Здатність приймати обґрунтовані рішення.

ЗК 7. Здатність генерувати нові ідеї (креативність).

II. Фахові:

ФК 3. Здатність до розуміння природи поведінки, діяльності та вчинків.

ФК 4. Здатність самостійно збирати та критично опрацьовувати, аналізувати та узагальнювати психологічну інформацію з різних джерел.

ФК 7. Здатність аналізувати та систематизувати одержані результати, формулювати аргументовані висновки та рекомендації.

ФК 8. Здатність організовувати та надавати психологічну допомогу (індивідуальну та групову).

ФК 9. Здатність здійснювати просвітницьку та психопрофілактичну роботу відповідно до запиту.

2. Інформаційний обсяг навчальної дисципліни.

- Тема 1. Психологічна проблематика життєвого шляху особистості.
- Тема 2. Впливи сучасності на особистісну побудову майбутнього.
- Тема 3. Усвідомлена психічна саморегуляція як шлях до оптимізації життєвого самоконструювання.
- Тема 4. Соціально-психологічні відмінності у ставленні до моделювання майбутнього.
- Тема 5. Моделі структурування майбутнього.
- Тема 6. Траєкторії індивідуального життєздійснення в соціальних координатах.
- Тема 7. Предмет та завдання психології сексуальності.
- Тема 8. Сексуальні дисфункції.
- Тема 9. Сексуальні девіації.

Програма навчальної дисципліни

Кредит 1. Соціально-психологічні засади проектування життєвого шляху особистості

- Тема 1. Психологічна проблематика життєвого шляху особистості.
- Тема 2. Впливи сучасності на особистісну побудову майбутнього.
- Тема 3. Усвідомлена психічна саморегуляція як шлях до оптимізації життєвого самоконструювання.

Кредит 2. Принципи моделювання життєвого шляху особистості

- Тема 4. Соціально-психологічні відмінності у ставленні до моделювання майбутнього.
- Тема 5. Моделі структурування майбутнього.
- Тема 6. Траєкторії індивідуального життєздійснення в соціальних координатах.

Кредит 3. Практичні прийоми і засоби проектування життєвого шляху особистості.

- Тема 7. Предмет та завдання психології сексуальності.
- Тема 8. Сексуальні дисфункції.
- Тема 9. Сексуальні девіації.

3. Структура навчальної дисципліни

Денна форма навчання

Назви кредитів і тем	Кількість годин					
	Усього:	у тому числі				
		л	п	л	і	сп
Кредит 1. Соціально-психологічні засади проектування життєвого шляху особистості						
Тема 1. Психологічна проблематика життєвого шляху особистості.	10	2	2			6
Тема 2. Впливи сучасності на особистісну побудову майбутнього.	10	2	2			6
Тема 3. Усвідомлена психічна саморегуляція як шлях до оптимізації життєвого самоконструювання.	10		2			8
Усього	30	4	6			20
Кредит 2. Принципи моделювання життєвого шляху особистості						
Тема 4. Соціально-психологічні відмінності у ставленні до моделювання майбутнього.	10	2	2			6
Тема 5. Моделі структурування майбутнього.	10	2	2			8
Тема 6. Траєкторії індивідуального життєздійснення в соціальних координатах.	10		2			8
Усього	30	4	6			20
Кредит 3. Практичні прийоми і засоби проектування життєвого шляху особистості.						
Тема 7. Предмет та завдання психології сексуальності.	10	2	2			6
Тема 8. Сексуальні дисфункції.	10	2	2			6
Тема 9. Сексуальні девіації.	10		2			8
Усього	30	4	6			20
Усього:	90	12	18			60

Заочна форма навчання

Назви кредитів і тем	Кількість годин					
	Усього:	у тому числі				
		л	п	л	і	ср
Кредит 1. Соціально-психологічні засади проектування життєвого шляху особистості						
Тема 1. Психологічна проблематика життєвого шляху особистості.	10	2				8
Тема 2. Впливи сучасності на особистісну побудову майбутнього.	10					10
Тема 3. Усвідомлена психічна саморегуляція як шлях до оптимізації життєвого самоконструювання.	10					10
Усього	30	2				28
Кредит 2. Принципи моделювання життєвого шляху особистості						
Тема 4. Соціально-психологічні відмінності у ставленні до моделювання майбутнього.	10		2			8
Тема 5. Моделі структурування майбутнього.	10					10
Тема 6. Траєкторії індивідуального життєздійснення в соціальних координатах.	10					10
Усього	30		2			28
Кредит 3. Практичні прийоми і засоби проектування життєвого шляху особистості.						
Тема 7. Предмет та завдання психології сексуальності.	10		2			8
Тема 8. Сексуальні дисфункції.	10					10
Тема 9. Сексуальні девіації.	10					10
Усього	30		2			28
Усього:	90	2	4			84

4. Теми лекцій
Денна форма навчання

№ п/п	Назва теми	години
Кредит 1. Соціально-психологічні засади проектування життєвого шляху особистості		
1	Тема 1. Психологічна проблематика життєвого шляху особистості.	2
2	Тема 2. Впливи сучасності на особистісну побудову майбутнього.	2
Кредит 2. Принципи моделювання життєвого шляху особистості		
3	Тема 4. Соціально-психологічні відмінності у ставленні до моделювання майбутнього.	2
4	Тема 5. Моделі структурування майбутнього.	2
Кредит 3. Практичні прийоми і засоби проектування життєвого шляху особистості.		
5	Тема 7. Предмет та завдання психології сексуальності.	2
6	Тема 8. Сексуальні дисфункції.	2
		Усього:
		12

Заочна форма навчання

№ п/п	Назва теми	години
Кредит 1. Соціально-психологічні засади проектування життєвого шляху особистості		
1	Тема 1. Психологічна проблематика життєвого шляху особистості.	2
		Усього:
		2

5. Теми практичних занять
Денна форма навчання

№ п/п	Назва теми	години
Кредит 1. Соціально-психологічні засади проектування життєвого шляху особистості		
1	Тема 1. Психологічна проблематика життєвого шляху особистості.	2
2	Тема 2. Впливи сучасності на особистісну побудову майбутнього.	2
3	Тема 3. Усвідомлена психічна саморегуляція як шлях до оптимізації життєвого самоконструювання.	2
Кредит 2. Принципи моделювання життєвого шляху особистості		
4	Тема 4. Соціально-психологічні відмінності у ставленні до моделювання майбутнього.	2
5	Тема 5. Моделі структурування майбутнього.	2
6	Тема 6. Траскторії індивідуального життєздійснення в соціальних координатах.	2
Кредит 3. Практичні прийоми і засоби проектування життєвого шляху особистості.		
7	Тема 7. Предмет та завдання психології сексуальності	2
8	Тема 8. Сексуальні дисфункції.	2
9	Тема 9. Сексуальні девіації.	2
		Усього:
		18

Заочна форма навчання

№ п/п	Назва теми	години
Кредит 2. Принципи моделювання життєвого шляху особистості		
1	Тема 4. Соціально-психологічні відмінності у ставленні до моделювання майбутнього.	2
Кредит 3. Практичні прийоми і засоби проектування життєвого шляху особистості.		
2	Тема 7. Предмет та завдання психології сексуальності.	2
		Усього:
		4

6. Самостійна робота

Денна форма навчання

№ п/п	Назва теми	ГОДИНИ
Кредит 1. Соціально-психологічні засади проектування життєвого шляху особистості		
1	Тема 1. Психологічна проблематика життєвого шляху особистості.	6
2	Тема 2. Впливи сучасності на особистісну побудову майбутнього.	6
3	Тема 3. Усвідомлена психічна саморегуляція як шлях до оптимізації життєвого самоконструювання.	8
Кредит 2. Принципи моделювання життєвого шляху особистості		
4	Тема 4. Соціально-психологічні відмінності у ставленні до моделювання майбутнього.	6
5	Тема 5. Моделі структурування майбутнього.	6
6	Тема 6. Траєкторії індивідуального життєздійснення в соціальних координатах.	8
Кредит 3. Практичні прийоми і засоби проектування життєвого шляху особистості.		
7	Тема 7. Предмет та завдання психології сексуальності	6
8	Тема 8. Сексуальні дисфункції.	6
9	Тема 9. Сексуальні девіації.	8
Усього:		60

Заочна форма навчання

№ п/п	Назва теми	ГОДИНИ
Кредит 1. Соціально-психологічні засади проектування життєвого шляху особистості		
1	Тема 1. Психологічна проблематика життєвого шляху особистості.	8
2	Тема 2. Впливи сучасності на особистісну побудову майбутнього.	10
3	Тема 3. Усвідомлена психічна саморегуляція як шлях до оптимізації життєвого самоконструювання.	10
Кредит 2. Принципи моделювання життєвого шляху особистості		
4	Тема 4. Соціально-психологічні відмінності у ставленні до моделювання майбутнього.	8
5	Тема 5. Моделі структурування майбутнього.	10
6	Тема 6. Траєкторії індивідуального життєздійснення в соціальних координатах.	10
Кредит 3. Практичні прийоми і засоби проектування життєвого шляху особистості.		
7	Тема 7. Предмет та завдання психології сексуальності	8
8	Тема 8. Сексуальні дисфункції.	10
9	Тема 9. Сексуальні девіації.	10
Усього:		84

8. Форми роботи та критерії оцінювання

Рейтинговий контроль знань студентів здійснюється за 100-бальною шкалою:

Шкала оцінювання: національна та ECTS

ОЦІНКА ЄКТС	СУМА БАЛІВ	ОЦІНКА ЗА НАЦІОНАЛЬНОЮ ШКАЛОЮ	
		екзамен	залік
A	90-100	5 (відмінно)	5/відм./зараховано
B	80-89	4 (добре)	4/добре/ зараховано
C	65-79		
D	55-64	3 (задовільно)	3/задов./ зараховано
E	50-54		
FX	35-49	2 (незадовільно)	Не зараховано

Форми поточного та підсумкового контролю. Комплексна діагностика знань, умінь і навичок студентів із дисципліни здійснюється на основі результатів проведення поточного контролю знань (КР). Поточне

оцінювання (індивідуальне, групове і фронтальне опитування, самостійна робота, самоконтроль). Завданням поточного контролю є систематична перевірка розуміння й засвоєння програмового матеріалу, виконання практичних робіт, уміння самостійно опрацьовувати тести, інтерпретація результатів діагностики, здатності публічно чи письмово представляти результати психодіагностичних процедур.

Завданням підсумкового контролю (залік) є врахування виконаних студентом програмового матеріалу курсу.

Критерії оцінювання відповідей на практичних заняттях:

Студенту виставляється відмінно. Відповідь правильна, повна, логічна, містить аналіз, систематизацію, узагальнення, використані міждисциплінарні зв'язки, містить аргументовані висновки.

Студенту виставляється дуже добре. Відповідь в цілому правильна, достатньо повна, логічна; допущені несуттєві помилки та неточності у викладенні матеріалу.

Студенту виставляється добре. Відповідь частково правильна, містить неточності, недостатньо обґрунтована.

Студенту виставляється достатньо. Відповідь має суттєві помилки, аргументи не сформульовані, використовуються невірна термінологія.

Студенту виставляється задовільно. Відповідь містить значну кількість суттєвих помилок, не обґрунтована. Кількість балів у кінці семестру повинна складати від 150 до 300 балів (за 3 кредити), тобто сума балів за виконання усіх завдань.

Відповідний розподіл балів, які отримують студенти за 3 крд.

Поточне оцінювання та самостійна робота									КР	Накопичувальні бали/сума
T1	T2	T3	T4	T5	T6	T7	T8	T9	30	300/100
30	30	30	30	30	30	30	30	30		

**9. Засоби
діагностики
Засобам**

и

діагностики та методами демонстрування результатів навчання є:

- поточний контроль;
- підсумковий контроль;
- КР;
- залік.

10. Методи навчання

- лекції;
- практичні заняття;
- самостійна робота;
- інтерактивні методи навчання (психологічні задачі, дискусія).

11. Рекомендована література

Базова

17. Т.М. Титаренко, О.Г. Злобіна, Л.А. Лепіхова та ін. за наук. ред. Т.М. Титаренко. НАПН України; Інститут соціальної та політичної психології. – Кіровоград: Імекс-ЛТД, 2012. – 512 с.
18. Акімова Л. Психологія сексуальності – Одеса: СМІЛ. – 2005.
19. Введение в сексологию. — М.: Медицина, 1989.
20. Карпинский К.В. Психология жизненного пути личности: учеб. пособие. Гродно: ГрГУ, 2012. 167 с.
21. Келли Г. Основы современной сексологии. - СПб.: Питер, 2000.
22. Кон И.С. 5.Мастерс У., Джонсон В., Колонди Р. Основы сексологии. Пер. с англ. - М.: Мир, 1998.
23. Кон И.С. Сексология. - М.: Академия, 2004.
24. Лев-Старович Зб. Секс в культурах мира. Пер. с польск. - М.: Мысль, 1991.433с.
25. Логинова Н.А. Психобиографический метод исследования и коррекции личности. Алма-Ата: Казак университеті, 2001. 176 с.
26. Сексология / Под ред. Д.Н. Исаева. - СПб.: Питер, 2001.743с.
27. Фрейд З. Очерки по психологии сексуальности. – К. здоров'я. – 1990.
28. Чернобровкін В. М. Психологія прийняття педагогічних рішень / В. М. Чернобровкін. – Луганськ : Альма-матер, 2016. 279с.

29. Чудновский В. Э. Проблема оптимального смысла жизни // Смысл жизни и акме: 10 лет поиска : в 2-х ч. / В. Э. Чудновский ; под ред. А. А. Бодалева, Г. А. Вайзер и др. – М. : Смысл. – 2014. – С. 7–23.
30. Шнейдер Л.Б. Психология семейных отношений. Курс лекций - М., 2000.
31. Щеглов Л. Сексология. М.: "Олма-Пресс", 2011.
32. Як будувати своє майбутнє: життєві завдання особистості: [наук. моногр.]

Допоміжна

71. Allport G. W. The use of personal documents in psychological science. — Soc. Sci. Res. Coun. Bull. 1942. № 49.
72. Bühler Ch. Der menschliche Lebenslauf als Psychologisches Problem. — Leipzig, 1933.
73. Dennis W. Age and productivity among scientists. — Science. 1956. V. 123.
74. Абульханова-Славская К. А. Деятельность и психология личности. — М., 1980.
75. Абульханова-Славская К. А. Диалектика человеческой жизни. — М., 1977.
76. Ананьев Б. Г. Воспитание памяти школьника. — Л., 1940.
77. Ананьев Б. Г. К теории внутренней речи. — В кн.: Психология чувственного познания. М., 1960. С. 348—369.
78. Ананьев Б. Г. О проблемах современного человекознания. — М., 1977.
79. Ананьев Б. Г. Очерки психологии. — Л., 1945.
80. Ананьев Б. Г. Человек как предмет познания. — Л., 1969.
81. Ананьев Б.Г. Человек как предмет познания. СПб.: Питер, 2001. 288 с. Оксфордский толковый словарь общей медицины // Национальная
82. Анциферова Л. И. Некоторые теоретические проблемы психологии личности. — Вопр. психол. 1978. № 1. С. 37—50.
83. Бердяев Н.А. Эрос и личность: Философия пола и любви. - М., 1989. 238с.
84. Берн Э. Секс в человеческой любви. М., 1990. 240с.
85. Васильченко Г. С, Решетняк ЮА. Любовь, брак, сексуальное партнерство. - М., 1990.432с.
86. Васильченко Г.С. Сексология. Справочник. М., 1990.560с.
87. Винокур Г. Биография и культура. — М., 1997.355с.
88. Головаха Е. И., Кроник А. А. Психологическое время личности. — Киев, 1984.
89. Головин С.Ю. Словарь практического психолога. Мн.: Харвест, 1998. 654с.
90. Голод С.И. Личная жизнь: любовь, отношения полов. Л., 1990.238с.
91. Джеймс М. Брак и любовь. М., 1985.564с.
92. Діденко СЛ. Психологія сексуальності та сексуальних стосунків.
93. Еникеева Д. Сексуальная жизнь женщины. М., 1997.332с.
94. Зимбардо Ф. Застенчивость - что это такое и как с ней справиться. - СПб.: Питер-Пресс, 1996.340с.
95. Имелинский К. Сексология и сексопатология - М.: Медицина, 1986.679с.
96. Келли Г.Ф. Основы современной сексологии. СПб.: Питер, 2000.544с.
97. Кетлинская В. К. Здравствуй, молодость! — Новый мир. 1975. № 11.
98. Клейн Л. С. Другая любовь: Природа человека и гомосексуальность. СПб.: Питер, 2012.244с.
99. Козеллек Р. Минуте. Майбутнє. Про семантику історичного часу / Р. Козеллек ; пер. з нім. – К. ; Дух і літера, 2005.433с.
100. Кон И.С. Введение в сексологию - М.: Медицина, 1988. 544с.
101. Кон И.С. Социологическая психология. Воронеж: МОДЭК, 1999. 560 с.
102. Кочарян Г.С., Кочарян А.С. Психотерапия сексуальных расстройств и супружеских конфликтов. М., 1994. 456с.
103. Кратохвил С. Психотерапия семейно-сексуальных дисгармоний. М., 1991.433с.
104. Кришталь В.В., Гульман Б.Л. Сексология. Т.1. Нормальная сексология. Т.2. Клиническая сексология. Общая сексопатология. Х., 1998. 680с.
105. Лев-Старович З. Нетипичный секс. /пер. С польск. М., 1995. 433с.
106. Лев-Старович З. Партнерский секс. - М. 1990.322с.
107. Либих С.С., Фрадкин В.И. Сексуальные дисгармонии. Ташкент, 1990.328с.
108. Логинова Н. А. Развитие личности и ее жизненный путь. — В кн.: Принцип развития в психологии. М., 1998.376с.
109. Логинова Н. А. Шарлотта Бюлер — представитель гуманистической психологии. — Вопр. психол. 1980. № 1. С. 154—158.
110. Логинова Н.А. Жизненный путь человека как проблема психологии //
111. Лоуэн А. Любовь и оргазм. - М.: Прогресс, 1998.211с.

112. Лоуэн А. Язык тела. - Ростов н/Д: «Феникс», 1998.298с.
113. Можейко М. А. Справочник: История философии [Электронный ресурс] / М. А. Можейко. – Режим доступа : // www.phhistory.freecopy.in/187.shtml.
114. Носов Н. А. Психологические виртуальные реальности / Н. А. Носов. – М. : Ин-т человека РАН, 1994. – 195 с.
115. Нохуров А. Нарушения сексуального поведения - М.: Медицина, 1988.
116. Общая сексопатология / под ред. Г.С.Васильченко - М.: Медицина, 1977.563с.
117. Остен Дж. Любовь и дружба. - М.: Изд-во «Текст», 2004.
118. Пергаменщик Л.А. Кризисная психология: учеб. пособие. Минск: психологическая энциклопедия. URL: <http://vocabulary.ru/> (дата обращения: 22.06.2013).
119. Психологический лексикон. Энциклопедический словарь: в 6 т. / ред.- Райгородский Д.Я. Психология и психоанализ беременности. - Самара: Бахрах, 2003.
120. Райгородский Д.Я. Психология и психоанализ любви. - Самара: Бахрах, 2002.
121. Ричардсон Р. Семейная психотерапия. М., 1992.655с.
122. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии. — 2-е изд. — М., 1946.
123. Рубинштейн С. Л. Человек и мир. — В кн.: Проблемы общей психологии. М., 1973.
124. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. СПб.: Питер. 2002. 720 с.
125. Свядощ А.М. Неврозы - М.: Медицина, 1982 (3-е издание).
126. Середкина Е. В. Расширенное понимание диалога в постнеклассической науке [Электронный ресурс] / Е. В. Середкина. – Режим доступа : // anthropology.ru/ru/texts/seredkina/dialogue.html.
127. Симонов П. В. Эмоциональный мозг. — М., 1981.364с.
128. Справочник по сексопатологии - М.: Медицина, 1990 / под ред. Г.С.Васильченко. 677с.
129. Старшенбаум Г.В. Сексуальная и семейная психотерапия. М.: Изд-во Высшей школы психологии, 2003.544с.
130. Теплов Б. М. Психология музыкальных способностей. — В кн.: Психология индивидуальных различий. М., 1961.
131. Теплов Б. М. Ум полководца. — В кн.: Психология индивидуальных различий. М., 1961.
132. Тэннэхилл Р. Секс в истории. М.: Крон-пресс, 1995.378с.
133. Фромм Э. Искусство любви. - М.: Педагогика, 1990. 264с.
134. Фуко М. Історія сексуальності. Т.3. Плекання себе. Пер. з франц.
135. Фукс Э. Эротика. Буржуазный век. Конвейер удовольствий. - М., 2001.
136. Хорни К. Женская психология. - СПб., 1993. 321с.
137. Шнабль З. Мужчина и женщина. Пер. с нем. Кишинев "Истиница", 1982.433с.
138. Штарке К., Фридрих В. Любовь и сексуальность до 30 лет. - М., 1991.328с.
139. Яффе М., Фенвик Э. Секс в жизни женщины. М., 1991.265с.
140. Яффе М., Фенвик Э. Секс в жизни мужчины. М., 1990.276с.

12. Інформаційні ресурси

- Електронні книги з психології – <http://readbookz.com/>
- <https://psytests.org/> каталог психодіагностичних методик та професійної літератури.
- Методика діагностики відхилень у розвитку молодших школярів – http://www.nachalka.com.ua/load/shkola/pedrada/metodika_diaqnostiki_vidyilenv/5-1-0-2496.
- Аналіз методів дослідження вікової психології - http://master-vpu25.ucoz.ua/news/analiz_metodiv_doslidzhennja_vikovoji_psiholoqiji/2013-03-24-266.

Підсумковий тест

1. Який вид смислу життя пов'язаний з категоріями «реалізація», «виконання», «актуалізація», «досягнення», «результат», «підсумок»
 - A. Процесуальний
 - B. Термінальний
 - C. Евдемонічний
 - D. Деонтологічний
2. Який вид смислу життя пов'язаний з просуванням по життєвому шляху, наявністю бажань і цілей
 - A. Процесуальний
 - B. Термінальний
 - C. Евдемонічний
 - D. Деонтологічний
3. Який вид смислу життя пов'язаний з запереченням смислу життя, знеціненням його значущості для людини
 - A. Процесуальний
 - B. Термінальний
 - C. Нігілістичний
 - D. Деонтологічний
4. Який вид смислу життя пов'язаний зі ставленням до смислу як до значущого, ціннісного компоненту життя
 - A. Аксиологічний
 - B. Термінальний
 - C. Евдемонічний
 - D. Деонтологічний
5. Який вид смислу життя пов'язаний з задоволенням потреб, бажань, пошуком задоволення, використанням життєвих благ
 - A. Аксиологічний
 - B. Термінальний
 - C. Евдемонічний
 - D. Гедоністичний
6. Який вид смислу життя пов'язаний з обмеженням потреб, доланням перешкод, мужнім прийняттям негативних проявів життя, а також самовдосконаленням
 - A. Аксиологічний
 - B. Аскетичний
 - C. Евдемонічний
 - D. Гедоністичний
7. Який вид смислу життя пов'язаний з категорією «щастя», пошуком щастя, переживання щастя тощо
 - A. Аксиологічний
 - B. Евдемонічний
 - C. Гедоністичний
 - D. Глорістичний
8. Який вид смислу життя пов'язаний з прагненням досягти визнання, слави, пошани, відчуттям своєї власної значущості
 - A. Аксиологічний
 - B. Деонтологічний
 - C. Гедоністичний
 - D. Глорістичний

9. Який вид смислу життя пов'язаний з життєвим обов'язком, місією, яку людина повинна виконати, своїм призначенням у житті
- A. Процесуальний
 - B. Термінальний
 - C. Евдемонічний
 - D. Деонтологічний
10. Який вид смислу життя пов'язаний з життям інших людей, прагненням приносити користь людям
- A. Гуманістичний
 - B. Деонтологічний
 - C. Гедоністичний
 - D. Глорістичний
11. Який вид смислу життя пов'язаний з боротьбою за виживання, прагненням знайти і зайняти «місце під сонцем», бути конкурентоспроможним
- A. Праксіологічний
 - B. Віталістичний
 - C. Гедоністичний
 - D. Глорістичний
12. Який вид смислу життя пов'язаний з категоріями «доля», «рок», «обставини», «випадок»
- A. Віталістичний
 - B. Фаталістичний
 - C. Гедоністичний
 - D. Глорістичний
13. Який тип особистості за Е.Фроммом у постановці життєвих завдань спрямований на те, щоб отримати життєві блага від когось або внаслідок щасливого випадку, не проявляючи власної активності, у постановці цілей орієнтуються на інших, а не на себе
- A. Експлуатуючий
 - B. Рецептивний
 - C. Накопичувальний
 - D. Ринковий
14. Який тип особистості за Е.Фроммом у постановці життєвих завдань спрямований на «захват чужої території» (зайняти чийсь місце, посаду, відносини тощо), у постановці цілей орієнтуються на інших, а не на себе
- A. Експлуатуючий
 - B. Рецептивний
 - C. Накопичувальний
 - D. Ринковий
15. Який тип особистості за Е.Фроммом у постановці життєвих завдань спрямований на еквівалентний обмін, уміння домовлятися, реалістичність цілей, прагматичність завдань
- A. Експлуатуючий
 - B. Рецептивний
 - C. Накопичувальний
 - D. Ринковий
16. Який тип особистості за Е.Фроммом у постановці життєвих завдань спрямований на отримання якомога більшого обсягу життєвих здобутків матеріальних і нематеріальних (у межах можливого) та їх ретельну охорону і збереження
- A. Експлуатуючий
 - B. Рецептивний
 - C. Накопичувальний
 - D. Ринковий

17. Який тип особистості за З. Фрейдом у постановці життєвих завдань спрямований на схвалення і підтримку збоку інших, проявляє залежність від інших, довірливість, оптимістичність
- A. Орально-пасивний
 - B. Орально-агресивний
 - C. Анально-утримуючий
 - D. Анально-виштовхуючий
18. Який тип особистості за З. Фрейдом у постановці життєвих завдань спрямований на досягнення через використання інших людей, пов'язаний з песимістичністю, прагненням домінувати над іншими, щоб задовольнити власні потреби
- A. Орально-пасивний
 - B. Орально-агресивний
 - C. Анально-утримуючий
 - D. Анально-виштовхуючий
19. Який тип особистості за З. Фрейдом у постановці життєвих завдань проявляє упертість, методичність, пунктуальність, порядок і визначеність, не гнучкий
- A. Орально-пасивний
 - B. Орально-агресивний
 - C. Анально-утримуючий
 - D. Анально-виштовхуючий
20. Який тип особистості за З. Фрейдом у постановці життєвих завдань проявляє імпульсивність, прагне до володіння, може проявляти жорстокість, якщо стикається з труднощами
- A. Орально-пасивний
 - B. Орально-агресивний
 - C. Анально-утримуючий
 - D. Анально-виштовхуючий
21. Який тип особистості за Е.Фроммом у життєвих завданнях відображує значущість любові, праці, відповідальності, підтримуючих взаємовідносин
- A. Продуктивний
 - B. Ринковий
 - C. Рецептивний
 - D. Накопичувальний
22. Який тип особистості за З. Фрейдом у постановці життєвих завдань спрямований на схвалення, захоплення збоку інших, намагається довести свою неповторність, унікальність, надзвичайність, особливість, ідеальність, вважає себе вільним від будь-яких обмежень, намагається контролювати думку оточуючих про себе
- A. Оральний
 - B. Фалічний
 - C. Нарцисичний
 - D. Анальний
23. Який тип особистості за З. Фрейдом у постановці життєвих завдань спрямований на суперництво, конкуренцію, гордість, зухвалість
- A. Оральний
 - B. Фалічний
 - C. Нарцисичний
 - D. Анальний
24. Яку назву має психологічне явище, коли досягнення поставлених цілей блоковано і внаслідок чого виконання життєвих завдань стає неможливим, або відстроченим на довгий невизначений час
- A. Стагнація

- В. Фіксація
- С. Фрустрація
- Д. Антиципація

25. Поняття «життєвий шлях» у вітчизняну психологію було уведено:

- А. С.Л.Рубінштейном
- В. С.Я.Рубінштейн
- С. А.Р.Лурія
- Д. А.Н.Леонтьєвим

26. Поняття «життєвий світ» у науковий понятійний апарат увів:

- А. А.Н.Леонтьєв
- В. Ф.Є.Василюк
- С. Л.С.Виготський
- Д. А.В.Запорожець

27. Який тип життєвого світу має людина, яка спрямована на миттєве задоволення потреб і швидке досягнення мети, отримання задоволення, а буд-які труднощі, обмеження, напруження, біль, сприймаються як катастрофа

- А. «Внутрішньо простий і зовнішньо легкий світ»
- В. «Внутрішньо простий і зовнішньо складний світ»
- С. «Внутрішньо складний і зовнішньо легкий світ»
- Д. «Внутрішньо складний і зовнішньо складний світ»

28. Який тип життєвого світу має людина яка спрямована на предметну діяльність, досягнення мети (ставить питання – як досягти) і проявляє терпіння, надію, реалістичність, наполегливість

- А. «Внутрішньо простий і зовнішньо легкий світ»
- В. «Внутрішньо простий і зовнішньо складний світ»
- С. «Внутрішньо складний і зовнішньо легкий світ»
- Д. «Внутрішньо складний і зовнішньо складний світ»

29. Який тип життєвого світу має людина, яка проявляє труднощі у постановці цілей (яку ціль обрати, заради чого діяти), головним орієнтиром виступають узагальнені цінності

- А. «Внутрішньо простий і зовнішньо легкий світ»
- В. «Внутрішньо простий і зовнішньо складний світ»
- С. «Внутрішньо складний і зовнішньо легкий світ»
- Д. «Внутрішньо складний і зовнішньо складний світ»

30. Який тип життєвого світу має людина, яка спрямована на втілення ідеального надситуативного задуму свого життя в цілому, має труднощі у постановці визначеного алгоритму досягнення мети, проявляє творчість і волю у подоланні труднощів

- А. «Внутрішньо простий і зовнішньо легкий світ»
- В. «Внутрішньо простий і зовнішньо складний світ»
- С. «Внутрішньо складний і зовнішньо легкий світ»
- Д. «Внутрішньо складний і зовнішньо складний світ»

31. Яку назву має концепція згідно якої або людина приймає на себе відповідальність за результати власних досягнень, або перекладає відповідальність на когось або щось

- А. Концепція рівня домагань
- В. Концепція цільової установки
- С. Концепція локусу контролю
- Д. Концепція когнітивного дисонансу

32. Яку назву має здатність і процес передбачення розвитку подій, явищ, результатів

- А. Апперцепція
- В. Антиципація

- C. Атрибуція
- D. Адаптація

33. Яку назву має соціальна група на яку людина орієнтується в процесі життя, постановці задач і оцінки їх результатів
- A. Референтна група
 - B. Корпоративна група
 - C. Колектив
 - D. Реальна група
34. Яку назву має явище, коли людина повністю включає у свій внутрішній світ і життєвий план погляди, мотиви, установки, цілі інших людей і сприймає як свої власні
- A. Інтроєкція
 - B. Інтроспекція
 - C. Інтеріоризація
 - D. Інтроцепція.
35. Що виступає задумом, наміром у постановці життєвої задачі, часто виявляється у формі спрямованості свідомості на вирішення певної задачі
- A. Іntenція
 - B. Інтуїція
 - C. Інтерпретація
 - D. Інтеріоризація
36. Оцінна система, яку використовує людина для класифікації об'єктів у своєму життєвому просторі. У постановці життєвих завдань людина часто керується еталонами певних об'єктів у їх подібності і відмінності по відношенню до інших об'єктів (наприклад «гарна дружина», «справжній чоловік», «дружна родина», «вдала кар'єра» тощо)
- A. Особистісний комплекс
 - B. Особистісний конструкт
 - C. Особистісний простір
 - D. Особистісний статус
37. Аналізуючи життєвий шлях особистості часто можна спостерігати явище конгруентності, це, коли...
- A. Поведінка людини адекватна до ситуації
 - B. Реальне-Я та ідеальне-Я достатньо близькі
 - C. Переживання реальності не викривлюються афективними установками
 - D. Досвід і уявлення людини про себе знаходяться у відповідності
38. У постановці і реалізації життєвих задач великий вплив мають ефекти «поля» (Дж.Келлі), під поняттям «поле» розуміється
- A. Сукупність зовнішніх подразників і стимулів
 - B. Сукупність актуальних (тут і тепер) поштовхів до активності
 - C. Сукупність відносин, у які включений суб'єкт
 - D. Сукупність зовнішніх умов, які визначають поведінку
39. Важливим компонентом у життєдіяльності суб'єкта виступає здатність до самопізнання власних психічних станів, актів, дій, діяльності
- A. Раціоналізація
 - B. Рефлексія
 - C. Інтерація
 - D. Інтероспекція
40. На життєвому шляху людини можуть траплятися так звані «прикордонні» ситуації за К.Ясперсом
- A. Ситуації тяжких випробувань з непередбачуваним результатом у екстремальних умовах
 - B. Ситуації коли відповідальний вибір ускладнений або неможливий

- C. Ситуації неможливості опанувати поведінку
D. Проблемні ситуації
41. Яке з тверджень краще передає думку А.Адлера про співвідношення особистості і стилю життя
A. Стабільність особистості на протязі життя пояснюється стилем життя
B. Стиль життя – це похідна від постійно мінливої особистості
C. Стиль життя і тип особистості – це ортогональні виміри
D. Унікальність і неповторність індивідуума реалізуються у обмеженій кількості життєвих стилів
42. За А.Адлером **завершальним** етапом інтерпретації стремління людини до переваги є
A. Засіб досягнення якомога більш високих рівнів досягнень
B. Форма гіперкомпенсації для витіснення почуття неповноцінності
C. Вираження неповноцінності
D. Універсальний життєвий закон стремління уперед і уверх
43. У своїй умовній класифікації особистісних типів А.Адлер вирізняв 4 типи, до числа яких **НЕ** входить
A. Управляючий
B. Уникаючий
C. Соціально-корисний
D. Підлеглий
44. Що з перерахованого **НЕ** входить у оцінку життєвого стилю
A. Прояв у поточному житті ранніх стадій сексуального розвитку
B. Ранні спогади і сновидіння
C. Дисфункціональні сприйняття
D. Сім'я
45. Послідовність людського досвіду у психології А.Адлера розглядається як:
A. Почуття – думка – дія
B. Дія – почуття – думка
C. Думка – дія – почуття
D. Почуття – дія – думка
46. Особистісні проблеми, які виникають на життєвому шляху за психодинамічною теорією особистості – це:
A. Маніфестація глибинних невротичних комплексів
B. Результат культурних впливів
C. Прояв вроджених властивостей
D. Підсумковий результат процесу розчарування
47. Послідовність і напрям індивідуальної психологічної динаміки визначаються головним чином через:
A. Життєвий стиль
B. Фіктивні цілі
C. Вроджені паттерни особистісного розвитку
D. Соціальною спрямованістю особистості
48. Люди с порушеною поведінкою, яка відображується у життєвому стилі за А.Адлером виникає під впливом:
A. Его-конфлікту
B. Архетипу Злодія
C. Прагнення до переваги
D. Кастраційної тривоги
49. Подолання почуття неповноцінності, яке загрожує Его завжди відображується у життєвому стилі і здійснюється за А.Адлером через:
A. Захисний механізм заперечення

- В. Захисний механізм витіснення
 С. Регрес на попередню стадію розвитку
 D. Прагнення до псевдопереваги
50. Невротичному стилю життя за А.Адлером притаманні:
 А. Слабкість Его, суперечливість, непослідовність
 В. Відсутність внутрішньої логіки, надмірна екстравертність
 С. Інтернальний контроль у поєднання з екстрапунітивністю
 D. Егоцентризм, не реалістичність, відсутність співпраці
51. Що з перерахованого точніше передає підхід А.Адлера до проблеми життєвого шляху особистості:
 А. Усвідомлення почуттів
 В. Мотивація і зміни
 С. Ліквідація симптомів
 D. Модифікація поведінки
52. У число компонентів підходу А.Адлера до проблеми життєвого шляху особистості **НЕ** входить:
 А. Виявлення помилкових суджень про себе та інших
 В. Корекція поведінкових паттернів
 С. Ліквідація хибних, фіктивних цілей
 D. Формування життєвих цілей, які допомагають реалізувати особистісний потенціал
53. Підхід А.Адлера до проблеми життєвого шляху особистості фокусується на:
 А. Подіях на різних етапах життєвого шляху
 В. Міжособистісних стосунках і взаємодії
 С. Способах сприйняття людиною свого життєвого світу
 D. Внутрішніх процесах, які керують особистістю
54. Ектопсихічні функції за К.Юнгом завжди відображуються у життєвому стилі особистості, до них **НЕ** відноситься:
 А. Мислення
 В. Відчуття
 С. Воля
 D. Інтуїція
55. У постановці життєвих задач психологічні типи за К.Юнгом керуються:
 А. Архетипічними змістами
 В. Співвідношенням усвідомлених і неусвідомлених мотивів
 С. Провідною ектопсихічною функцією
 D. Уявленнями інтуїтивного прогнозування
56. Ектопсихічна функція інтуїції за К.Юнгом у процесі постановки життєвих завдань здійснює орієнтацію відносно:
 А. Суб'єктивних значень
 В. Соціальних стандартів
 С. Часу
 D. Простору
57. Яке з тверджень краще описує явище «тиранія обов'язку» за К.Хорні, яке спостерігається в процесі постановки життєвих завдань
 А. Певні ідеали складають систему домінуючих імперативів, які затемнюють або витісняють реальні потреби і обов'язки особистості
 В. Потенції «Я» настільки слабкі, що індивід діє за законами зовнішнього обов'язку
 С. Егоцентричні устремління до задоволення роблять особистість залежною від них
 D. Власне життя особистості відсторонена на периферію соціальними вимогами

58. Яка з ідей гуманістичної психології Е.Фромма є принципом проектування життєвого шляху особистості
- Розуміння людини в суспільному, соціальному контексті існування
 - Заперечення ролі несвідомого у суспільному житті
 - Біологічна природа людини як організму не впливає його природу як індивіда
 - Протириччя існування не притаманні людині іманентно, а є лише реакцією на умови життя
59. У технократичній культурі сучасності людина в процесі життєдіяльності часто опиняється у системі непродуктивних взаємовідносин зі світом за Е.Фроммом, яка характеризується:
- Неможливістю побудувати гармонійні міжособистісні стосунки
 - Відсутністю свobodного вибору
 - Ідентифікація себе з явищами поза власною особистістю (політична сила, товарний бренд, субкультура) або прагнення до влади, домінування
60. У проектуванні життєвого шляху сучасної особистості часто спостерігається ефект «втечі від свободи» Е.Фромма, який пов'язаний з тим, що:
- Екзистенціальне навантаження свободи стає для людини надмірним, а її ресурси особистості обмеженими
 - Свобода ставить сучасну людину перед фактом самотності
 - Сучасна людина відчуває зростання негативної «свободи від...», що призводить до зростання відчуження
 - Свобода пов'язана з розширенням спектру відповідального вибору, тоді як людина прагне до альтернативних виборів
61. Яке явище пов'язане з тим, що у постановці життєвих завдань людина керується орієнтирами суспільних норм, правил, ідеалів, уявлень
- Інтерпретація
 - Інтеріоризація
 - Ідентифікація
 - Інтенція
62. Яку назву має метод, коли людина уявляє у думках певну подію, щоб дослідити свою реакцію на неї і натренувати емоційну відповідь, щоб реальна ситуація не була травмуючою
- Приховане обумовлення
 - Когнітивне обумовлення
 - Креативне обумовлення
 - Оперантне обумовлення
63. У проектуванні життєвого шляху часто використовується процес засвоєння нових способів поведінки через імітацію поведінки інших людей
- Класичне обумовлення
 - Моделювання
 - Соціальне пізнання
 - Підкріплення
64. Серед практичних прийомів проектування життєвого шляху використовується асертивний тренінг – це:
- Система корекції рівня домагань у зв'язку з реальними можливостями людини
 - Навчальна система зниження чутливості до відчуження
 - Система, яка навчає висувати і втілювати свої власні цілі, реалізовувати свої потреби, бажання, почуття
 - Система, яка навчає відкрито і прямо виражати негативні почуття
65. Дівчина реалізувала власний план: гарно закінчила курси і отримала спеціальність секретаря-референта, але не може не тільки працювати, а й розпочати пошук роботи з приводу своєї сором'язливості, що їй допоможе:
- Тренінг лідерських якостей
 - Тренінг ефективного керівництва

- C. Тренінг асертивності
- D. Тренінг креативності

66. Моделювання – це:

- A. Конструювання складних форм життєвих завдань з «одиничних» завдань
- B. Створення продуктивних форм вирішення методом спроб і помилок
- C. Вироблення ефективних форм вирішення життєвих завдань
- D. Засвоєння засобів вирішення життєвих завдань через спостереження і наслідування

67. У реалізації складних життєвих завдань часто використовується метод парадоксальної інтенції, його автор:

- A. Ф. Перлз
- B. В. Франкл
- C. А. Бек
- D. Дж. Вольпе

68. У постановці життєвих завдань провідним виступає когнітивний підхід, який заснований на ідеї, що:

- A. Почуття детермінують думки
- B. Почуття детермінуються думками
- C. Раціональне мислення визначається емоційним досвідом раннього дитинства
- D. Пізнання – основна детермінанта почуттів і думок

69. Яку назву має тип когнітивних помилок з'являється у постановці життєвих задач, який включає в себе твердження на кшталт «все або нічого» («покохати – так королеву, програти – так мільйон»):

- A. Конфронтаційне мислення
- B. Поляризоване мислення
- C. Антиномічне мислення
- D. Архаїчне мислення

70. Яка психологічна техніка використовується, коли потрібно позитивно осмислити досвід або ситуацію

- A. Копінг
- B. Моделювання
- C. Когнітивне реконструювання
- D. Психоаналіз

71. Жорсткість особистісних правил і цінностей виступає по відношенню до адекватного пристосування до життєвих обставин у вигляді:

- A. Автоматичних думок
- B. Особистісних конструктів
- C. Дисфункціональних установок
- D. Ірраціональних вірувань

72. У постановці життєвих завдань може виникати такий ефект «Якщо я зроблю помилку то про мене будуть погано думати» - це приклад:

- A. Ірраціональних вірувань
- B. Особистісного конструкту
- C. Дисфункціональної установки
- D. Негативного знання

73. У процесі аналізу проблем, які виникають на життєвому шляху особистості перш за все необхідно використати цей прийом:

- A. Зведення складних проблем до простих базових
- B. Мінімізація кількості проблем шляхом відкидання другорядних і менш значущих
- C. Ідентифікація проблем, які мають спільні причини та їх групування
- D. Переведення емоційних проблем на мову когніцій

74. У побудові життєвих завдань часто використовується принцип реальності В. Глассера, який спрямований на:
- Научіння людини реалізації своїх домагань
 - Засвоєння «внутрішньої реальності»
 - Активізація почуття реальності і допомога у подоланні розриву між планами та їх реалізацією
 - «Заземлення» емоцій
75. Автономія – це:
- Життєва позиція незалежності
 - Позиція людини у групі, яка характеризується особливими цілями і змістом поведінки
 - Стан, коли людина приймає на себе відповідальність за контроль свого життя і свої дії
 - Поведінка, яка визначається низькою толерантністю до співпраці і партнерства
76. У процесі побудови життєвих задач **НЕ** керуються таким видом нужди:
- Людині притаманна потреба у ідентичності
 - Людина потребує почуття своєї цінності та цінності інших
 - Людина потребує зняття обмежень з проявів інстинктивних спонукань
 - Людина потребує любові і відчуває потребу любити
77. Що з вищезазначеного допомагає зустріти складну ситуацію, передбачуючи її, виробити навички контролю тривоги:
- Когнітивна реатрибуція
 - Метод стрес-щеплення
 - Систематична десенситизація
 - Антиципативна релаксація
78. Що з вищезазначеного є початковим моментом методу стрес-щеплення
- Сугестивне програмування стресостійкості
 - Моделювання
 - Вербалізація факторів, які передують стресу, супроводжують його, є його наслідками
 - Направлена інтенсифікація психофізіологічних реакцій, які супроводжують стрес
79. Процес когнітивного подолання стресу має такі етапи:
- Підготовка-конфронтація-передбачення-самонавіювання
 - Уникання-прийняття виклику-подолання-контроль ситуації
 - Виклик-шок-мобілізація-подолання
 - Усвідомлення-мобілізація-подолання-реабілітація
80. У добре знайомих з власного досвіду ситуаціях виникає такий ефект:
- Стрес підвищується за механізмом «накладання» минулих ситуацій
 - Виникає психологічна демобілізація, яка заважає ефективному подоланню стресу
 - Емоційні реакції на стрес знижуються вже виробленими механізмами захисту
 - Закріплюються як продуктивні, так і не продуктивні елементи минулого досвіду
81. Ресурсний стан людини це - :
- Стан психологічної мобілізації
 - Неусвідомлена установка на досягнення успіху
 - Результат вольового зусилля
 - Психофізіологічний стан, коли людина відчуває себе здатною досягти результату
82. У якому з пунктів відображені два основних модальних оператора для формулювання певної життєвої задачі
- Можливість і реальність
 - Можливість і необхідність
 - Необхідність і умовність
 - Умовність і реальність

83. У постановці життєвої стратегії «Я хочу змінитися» або «Я хочу залишатися собою» спрацьовує парадокс досвіду за К.Роджерсом
- A. Чим менше людина прагне досягти певного результату, тим більше зміни
 - B. Ступінь усвідомлення досвіду зворотно пропорційна його успішності
 - C. У той мірі, у якій людина хоче залишатися собою, вона змінюється сама і змінюються пов'язані з нею люди
 - D. Досвід тим більш продуктивний, чим менше зусиль для нього витрачено
84. Яку назву має максимальна реалізація індивідуального потенціалу особистісного зростання
- A. Самодостатність
 - B. Самовпевненість
 - C. Самоактуалізація
 - D. Самоствердження
85. Яке твердження краще описує поняття «екзистенціальний вакуум» за В.Франклом
- A. Емоційний компонент соціальної ізоляції
 - B. Один з проявів деперсоналізації
 - C. Духовний стан спустошення з приводу відсутності смислу життя
 - D. Синонім синдрому вигоряння
86. Яку назву за А.Адлером мають цілі, які впливають на життя людини, але у співвідношенні з реальністю на можуть бути перевіреними або підтвердженими хоча суб'єктивно сприймаються як істинні
- A. Фіктивні
 - B. Афективні
 - C. Ефективні
 - D. Рефлексивні
87. Який аспект життєвого проекту людини за А.Адлером пов'язаний з прагненням людини знайти своє місце у суспільстві, прагненням до співпраці та взаємопідтримки, участь у житті інших
- A. Соціалізація
 - B. Соціальний інтерес
 - C. Соціальна роль
 - D. Соціальний статус
88. Життєва ціль особистості за К.Юнгом – це повна реалізація «Я», тобто становлення єдиного, неповторного, цілісного індивіда має назву
- A. Індивідуація
 - B. Індивідуалізація
 - C. Ідентифікація
 - D. Ідеалізація
89. Яку назву має явище за Е.Еріксоном, коли юнаки не здатні обрати шлях для просування (місце навчання, професію), відчувають безпорадність, безцільність, душевний безлад, відчуження, напристосованість до життя
- A. Криза форми
 - B. Криза ідентичності
 - C. Криза самостійності
 - D. Криза самоствердження
90. Яку назву має явище, коли юнаки ще не обрали для себе життєвий шлях, не сформулювали конкретні життєві задачі, але активно намагаються спробувати різні соціальні і професійні ролі для того, щоб вирішити, що їм насправді потрібно
- A. Психосоціальний мораторій
 - B. Криза самовизначення
 - C. Криза самостійності

D. Автономія

91. Ідентичність особистості, яка характеризується відсутністю мрії-мети, прийнятих цінностей і ролей – це за Е.Еріксоном
- Мораторій ідентичності
 - Дифузна ідентичність
 - Досягнення ідентичності
 - Вирішена ідентичність
92. Ідентичність особистості, яка характеризується вибором альтернатив, невизначеністю – це за Е.Еріксоном
- Мораторій ідентичності
 - Дифузна ідентичність
 - Досягнення ідентичності
 - Вирішена ідентичність
93. Ідентичність особистості, яка характеризується визначеністю без вибору альтернатив – це за Е.Еріксоном
- Мораторій ідентичності
 - Дифузна ідентичність
 - Досягнення ідентичності
 - Вирішена ідентичність
94. Ідентичність особистості, яка характеризується оцінкою альтернатив і вибором з певних позицій – це за Е.Еріксоном
- Мораторій ідентичності
 - Дифузна ідентичність
 - Досягнення ідентичності
 - Вирішена ідентичність
95. Який тип особистості за К.Хорні у життєвому стилі проявляє прагнення бути у «тіні» інших, уникати самотності, вступати у стосунки з іншими заради подолання почуття нікчемності, безпорадності, відчувають залежність від інших
- Поступливий
 - Відчужений
 - Ворожій
 - Керований
96. Почуття завершеності на кульмінаційному відрізку життєвого циклу, яке проявляється в усвідомленні того, що реалізована головна справа життя, в тому числі робота, досягнення, діти за Е.Еріксоном
- Его-інтеграція
 - Его-концентрація
 - Его-імітація
 - Его-ідентичність
97. Яку назву має явище за Г.Олпотром, яке наскрізь просякає стиль життя людини, визначає вчинки, устремління і досягнення
- Кардинальна диспозиція
 - Індивідуальна риса
 - Вторинна диспозиція
 - Центральна диспозиція
98. Яку назву має явище за Г.Олпотром, яке описує певні риси, що притаманні особистості, вони легко спостерігаються оточуючими людьми і виступають суттєвими факторами життєвого стилю
- Кардинальна диспозиція
 - Індивідуальна риса

- C. Вторинна диспозиція
- D. Центральна диспозиція

99. Яку назву має явище за Г.Олпортром, яке менш помітне у життєвому стилі людини, але вони часто виступають зовнішніми маркерами стилю (одяг, особливі установки на певні ситуації тощо)

- A. Кардинальна диспозиція
- B. Індивідуальна риса
- C. Вторинна диспозиція
- D. Центральна диспозиція

100. За Г. Олпортром, центральною проблемою для молодої людини є вибір перспективних цілей, постановка життєвих завдань, пошук шляхів їх реалізації, відчуття того, що життя має смисл – це

- A. Розширення самості
- B. Раціональне управління собою
- C. Пропріативне стремління
- D. Образ себе

101. Яку назву має мотиваційний елемент за Г.Олпортром, який відображає схильність людей задовольняти свої потреби звичним чином і під впливом певних факторів (винагорода, самопочуття, звичка тощо)

- A. Стійка функціональна автономія
- B. Власна функціональна автономія
- C. Соціальна автономія
- D. Психологічна автономія

102. Яку назву має мотиваційний елемент за Г.Олпортром, який відображає схильність людей діяти під впливом внутрішніх інтересів, цінностей, що забезпечує стремління людини до більш високих досягнень у відповідності з внутрішнім образом себе

- A. Стійка функціональна автономія
- B. Власна функціональна автономія
- C. Соціальна автономія
- D. Психологічна автономія

103. Який термін запропонував А.Бандура для опису такого явища – усвідомлена здатність вибудовувати поведінку у відповідності до поставленої задачі, усвідомлена здатність справлятися з життєвими завданнями, долати перешкоди, уявляти вдалий сценарій досягнення мети, усвідомлено репетувати успішні рішення потенційних проблем:

- A. Самореалізація
- B. Самоактуалізація
- C. Самоефективність
- D. Саморегуляція

104. Яка психологічна характеристика особистості пов'язана з тим, що в аналізі життєвих завдань, результатів досягнень людина пов'язує свої успіхи і невдачі зовнішніми факторами – доля, випадок, впливові помічники, непередбачувані обставини тощо

- A. Інтернальність
- B. Екстернальність
- C. Інтровертність
- D. Екстравертність

105. Яка психологічна характеристика особистості пов'язана з тим, що в аналізі життєвих завдань, результатів досягнень людина пов'язує свої успіхи і невдачі внутрішніми факторами – власні здібності, зусилля, особистісні риси тощо

- A. Інтернальність
- B. Екстернальність
- C. Інтровертність
- D. Екстравертність

106. Яким терміном за А. Маслоу називається процес безперервної зміни особистості, її цілей, намірів, можливостей, які вона намагається якомога більше реалізувати, здобуваючи свій власний неповторний життєвий досвід
- A. Становлення
 - B. Формування
 - C. Зростання
 - D. Перетворення
107. Яким терміном за А. Маслоу називається явище, пов'язане з намаганням людини найповніше розкрити і реалізувати свій особистісний потенціал, проявити здібності, «стати тим, ким здатен і бажаєш стати»
- A. Самоактуалізація
 - B. Самореалізація
 - C. Самоконтроль
 - D. Саморегуляція
108. Яким терміном за А. Маслоу називається явище, пов'язане з безнадійністю, небажанням чогось добиватися, втрата сенсу життя, відчай
- A. Метапатології
 - B. Метапотреби
 - C. Квазіпотреби
 - D. Дефіцитарні потреби
109. Яким терміном за К. Роджерсом називається явище, пов'язане з усвідомленням і сприйняттям людиною самого себе, в континуумі від власного минулого до майбутнього, від ідеального до реального, своїх ролей, життєвих цілей і задач, а також власної оцінки своїх досягнень, актуальних станів і перспектив
- A. Я-структура
 - B. Я-концепція
 - C. Я-образ
 - D. Я-переживання
110. Які настановлення щодо формулювання життєвих завдань формулюються як віднесення у майбутнє у формі процесу «робити, вчитись, бути», у якому людина бачить себе
- A. Суб'єкт-суб'єктні
 - B. Суб'єкт-об'єктні
 - C. Об'єкт-суб'єктні
 - D. Об'єкт-об'єктні
111. Які настановлення щодо формулювання життєвих завдань формулюються у формі привласнення, отримання певних атрибутів (матеріальних і нематеріальних)
- A. Суб'єкт-суб'єктні
 - B. Суб'єкт-об'єктні
 - C. Об'єкт-суб'єктні
 - D. Об'єкт-об'єктні
112. Який компонент у постановці життєвих завдань пов'язаний з почуттями, які людина вкладає у завдання
- A. Когнітивний
 - B. Конативний
 - C. Мотиваційний
 - D. Емоційний
113. Який компонент у постановці життєвих завдань пов'язаний з прагненнями, бажаннями, потребами, які людина вкладає у завдання
- A. Когнітивний
 - B. Конативний
 - C. Мотиваційний

D. Емоційний

114. Який компонент у постановці життєвих завдань пов'язаний з оцінкою певних якостей, пізнанням сутності і смислу явищ, які вкладаються у завдання
- Когнітивний
 - Конативний
 - Мотиваційний
 - Емоційний
115. Який компонент у постановці життєвих завдань пов'язаний з тенденціями налаштованості до певної поведінки, готовності діяти певним чином
- Когнітивний
 - Конативний
 - Мотиваційний
 - Емоційний
116. Які настановлення щодо формулювання життєвих завдань формулюються у формі «щоб мене любили, поважали, піклувалися тощо»
- Суб'єкт-суб'єктні
 - Суб'єкт-об'єктні
 - Об'єкт-суб'єктні
 - Об'єкт-об'єктні
117. Які настановлення щодо формулювання життєвих завдань формулюються у формі «щоб було гарно, красиво, тощо»
- Суб'єкт-суб'єктні
 - Суб'єкт-об'єктні
 - Об'єкт-суб'єктні
 - Об'єкт-об'єктні
118. У якій формі здійснюється інтерпретація життєвих задач (у вигляді наративної розповіді), якщо вона формулюється у вигляді монологу про себе
- Закритий автонаратив
 - Проміжний автонаратив
 - Відкритий автонаратив
 - Запозичений автонаратив
119. У якій формі здійснюється інтерпретація життєвих задач (у вигляді наративної розповіді), якщо вона формулюється у вигляді монологу про іншого
- Закритий автонаратив
 - Проміжний автонаратив
 - Відкритий автонаратив
 - Запозичений автонаратив
120. У якій формі здійснюється інтерпретація життєвих задач (у вигляді наративної розповіді), якщо вона формулюється у вигляді діалогу
- Закритий автонаратив
 - Проміжний автонаратив
 - Відкритий автонаратив
 - Запозичений автонаратив
121. Яка особистість здатна відмовлятися від непритаманних їх ролей і втілень, керуючись справжніми для себе думками, емоціями, здійснювати своє самоконструювання виходячи з «істинності до себе», тобто змінюватись, але залишатися собою
- Самоактуалізована
 - Самореалізована

- C. Автентична
- D. Ідентична

122. Спосіб постановки життєвих завдань у якому ключовими поняттями виступають певні дії (придбати, виконати, зробити), а результатом є маркер – виконано (легко, важко, швидко тощо)

- A. Рефлексивний
- B. Описовий
- C. Продуктовий
- D. Імпульсивний

123. Спосіб постановки життєвих завдань у якому ключовими поняттями виступають ідеалізовані або реальні моделі (дружна сім'я, успішний бізнес, вдала кар'єра тощо)

- A. Рефлексивний
- B. Описовий
- C. Продуктовий
- D. Імпульсивний

124. Спосіб постановки життєвих завдань у якому ключовими поняттями виступають результати значущі для особистості

- A. Рефлексивний
- B. Описовий
- C. Продуктовий
- D. Імпульсивний

125. Спосіб постановки життєвих завдань у якому ключовими поняттями виступають ситуативні, миттєві вимоги або переживання («я теж так хочу», «хай буде, що буде»)

- A. Рефлексивний
- B. Описовий
- C. Продуктовий
- D. Імпульсивний

126. Спосіб постановки життєвих завдань у якому ключовими поняттями виступають аналогії, асоціації, аналіз «за» і «проти», відчуття правильності або навпаки

- A. Рефлексивний
- B. Описовий
- C. Інтуїтивний
- D. Імпульсивний

127. Модель завданнєвого структурування майбутнього за Т.Титаренко, у якій структурування здійснюється подією, через перелік бажаного, декларуються споживацькі дефіцитарні цінності, неконкретизовані узагальнення «хочу щоб було», «щоб вистачало», «достатній рівень» тощо

- A. Нігілістична
- B. Примітивна
- C. Нарцисична
- D. Розмита

128. Модель завданнєвого структурування майбутнього за Т.Титаренко, у якій структурування здійснюється через заперечення, захисні висловлювання, негативне емоційне тло, іноді агресії до світу

- A. Нігілістична
- B. Примітивна
- C. Нарцисична
- D. Розмита

129. Модель завданнєвого структурування майбутнього за Т.Титаренко, у якій структурування здійснюється через обмеження життя простором власного «Я»

- A. Нігілістична

- В. Примітивна
- С. Нарцисична
- Д. Розмита

130. Модель завданневого структурування майбутнього за Т.Титаренко, у якій структурування здійснюється ілюзією розчинення у світі, або абстрагування від буденного життя, переважання узагальнених, недиференційованих понять (благо, добро тощо)

- А. Нігілістична
- В. Примітивна
- С. Нарцисична
- Д. Розмита

131. Модель завданневого структурування майбутнього за Т.Титаренко, у якій структурування здійснюється через прикриття статусних амбіцій соціально бажаними цінностями (сім'я, суспільство тощо), або конструюють альтернативну життєву історію, яка не втілюється у життя

- А. Замісна
- В. Нігілістична
- С. Примітивна
- Д. Нарцисична

132. Модель завданневого структурування майбутнього за Т.Титаренко, у якій структурування здійснюється нібито гра у когось, через імітування певного взірця - «героїчного роману», тобто через ідеї «врятувати», «присвятити», «підкорити», «перемогти», «довести», «шокувати», «змусити» тощо

- А. Нігілістична
- В. Примітивна
- С. Інфантильна
- Д. Нарцисична

133. Модель завданневого структурування майбутнього за Т.Титаренко, у якій структурування здійснюється через декларовану мотивацію, яка містить зміни себе, або життєвої ситуації з елементами розвитку, позитивної перспективи, яка залишається невизначеною – «час покаже»

- А. Замісна
- В. Нарцисична
- С. Розмита
- Д. Потенційно динамічна

134. Модель завданневого структурування майбутнього за Т.Титаренко, у якій структурування здійснюється через неперервне переосмислення і втілення, незавершеність і відкритість до нового досвіду, життєтворчість і необмежену перспективу

- А. Потенційно динамічна
- В. Динамічна
- С. Нарцисична
- Д. Розмита

135. Для якого історичного періоду характерними є завдання нелінійного життєздійснення, які не фіксуються у чітких часових, гендерних, вікових рамках

- А. Модерну
- В. Постмодерну
- С. Архаїки
- Д. Античності

136. Характеристика сучасної особистості, яка сприяє адаптації та ефективному існуванню у мінливих умовах сучасної реальності, засвоєнню нового досвіду

- А. Відкритість
- В. Толерантність
- С. Варіативність

D. Рухливість

137. Характеристика сучасної особистості, яка сприяє ефективній взаємодії з різноманітним життєвим середовищем (культурним, релігійним, економічним, політичним тощо)

- A. Відкритість
- B. Толерантність
- C. Варіативність
- D. Рухливість

138. Характеристика сучасної особистості, яка дозволяє легко «вписатися» у будь-який контекст свого існування – «професійний», «сімейний», «політичний», «мережевий» тощо

- A. Відкритість
- B. Толерантність
- C. Варіативність
- D. Рухливість

139. Характеристика сучасної особистості - це здатність розглядати і конструювати різні траєкторії власного життя, без жорсткої ієрархії життєвих завдань з неповторністю і неоднозначністю життєвого стилю

- A. Відкритість
- B. Толерантність
- C. Варіативність
- D. Рухливість

140. Характеристика сучасної особистості, яка пов'язана зі збереженням цінності власного «Я» у постійному мінливому діалозі зі світом, який буває не дуже комфортним, конкурентним, напруженим, також передбачає здатність постійно самостійно підживлювати свій психологічний ресурс, знаходити креативні рішення життєвих задач

- A. Відкритість
- B. Толерантність
- C. Варіативність
- D. Життєстійкість

141. Яка невротична потреба за К.Хорні виступає джерелом нереалістичної, ідеалістичної постановки життєвих задач

- A. Потреба у бездоганності
- B. Потреба у обмеженні
- C. Потреба у визнанні
- D. Потреба у самодостатності

142. Яка невротична потреба за К.Хорні виступає джерелом напруження у стосунках з людьми, конфліктності і у постановці життєвих завдань формулюється як у суб'єкт-об'єктній формі

- A. Потреба у владі
- B. Потреба у обмеженні
- C. Потреба у визнанні
- D. Потреба у самодостатності

143. Яка невротична потреба за К.Хорні виступає джерелом пасивності у постановці життєвих задач і виражається у об'єкт-суб'єктній формі

- A. Потреба у керівному партнері
- B. Потреба у обмеженні
- C. Потреба у визнанні
- D. Потреба у самодостатності

144. Яка невротична потреба за К.Хорні, яка у постановці життєвих задач пов'язана з прагненням до встановленого порядку, підкоренні певним умовам, невибагливості

- A. Потреба у бездоганності
- B. Потреба у обмеженні
- C. Потреба у визнанні
- D. Потреба у самодостатності

145. Яка невротична потреба за К.Хорні у постанові вчі життєвих задач пов'язана зі створенням власного привабливого іміджу

- A. Потреба у бездоганності
- B. Потреба у захопленні собою
- C. Потреба у визнанні
- D. Потреба у самодостатності

146. Яка невротична потреба за К.Хорні у постановці життєвих задач блокує створення стосунків взаємної відповідальності

- A. Потреба у бездоганності
- B. Потреба у обмеженні
- C. Потреба у визнанні
- D. Потреба у самодостатності

147. Яка невротична потреба за К.Хорні у постановці життєвих задач пов'язана з прагненням до досягнень, які забезпечують статус, повагу, або заздрість тощо

- A. Потреба у бездоганності
- B. Потреба у обмеженні
- C. Потреба у визнанні
- D. Потреба у самодостатності

148. Яка невротична потреба за К.Хорні у постановці життєвих задач пов'язана з прагненням створити образ себе як добродія, «святого», морально непохитного тощо

- A. Потреба у бездоганності
- B. Потреба у обмеженні
- C. Потреба у визнанні
- D. Потреба у самодостатності

149. Яким терміном позначається «Історія формування і розвитку особистості у певному суспільстві, певної епохи, певного покоління»

- A. Життєвий стиль
- B. Життєвий шлях
- C. Життєвий досвід
- D. Життєвий образ

150. Яку назву мають події або ситуації у житті людини, які відокремлюють певні етапи життєвого шляху: «до» і «після»

- A. Проблемні ситуації
- B. Рубіжні віхи
- C. Значущі події
- D. Стресові ситуації

Тестові завдання з навчальної дисципліни «Психологія сексуальності»

1. Який з приведених термінів краще характеризує фрейдівську модель сексуальності:
 - a) Сумаційна
 - b) Екологічна
 - c) Психогідравлічна

2. Сексуальне життя сучасної людини в порівнянні з людьми минулих епох:
 - a) Не змінилося за інтенсивністю
 - b) Більш інтенсивне
 - c) Менш інтенсивне

3. Перше в Росії масове опитування про сексуальну поведінку було проведено:
 - a) В. М. Бехтеревим в 1913р.
 - b) М. А. Членовим в 1906 р.
 - c) М. М. Асатіані в 1926р.

4. Здатність до багаторазового оргазму:
 - a) Властива більше чоловікам
 - b) Властива в основному жінкам
 - c) Є латентною сексуальною патологією

5. Головним завданням масових опитувань А.Кінзі було:
 - a) Об'єктивне вивчення сексуальної поведінки
 - b) Вивчення статево-вікових особливостей сексуальних переживань
 - c) Дослідження мотивації сексуальної поведінки

6. Однієї з форм розладу статевої ідентифікації є:
 - a) Гомосексуальність
 - b) Транссексуальність
 - c) Андрогінія

7. Піонерська роль досліджень У.Мастерса й В.Джонсон складається насамперед у тому, що вони:
 - a) Описали фази копулятивного циклу
 - b) Досліджували й описали чоловічий і жіночий копулятивні цикли в системі парної взаємодії
 - c) Об'єктивно досліджували особливості чоловічої й жіночої сексуальності

8. Сексизм - це:
 - a) Підвищена сексуальність
 - b) Сексуальна активність, яка вважається індивідом як головна цінність і ціль життя
 - c) Сексуальна дискримінація жінок

9. Що з перерахованого є позначенням 3-й стадії сексуального реагування по У.Мастерсу й В.Джонсон:
 - a) Оргазм
 - b) Збудження
 - c) Розрядка

10. У слов'яномовній літературі все частіше використовується термін "гендер" - від англійського "gender", що означає:
 - a) То ж саме, що паспортна стать
 - b) Інтегральна сукупність властивостей маскуліності й фемініності
 - c) Залежні від соціокультурних умов відмінності статей

11. Хто вперше використав термін "аутоеротизм":
3. Фрейд
 - Х. Елліс
 - Ш. Ференци
12. З якого віку можлива ерекція в хлопчиків і вагінальна любрикація в дівчинок:
- З 7-ми років
 - З 3-х років
 - З народження
13. Сексуальне збудження побачивши оголену людину іншої статі розвивається в:
- Всіх чоловіків і всіх жінок
 - 80% чоловіків і 25% жінок
 - Тільки в чоловіків
14. Дослідження гендерних стереотипів показують, що й чоловіки й жінки вважають, що чоловіки:
- Менш емоційно сензитивні, чим жінки
 - Не відрізняються по емоційної сензитивності від жінок
 - Більш емоційно сензитивні, чим жінки
 - Непередбачувані у проявах емоційної сензитивності
15. Самосприйняття людини як представника статі називається:
- Конвенціональна стать
 - Статева ідентичність
 - Сексуальна ідентичність
16. Статеве дозрівання в дівчинок у порівнянні із хлопчиками:
- Починається приблизно на 2 роки раніше
 - Починається приблизно на 2 роки пізніше
 - Починається приблизно в тому самому віці
17. Сексуальна поведінка вважається порушеною, якщо:
- Розглядається як неприйнятне традиціями або культурою, у якій людина живе
 - Містить у собі неконвенціональні сексуальні практики
 - Завдає шкоди іншим людям або самій людині
18. Засновником сучасної сексопатології вважається:
3. Фрейд
 3. Крафт-Ебінг
 - А. Кінзі
19. Піонерами в дослідженні сексуальних реакцій людини були:
- Й. Брейер і 3. Фрейд
 - А. Свядоц і Г. Васильченко
 - У. Мастерс і В. Джонсон
20. Кому належить визначення: "Імпотенція - це хвороба двох":
- А. Белкіну
 - Г. Васильченко
 3. Фрейду
21. Первинна гендерна ідентичність формується:
- На 2-м року життя
 - Між 3 і 5 роками
 - Між 7 і 11 роками

22. Люди з яким з розладів найчастіше звертаються по допомогу:
- Фетишизм
 - Розлад статевої ідентифікації
 - Садомазохізм
23. Молодий чоловік зазнає компульсивний потяг до перевдягання в жіночий одяг, без чого не може досягти сексуального збудження. Який з діагнозів доречний у цьому випадку:
- Фетишизм
 - Транссексуалізм
 - Фетишистський трансвестизм
24. Що з перерахованого характеризується розбіжністю між анатомічною статтю і гендерною ідентичністю
- Гомосексуальність
 - Бісексуальність
 - Розлад статевої ідентифікації
25. Класифікація фригідності, по А.М.Свядошу, кілька форм фригідності, у число яких НЕ входить:
- Психогенна
 - Психотична
 - Симптоматична
26. У рамках якого з підходів виникнення ексгібіціонізму зв'язується з дитячим досвідом, коли замічена дорослими гра дитини з геніталіями супроводжувалася в нього сексуальним збудженням:
- Психоаналітичного
 - Гуманістичного
 - Поведінкового
27. Який з термінів використовується для інтенсивного повторюваного сексуального потягу до неживих предметів:
- Скопофілія
 - Фетишизм
 - Скатофілія
28. Молода сексуально збудлива жінка незважаючи ні на які стимуляції не досягає 3-й фази сексуального циклу по Мастерсу й Джонсон. Цей розлад називається:
- Дисоргазмія
 - Анооргазмія
 - Нульовий цикл
29. Спрямованість сексуального потягу на дітей називається:
- Німфоманія
 - Педофілія
 - Педофетишизм
30. За даними Г.С.Васильченко початок мастурбації в чоловіків припадає в середньому на вік:
- 10,2 - 11,8 років
 - 12,1 - 13,5 років
 - 14,2 - 14,4 років
31. Психіатр, який увів у науку терміни "садізм" і "мазохізм":
- Захер-Мазох
 - Р. Крафт-Ебінг
 - Э. Крепелин
32. З погляду біохімії головного мозку, любов це:

- a) Прихильність
 - b) Сексуальний потяг
 - c) Імпрітінг
33. Для якої з перерахованих парафілій характерний потяг до ситуацій, у яких люди можуть одержувати сексуальне задоволення від хворобливих відчуттів, що доставляють їм:
- a) Садизм
 - b) Мазохізм
 - c) Сексалгія
34. Що лежить в основі гармонічних сексуальних відносин?
- a) Почуття любові
 - b) Комунікація
 - c) Фізіологічні параметри
35. Триангулярна теорія любові Стербегра НЕ містить у собі елемент:
- a) Ерос
 - b) Інтимність
 - c) Відданість
36. Як називається парафілія, при якій сексуальне задоволення досягається шляхом тертя геніталіями об незнайомих людей, які не чекають цього:
- a) Псевдомастурбація
 - b) Фрикціонізм
 - c) Фроттерізм (фроттаж)
37. Серед хвороб які передаються статевим шляхом, найпоширенішою є:
- a) Гонорея
 - b) Хламідіоз
 - c) Сифіліс
38. Яка з перерахованих теорій була самою впливовою в сексології першої половини ХХ століття:
- a) Соціологічна теорія
 - b) Психоаналіз
 - c) Теорія сексуальності як рефлексу
39. Який із протизаплідних методів знижує практично до нуля ймовірність зачаття?
- a) Кондом (презерватив)
 - b) Діафрагма
 - c) Пігулки
40. Основні психологічні фактори, що сприяють виникненню в шлюбі сексуальних неврозів і дисгармоній:
- a) Низький рівень сексуальної культури
 - b) Егоцентризм і безтактність в інтимних відносинах
 - c) Неприятливе психологічне тло взаємин чоловіка й жінки
41. Згідно статистичних даних, для жінки більш безпечно:
- a) Пологи
 - b) Вагітність
 - c) Аборт
42. На якій стадії, згідно У.Мастерсу й В.Джонсон, організм підготовляється до сексуальної взаємодії:
- a) Плато
 - b) Збудження
 - c) Оргазм

43. Який з термінів НЕ використовується для позначення статі при народженні дитини:
- Паспортний
 - Акушерський
 - Фізіологічний
44. К.Імлінський виділив дві принципові моделі сексуальності, до яких НЕ належить:
- Фізіологічна модель
 - Психогідравлічна модель
 - Екологічна модель
45. Коректні підходи до визначення норми сексуальних проявів НЕ враховують один з аспектів:
- Моральний
 - Фізіологічний
 - Юридичний
46. Яке із тверджень точніше й краще визначає зміст поняття "аутоеротизм":
- Типова для істеричних осіб сексуальна поведінка
 - Досягнення сексуального задоволення за допомогою мастурбації
 - Така сексуальна поведінка, коли суб'єкт одержує сексуальне задоволення в спілкуванні тільки зі своїм тілом
47. Статевий символізм визначається твердженням:
- Різновид порнографії
 - Культурно-специфічні різниці знакової діяльності чоловіків і жінок
 - Система образів, у яких культура втілює властиві їй уявлення про статеві різниці сексуальної поведінки
48. Порушення сексуальних реакцій належить до групи:
- Перверзій
 - Парафілій
 - Сексуальних дисфункцій
49. Гінекологічний вік обчислюється від терміну:
- Початку статевого життя
 - Першого оргазму
 - Появи менархе
50. Яке із тверджень вірніше й краще передає зміст поняття "Подвійний стандарт"
- Різницю усвідомлюваної й неусвідомлюваної сексуальної орієнтації
 - Різницю культурних стереотипів проявів статі в приватному й соціальному житті
 - Різні для представників різної статі норми поведінки, які обґрунтовані уявленнями про природне походження соціальної нерівності чоловіків і жінок
51. Які з пов'язаних із сексуальністю розладів зустрічається найчастіше:
- Парафілії
 - Сексуальні дисфункції
 - Розлади статевої ідентичності
52. При якій з дисфункцій інтерес людини до сексуальності низький або відсутній:
- Втрата статевого потягу
 - Сексуальна відраза
 - Розлад ерекції
53. Процес установаження людиною еротичної привабливості статі партнера називається:

- a) Статева типізація
- b) Статева ідентифікація
- c) Сексуальна орієнтація

54. Вік, у якому при транссексуальності паспортна стать стає джерелом стресових переживань:

- a) 4-5 років
- b) 11-15 років
- c) 16-18 років

55. Вуайерізм припускає вибір як об'єкт:

- a) Згодних на це людей
- b) Сексуального партнера
- c) Людей, що не підозрюють про спостереження за ними

56. Більшість парафілій уперше проявляються:

- a) У ранньому віці
- b) У підлітково-юнацькому
- c) У середньому віці

57. У роботах З.Фрейда поняття «сексуальне» означає:

- a) Властивості біологічної диференціації чоловічого і жіночого
- b) Статевий інстинкт
- c) Чуттєві переживання задоволення
- d) Репродуктивна поведінка
- e) Еротичні відчуття, переживання, фантазії
- f) Усе перелічене
- g) Пункти a,b,c

58. Яке з тверджень краще описує загальні тенденції розвитку сексології кінця XIX – початку XX століття:

- a) Вихід на позиції біологічного детермінізму і пошук біологічних маркерів норми
- b) Посилення сексистських тенденцій в культурі і сексології
- c) Тенденція до послаблення жорстко біологічного детермінізму на користь психологічної теорії
- d) Ускладнення і збагачення поняття норми
- e) Вірно a,b
- f) Вірно c,d

59. Зіставлення психологічного і біологічного розвитку виявило:

- a) Співпадіння з описаними З.Фрейдом стадіями психосексуального розвитку
- b) Циклічне повторення описаних З.Фрейдом стадій протягом життя
- c) Зворотню динаміку зміни стадій у ході вікового згасання сексуальної активності
- d) Наявність критичних періодів статевої диференціації, які не співпадають з фрейдівськими стадіями

60. Яке з розумінь норми було провідним в клінічній сексології початку XX століття:

- a) Нормативне
- b) Статистичне
- c) Фізіологічне
- d) Функціональне

61. Яке зі тверджень краще узагальнює описані Е.Маккобі і К.Джеклін механізми гендерної соціалізації:

- a) Ретрансляція батьками існуючих у суспільстві статевих стереотипів
- b) Діалогічні відносини дітей і батьків у системі сімейних і статевих ролей/ установок

- c) Біологічно зумовлена чутливість до певних стилів життя
- d) Система відносин переноса-контрпереноса у сфері взаємодії дорослих і дітей різної статі

62. Дінаміка філогенезу сексуальної поведінки вірно характеризується твердженням:

- a) Визначається оптимізацією репродуктивної поведінки
- b) Пов'язана з філогенетичною динамікою біологічного розвитку
- c) Характеризується як перехід від жорстко запрограмованої репродуктивної поведінки до вибірковості і гнучкості у сексуальній поведінці як самостійної сфери життєвих цінностей
- d) Відображує зміни екології

63. Згідно У. Мастерсу і В. Джонсон, найбільш важливим чинником підтримки сексуальної спроможності у людей похилого віку разом з гарним здоров'ям є:

- a) Регулярні статеві відносини
- b) Значне обмеження сексуальної активності
- c) Наявність додаткової еротичної стимуляції
- d) Використання афродизіаків

64. Що з перерахованого характеризує тенденції розвитку сексуальної культури на сучасному етапі:

- a) Послаблення традиційних ірраціональних страхів і табу
- b) Перехід від жорсткої соціальної регламентації і уніфікації до плюралізму і толерантності
- c) Перехід від протиставлення маскулінності і фемінінності до вприйняття їх як ортогональних характеристик індивіда
- d) Захист прав сексуальних меншин
- e) Усе назване

65. Поняття «сексуальний сценарій», уведене Дж. Геньоном і У. Саймоном, означає три різних явища, до них НЕ відноситься:

- a) Сукупність сексуальних проявів, які визначаються співвідношенням біологічних параметрів сексуальності
- b) Сукупність притаманних даному суспільству соціокультурних норм, які регулюють сексуальну поведінку
- c) Інтерперсональні відносини, у яких реалізуються соціокультурні норми
- d) Сукупність індивідуально специфічних і тісно пов'язаних з «Я» еротичних уподобань і мотивів

66. Що з переліченого НЕ входить до числа функцій еротичної уяви:

- a) Стимулює сексуальне збудження
- b) Знижує рівень сексуального напруження
- c) Дозволяє подолати межі фізичного досвіду
- d) Є засобом пізнання

67. Сексологи зазвичай цікавляться не тільки реальною сексуальною поведінкою, а й еротичною уявою тому, що :

- a) Вона відображує глибинні уподобання більш точно, ніж реальна сексуальна поведінка
- b) Її зміст є індикатором біологічно детермінованих порушень
- c) Вона пояснює реальну сексуальну поведінку
- d) Важливо розрізнати нормальну і викривлену сексуальну поведінку

68. Яке з наведених вимірів чоловічого (Ч) і жіночого (Ж) стилів життя більшою мірою дозволяє зрозуміти загальні особливості чоловічої і жіночої сексуальної поведінки:

- a) (Ч) домінантна – (Ж) підлегла
- b) (Ч) сильна – (Ж) слабка
- c) (Ч) предметно-інструментальна – (Ж) емоційно-експресивна
- d) (Ч) агресивна – (Ж) миролюбна

69. Ступінь сексуальної активності і задоволеності жінок позитивно корелює з:

- a) Соціальною і професійною активністю
- b) Наявністю захоплень
- c) Активністю спілкування
- d) Вираженням почуття материнства
- e) Усе назване окрім пункту a
- f) Усе назване окрім пункту d

70. Емансипаційний екстремізм краще визначається твердженням:

- a) Розповсюдження емансипації жінок на сексуальну поведінку
- b) Жіноча емансипація, яка приймає характер маскулінізації жіночої поведінки і домінування жінок над чоловіками
- c) Форми прояву реакції емансипації у підлітків, які межують з патологією
- d) Варіант підліткового неврозу

71. Описаний К.Імелінським «комплекс західної культури сексуальності» НЕ включає в себе:

- a) Орієнтацію на ціль на шкоду процесу
- b) Механоцентрична установка
- c) Надмірна психологізація сексуальної поведінки
- d) Дисоціація інформаційного та емоційного аспектів ціннісного ставлення до сексуальності
- e) Сексизм

72. Згідно даним К.Імелінського, існують чотири види ставлення людини до існуючих у неї сексуальних девіацій, до них НЕ входять::

- a) Визання – прийняття особистістю
- b) Акцентуація – часткова згода і примирення
- c) Свідомий захист
- d) Неусвідомлене витіснення
- e) Інкапсуляція

73. Прийняті у суспільстві і культурі стереотипи чоловічої і жіночої поведінки, яким потрібно відповідати щоб бути визнаним представником певної статі:

- a) Гендерна ідентичність
- b) Сексуальна ідентичність
- c) Гендерні ролі
- d) Сексуальні ролі

74. Який термін точніше характеризує статево-рольову модель С.Бем:

- a) Альтернативна
- b) Континуальна
- c) Ортогональна
- d) Системна

75. Статева гомогенізація – це:

- a) Гермафродитизм
- b) Розмитість гендерних відмінностей
- c) Етап статево-рольового розвитку – статева сегрегація
- d) Розмивання статевих відмінностей у похилому і старечому віці

76. Згідно К.Імелінського, провідними критеріями клінічної оцінки сексуальної норми є:

- a) Етичні і юридичні норми
- b) Моральні і статистичні норми
- c) Анатомічні і фізіологічні норми
- d) Індивідуальні і медико-психологічні норми
- e) Партнерські та індивідуальні норми

77. Метод інтегральної оцінки статевої конституції Г.С.Васильченко і І.Л.Ботневої називається:

- a) Сексометрія
- b) Шкала самооцінки статевої конституції
- c) Багатопрофільний сексологічний портрет
- d) Шкала векторного визначення статевої конституції

78. Запропонована Г.С.Васильченко класифікація мастурбації включає в себе усі форми, окрім однієї:

- a) Фрустраційна
- b) Рання до пубертатна
- c) Юнацька
- d) Замісна
- e) Персевераторно-обессивна
- f) Психотична
- g) Наслідувана

79. Згідно Г.Айзенка, існують два узагальнені виміри сексуальної поведінки:

- a) Сексуальна толерантність і сексуальна дискримінація
- b) Сексуальне лібідо і сексуальна задоволеність
- c) Домінантність і підлеглість
- d) Тілесна і психологічна сексуальність

80. За характером сексуальних почуттів і поведінки Г.Айзенк виділяє 4 типи людей, до яких НЕ відноситься:

- a) Слабке лібідо і слабка задоволеність
- b) Високе лібідо і висока задоволеність
- c) Слабке лібідо і психологічна блокада задоволеності
- d) Високе лібідо і низька задоволеність
- e) Слабке лібідо і висока задоволеність

81. До якої з діагностичних характеристик відноситься неприязнь до сексуального життя як основного прояву порушення:

- a) Втрата статевого потягу
- b) Відсутність геніальної реакції
- c) Сексуальна відраза
- d) Депресивне порушення

82. У молодого чоловіка при спробах сексуальної близькості виникає нудота, внаслідок чого він почав уникати ситуацій. Які можуть призводити до сексуальних стосунків. Його стан можна визначити скоріш за все як:

- a) Сексуальна сінестезія
- b) Сексуальна відраза
- c) Диспареунія
- d) Дисгамія

83. Молода жінка не може досягнути під час інтимної близькості необхідного рівня сексуального збудження, її стан можна характеризувати як:

- a) Сексуальна відраза
- b) Відсутність сексуального задоволення
- c) Диспареунія
- d) Вагінізм

84. Термін «сексуальна румінація» - це:

- a) Нав'язливі уявлення сексуальних сцен
- b) Нав'язливі розмірковування на сексуальні теми
- c) Сексуальні фантазії без виникнення геніальних реакцій

85. Хоча частіше сексуальні дисфункції мають психогенну природу, завжди треба до початку лікування переконатися у відсутності:
- Когнітивних причин
 - Причин середовища
 - Органічних причин
 - Емоційних причин
86. Останнім часом все біле уваги приділяється залежності сексуального функціонування від:
- Спосіб життя, екологія, харчових звичок, шкідливих звичок
 - Неусвідомлених процесів
 - Негативного емоційного досвіду
 - Когнітивних пат тернів
87. Основу транссексуалізму скоріш за все складають:
- Ранні впливи середовища
 - Латентна психопатологія
 - Пренатальні порушення статевої диференціації мозку
 - Гормональні розлади, які виникли протягом життя
88. Що з переліченого НЕ є діагностичним критерієм транссексуалізма
- Бажання належати і бути визнаним людьми представник іншої статі у поєднанні з прагненням до зміни своєї анатомічної статі
 - Стійке збереження транс сексуальної ідентичності впродовж не менше 2-х років
 - Наявність сексуального досвіду у ролі представника бажаної статі не менше 1 року
 - Відсутність хромосомних порушень і психічних захворювань, які виступають причиною стану
89. Трансвестизм подвійної ролі на відміну від транссексуалізму характеризується:
- Носінням одягу протилежної статі, щоб тимчасово відчути свою приналежність до цієї статі
 - Переодягання не має на меті сексуального збудження
 - Відсутність бажання змінити стать назавжди
 - Наявність бажання змінити стать назавжди
 - Усе сказане, окрім пункту с
 - Усе сказане, окрім пункту d
90. Гермафродитизм – це:
- Анатомічна база транссексуалізму
 - Поєднання ознак маскуліності і фемініності на тілесному, психічному, психологічному рівнях
 - Вроджена подвійність репродуктивних органів, при якій за їх будовою неможливо однозначно визначити стать
 - Міжривнева неузгодженість статевих ознак
91. Яке твердження вірно описує причину труднощів у визначенні сексуальної орієнтації людини з порушенням статевої ідентифікації:
- Проблема статевої ідентичності призводить до невизначеності у зв'язку з сексуальною орієнтацією
 - Більшість людей з порушенням статевої ідентифікації бісексуальні
 - Не виявлено, що повинно бути «відправною точкою» - паспортна стать або статева ідентичність
 - Важко визначити, що є первинним – сексуальна орієнтація чи статева ідентичність
92. При вивченні можливих причин порушень ідентифікації було встановлено, що дівчинки з маскулінними проявами народжувалися у матерів, які під час вагітності лікувалися:
- Психотропними препаратами
 - Антибіотиками
 - Естрогенами

- d) Андрогенами
- e) Інсуліном

93. Що з переліченого НЕ є характерним для трансвестизму подвійної ролі (зі збереженням обох статевих ролей):

- a) Дискомфорт і незадоволеність у зв'язку з громадянською статтю
- b) Носінням одягу іншої статі без бажання змінити свою стать
- c) Задоволення від носіння одягу іншої статі
- d) Зв'язок переодягання з сексуальним збудженням

94. Фетішистський трансвестизм діагностується тільки у:

- a) Жінок
- b) Чоловіків
- c) Осіб з еґо-дистонічною сексуальною орієнтацією
- d) Психопатів

95. Фетішистський трансвестизм не сумісний з:

- a) Маскулінністю у жінок
- b) Гомосексуалізмом
- c) Чоловічою статтю
- d) Психопатією

96. Фетішистський трансвестизм частіше вперше проявляється:

- a) У дітей та підлітків
- b) Після стресів
- c) У 25-35 років
- d) Під впливом еротичної літератури

97. Діагностика порушень статевої ідентифікації у дітей суттєво ускладнюється тому, що:

- a) У іграх діти експериментують з гендерними стереотипами своєї і протилежної статі
- b) Прогностичне значення навіть явних порушень у дітей для подальшого життя не виявлено
- c) Порушення статевої ідентифікації у переважній більшості є артефактами виховання, які можна виправити
- d) Гендерні характеристики у дітей залежать від культури

98. Діагноз порушення статевої ідентифікації у дітей виявляється:

- a) До пубертатного віку
- b) Не раніше 15 років
- c) Не раніше 18 років
- d) Не раніше індивідуального завершення пубертату

99. Діагностичні критерії порушення статевої ідентичності у дітей включає в себе:

- a) Дискомфорт і фрустрація у зв'язку з приналежністю до своєї громадянської статі
- b) Небажання належати до своєї статі або твердження про приналежність до іншої статі
- c) Статеворольова поведінка та явлення інтереси, притаманні іншій статі
- d) Негативне ставлення до наявних анатомічних ознак і тілесного функціонування
- e) Інвертні сексуальні прояви
- f) Стійкість проявів
- g) Відсутність генетичних, соматичних і психічних порушень, які пояснюють особливості дитини
- h) Все вірно
- i) Все вірно, окрім пунктів d, e
- j) Все вірно, окрім пункту e

100. Яким з тверджень вірно описується поняття кризи статевого дозрівання:

- a) Тимчасовий прояв афективних і поведінкових особливостей, пов'язаних з фізіологією підліткового віку, які ускладнюють соціальну, шкільну, сімейну адаптацію
- b) Тревожно-депресивні реакції у зв'язку з невпевненістю у своїй статевій приналежності або сексуальній орієнтації
- c) Тревожно-депресивні реакції у зв'язку реальними або вигаданими особливостями фізичного розвитку в пубертаті
- d) Тревожно-депресивні за механізмом і опозиційні за формою соціально-психологічні реакції підліткового віку

101. То, що сьогодні називають розладами сексуального уподобання (парафіліями), раніше називали:

- a) Статевими/сексуальними викривленнями
- b) Сексуальними перверзіями
- c) Статевими психопатіями
- d) Усе перелічене

102. Яке твердження про ключовий симптом парафілій є вірним:

- a) Неживий предмет як об'єкт сексуального потягу
- b) Порушення фізіологічних функцій
- c) Залежить від об'єкту сексуального потягу
- d) Має перехідний характер

103. Яке з тверджень не входить до числа основних діагностичних критеріїв парафілій:

- a) Фантазії і сновидіння відповідної тематики не відображаються в реальній сексуальній поведінці але підтверджуються результатами психологічних досліджень
- b) Повторно викають інтенсивні сексуальні імпульси і фантазії пов'язані з незвичайними об'єктами або способами реалізації сексуального потягу
- c) Втілення незвичного сексуального сценарію в реальне життя як бажаного шляху реалізації сексуального потягу
- d) Проявляється впродовж не менше 6 місяців

104. Нерідко люди з ексгібіціонізмом збуджуються не тільки від демонстрації своїх статевих органів, а й від:

- a) Того, що потайки чекають на покарання
- b) Виникаючого страху або шоку у спостерігачів
- c) Азарту від можливості бути упійманим
- d) Можливості бути на людях без одягу

105. Якщо для жінки у якості еротичного стимулу виступає лише чоловіче коліно, це приклад:

- a) Вуайеризму
- b) Парціалізму
- c) Фетишизму
- d) Скопофолії

106. Хто з перелічених людей найчастіше виступає у якості засобу реалізації фроттеристських уподобань

- a) Співробітники
- b) Діти
- c) Покупці у великих магазинах
- d) Одинокі похилі жінки

107. Яке з тверджень відносно сексуальних зловживань по відношенню до дітей є вірним:

- a) Жертвами стають лише дівчинки
- b) Зазвичай такі зловживання скоює батько
- c) Частіше скоюються батьками, які у дитинстві були жертвами сексуальних зловживань

108. Жертвами сексуальних зловживань хоча би раз у житті бувають серед дітей підлітків:

- a) 10-15%
- b) 15-20%
- c) 25-35%
- d) 35-45%

109. Співвідношення чоловіків і жінок серед виявлених осіб з педофільними уподобаннями складає:

- a) 1:1
- b) 2:1
- c) 3:1
- d) 4:1

110. Частіше за все сексуальні домагання до дітей виникають у людей:

- a) З звичайною структурою потягів, які намагаються зробити різноманітними своє сексуальне життя
- b) Мають уподобання до дітей у якості сексуальних партнерів
- c) Скоюють сексуальне насильство над дітьми під впливом педофільного потягу
- d) Мають звичну історію сексуального розвитку, але іноді, особливо – у стані сп'яніння мають педофільні потяги
- e) Душевнхворі та слабоумні

111. 4-факторна модель сексуально-агресивної поведінки включає в себе усі перераховані фактори, окрім одного:

- a) Когнітивний
- b) Поведінковий
- c) Афективний
- d) Фізіологічний
- e) Пов'язаний з особливостями розвитку

112. Накопичені наукові дані дозволяють стверджувати, що ранні хронічні фізичні і сексуальні зловживання можуть призвести до:

- a) Розладів сексуальних уподобань
- b) Дисоціативних розладів
- c) Тривожних розладів
- d) Депресивних розладів

113. Парафілія, при якій сексуальний сценарій передбачає взаємне заподіяння болю:

- a) Алгофілія
- b) Садомазохізм
- c) Садизм
- d) Мазохізм

114. Яка з парафілій характеризується компульсивним потягом до здійснення або спостереження за сексуальними діями з трупом:

- a) Скатофілія
- b) Некрофілія
- c) Педофілія
- d) Копрофілія

115. Згідно Дж. Мані, уявлення про індивідуальні сексуальні фантазії і уподобаннях має назву:

- a) Парафілічний сценарій
- b) Любовна карта
- c) Сексуальна схема
- d) Еротичний пат терн

116. Яке з наведених тверджень про сексуальну орієнтацію є вірним:

- a) Вроджена і незмінна впродовж життя характеристика

- b) У нормі вона завжди є гетеро сексуальною
- c) Переважна більшість чоловіків і жінок мають бісексуальну орієнтацію
- d) Індивідуально постійна характеристика, яка однак, вповдовж життя у деяких людей може змінитися

117. Перша заява у західній культурі про те, що «гомосексуалізм не є сексуальним викривленням, а є аномалією по відношенню до нормативних вимог», належить:

- a) Г.Гізе 1958
- b) Р.Крафт-Ебінгу 1886
- c) І.Блоху 1909
- d) З.Фрейду 1902

118. Згідно М.Хіршфельда, в історико-етнографічному плані можна виділити три рівня сприйняття гомо сексуальності, до числа яких не входить:

- a) Домінування гомосексуальності з дискримінацією гетеросексуальності
- b) Наївна толерантність
- c) Домінування гетеросексуальності з дискримінацією гомосексуальності
- d) Науково-обґрунтована толерантність

119. Поняття еґо-дистонічної сексуальної орієнтації точніше описується твердженням:

- a) Прояв бісексуальності у підлітковому віці до початку сексуального життя
- b) Дисоціація статевої і сексуальної ідентичності
- c) Бажання змінити безсумнівну статево приналежність або сексуальну орієнтацію внаслідок додаткових психологічних або поведінкових розладів
- d) Схильність до компульсивного уявлення себе у протилежній сексуальній ролі під час інтимної близькості

120. Початок діадної сексотерапії пов'язаний з ім'ям:

- a) Р.Крафт-Ебінг
- b) У.Мастрес і В.Джонсон
- c) А.М.Свядоц
- d) Г.С.Васильченко
- e) С.С.Лібих

121. У основі діадної сексотерапії виступає:

- a) Психодинамічна концепція сексуальності
- b) Поєднання лікувальної та психотерапії
- c) Спрямована на певний симптом психотерапевтична робота з парою
- d) Вплив на дисфункціонального члена пари через роботу зі здоровим партнером

122. Методи, які розробили У.Мастерс і В.Джонсон спрямовані на:

- a) Ліквідацію неусвідомлених конфліктів, які блокують сексуальну поведінку
- b) Лікувальну стимуляцію і корекцію сексуальних функцій
- c) Вироблення безумовних позитивних реакцій на сексуального партнера
- d) Зниження рівня тривожності, пов'язаної з сексуальною взаємодією

123. Який з підходів найбільш розповсюджений у допомозі людям з порушеннями статевої ідентифікації:

- a) Терапія ліками
- b) Оперантне обумовлення
- c) Раціональна психотерапія
- d) Допомога у здатності жити почуттями, які є у пацієнта

124. Якою інформацією повинні володіти лікарі, щоб санкціонувати оперативну зміну статі:

- a) Згода сім'ї пацієнта
- b) Проходження пацієнтом курсу сексуальних відносин у новому статусі

- c) Відомості про те, що до постановки питання про операцію стиль життя стійко відповідав обраній статі

125. У роботі психолога з пацієнтами, які змінили стать виділяють три етапи, до числа яких НЕ входить:

- a) Створення «ідеальної моделі»
- b) Імітаційний
- c) Конфронтації
- d) Інтеріоризації статевої ролі

126. При розладах статевої ідентифікації у дітей психотерапія:

- a) Не має перспектив
- b) Повинна починатися якомога раніше
- c) Проводитися тільки з батьками
- d) Здійснюватися у гомологічних за розладом і статтю дітей багатомірних сімейних програмах
- e) Вірно у пунктах b, c
- f) Вірно у пунктах b, d

127. Найбільш ефективна допомога при ексгібіціонізмі спирається на принципи:

- a) Соціобіології
- b) Біологічної корекції
- c) Теорії наочіння
- d) Психоаналіза

128. Який з перерахованих методів може бути найбільш ефективним у виробленні контролю над ексгібіціоністськими потягами:

- a) Фракційний гіпноз
- b) Інтерпретація сновидінь
- c) Психосинтетичні методи
- d) Приховане обумовлення

129. Який опис лікування фетишизму відповідає аверсивній терапії:

- a) Аналіз сновидінь щоб розкрити символічне значення фетишу
- b) Позитивне підкріплення сексуального збудження у відповідь на прийнятний об'єкт
- c) Прийом або введення препаратів, які викликають нудоту перед сексуальними діями з фетишем
- d) Гіпнотичний регрес у дитинство для знаходження джерела фетишу
- e) Виявлення і покарання субособистості фетишиста

130. Яку назву має біхевіоральна інтервенція, спрямована на перенавчання у ході якого пацієнт пов'язує сексуальне задоволення з прийнятними стимулами

- a) Еротичне фокусування
- b) Аверсивна терапія
- c) Сексуальна десенситизація
- d) Ограстичне пере обумовлення

131. Використання найбільш адекватної при пара філіях психоаналітичної психотерапії суттєво перешкоджає:

- a) Притаманна таким розладам алекситимія
- b) Протидія парафіяльного партнера
- c) Відсутність мотивації до терапії
- d) Перенос парафіяльних потягів на терапевта

132. Що з перелічених біхевіоральних методів використовується у лікуванні парафілій

- a) Тренування допінгової поведінки
- b) Тренінг самоствердження

- c) Техніка повторного перенасичення сексуальними фантазіями
- d) Усе назване
- e) Пункти а, с

133. Які два методи є провідними у лікуванні неорганічної диспареунії:

- a) Сугестія
- b) Раціональна психотерапія
- c) Психодинамічний
- d) Систематична десенситизація

134. У лікуванні вагінізму найбільш успішний метод:

- a) Систематичної десенситизації
- b) Аверсивного обумовлення
- c) Аутосугестія
- d) Медикаментозна релаксація

135. Які методи найбільш ефективні у терапії імпотенції:

- a) Поведінкові
- b) Психоаналітичні
- c) Рольової драматизації
- d) Арт- і музикотерапія

136. Терапія відсутності генітальної реакції найбільш успішна при:

- a) Послідовному використанні методів біологічної стимуляції лібідо
- b) Наявності співпрацюючого партнера
- c) Використання психоаналізу
- d) Аверсивному обумовленні

137. Хто з перелічених дослідників підкреслював, що сексуальні дисфункції мають джерелом інтрапсихічні конфлікти, дослідження яких є частиною лікування:

- a) А.Кінзі
- b) У.Мастерс і В.Джонсон
- c) Г.Васильченко
- d) Е.Каплан

138. Вирішальним критерієм для початку лікування сексуальних дисфункцій є:

- a) Розходження сексуальної поведінки і соціальних стереотипів
- b) Вимоги партнера
- c) Бажання пацієнта
- d) Ступінь вираження дисфункції

139. Який з терапевтичних підходів використовується у лікуванні відсутності або втрати статевого потягу:

- a) Поведінковий
- b) Когнітивний
- c) Психодинамічний
- d) Системний
- e) Усі названі

140. Який з методів є найбільш ефективним у терапії сексуальної аверзії:

- a) Аверсивного обумовлення
- b) Систематичної десенситизації
- c) Глумачення сновидінь
- d) Раціональна психотерапія

141. Підхід, на якому засновани У.Мастерс і В.Джонсон методи терапії сексуальних дисфункцій:

- a) Гуманістичний
- b) Психодинамічний
- c) Поведінковий
- d) Когнітивний
- e) Еклектичний

142. За Г.Васильченко, сімейна терапія сексуальних дисфункцій складається з трьох етапів, до яких НЕ відноситься:

- a) Діагностичний
- b) Конфронтації
- c) Реструктурування
- d) Реабілітації

143. Яке твердження краще передає сучасне розуміння сексотерапії:

- a) Використання сексуальної поведінки як засобу лікування сексуальних дисфункцій
- b) Психоаналітична психотерапія, мішенню якої є сексуальні дисфункції
- c) Інтегративна система психологічної допомоги, яка поєднує різноманітні психотерапевтичні підходи
- d) Психотерапевтичне тло використання біологічних засобів регуляції сексуальних функцій

144. Яка з парафілій характеризується компульсивним потягом до отримання сексуального задоволення від таємного спостереження оголення або сексуальної активності інших:

- a) Фроттеризм
- b) Фетишизм
- c) Вуайєризм
- d) Садим

145. Біологічна терапія педофілії передбачає використання гормону:

- a) Соматотропний
- b) Інсулін
- c) Прогестерон
- d) Тестостерон

146. Чоловік з педофільними уподобаннями скоїв декілька актів сексуального насильства над дітьми, але в жодному не було зафіксовано фізичного, або іншого несексуального насилля. У відповідності до 4-х факторної моделі сексуально-агресивної поведінки його агресію можна характеризувати як:

- a) Пов'язану з особливостями розвитку
- b) Афективну
- c) Фізіологічну
- d) Когнітивну

147. На думку біологів, схильність до ексгібіціонізму може бути наслідком:

- a) Втрати центрального контролю над сексуальними інгібіторами
- b) Гіпоталамічних дисфункцій
- c) Акцентування біологічно обумовленої чоловічої домінантності
- d) Дистопії сексуальних центрів головного мозку

148. Для діагностики парафілії, сексуальні потяги і вподобання, які її зумовлюють повинні бути:

- a) Тривалими і достатньо стійкими
- b) Виникати час від часу для того, щоб підвищити рівень сексуального збудження
- c) Проявами фізіологічних або неврологічних порушень
- d) Епізодичними засобами для підвищення різноманітності сексуальних відносин

149. Прийнятий раніше діагностичний термін «фрідність» в сучасній психології сексуальності замінений на більш коректний:

- a) Диспареунія
- b) Дисоргазмія
- e) Оргазмічна дисфункція
- f) Вагінізм

150. Розлад, який раніше називався чоловічою імпотенцією в МКБ-10 називається:

- a) Оргазмічна дисфункція
- b) Втрата статевого потягу
- c) Сексуальна відраза
- d) Відсутність геніальної реакції

Самостійна робота № 1

Тема: Психологічна проблематика життєвого шляху в роботах А. Адлера, К. Юнга, А. Маслоу, В. Франкла, Е. Фромма, Ш. Бюлер, С.Л. Рубінштейна, А.Н. Леонтьєва, Б.Г. Ананьєва

Мета: Введення студентів у проблематику навчальної дисципліни «Проектування життєвого шляху особистості»

Методи: Теоретичний аналіз і синтез, порівняння.

Дидактичні засоби навчання: Компаративистський аналіз

Література:

1. Ананьев Б. Г. Человек как предмет познания. — Л., 1969.
2. Карпинский К.В. Психология жизненного пути личности: учеб. пособие. Гродно: ГрГУ, 2002. 167 с.

Структура самостійної роботи

1. *Організаційна частина* Зробити огляд теорій особистості А. Адлера, К. Юнга, А. Маслоу, В. Франкла, Е. Фромма, Ш. Бюлер, С.Л. Рубінштейна, А.Н. Леонтьєва, Б.Г. Ананьєва.

2. *Основні завдання:*

Актуалізація знань з навчальних дисциплін «Загальна психологія» (поняття про особистість), «Вікова психологія» (етапи розвитку і становлення особистості), «Психологічні теорії особистості» (теорія К. Юнга, А. Адлера, А. Маслоу, В. Франкла, Е. Фромма)

3. *Мотивація навчальної діяльності студента* Систематизувати знання, які засвоєні студентами під час вивчення загальної і вікової психології, теорій особистості.

4. *Самостійна робота* Компаративистський аналіз теорій особистості

Самостійна робота № 2

Тема: Соціально-психологічна природа життєвих завдань.

Мета: Розкрити соціально-психологічну природу життєвих завдань.

Методи: Теоретичний аналіз і синтез.

Дидактичні засоби навчання: Структурна схема соціальних чинників впливу на постановку життєвих завдань

Література:

3. Карпинский К.В. Психология жизненного пути личности: учеб. пособие. Гродно: ГрГУ, 2002. 167 с.
4. Як будувати своє майбутнє: життєві завдання особистості: [наук. моногр.] / [Т.М. Титаренко, О.Г. Злобіна, Л.А. Лепіхова та ін.] за наук. ред. Т.М. Титаренко. НАПН України; Інститут соціальної та політичної психології. – Кіровоград: Імекс-ЛТД, 2012. – 512 с.

Структура самостійної роботи

1. *Основні завдання :*

1) Опрацювати навчальну літературу

2) Актуалізація знань з навчальних дисциплін «Соціальна психологія» (соціалізація, соціальні групи), «Вікова психологія» (етапи розвитку і становлення особистості).

3 *Мотивація навчальної діяльності студента* Систематизувати знання, які засвоєні студентами під час вивчення соціальної та вікової психології.

5. *Самостійна робота* Конспект

Самостійна робота № 3

Тема «Впливи сучасності на особистісну побудову майбутнього»

Мета: Розглянути впливи сучасності на особистісну побудову майбутнього.

Література:

1. Як будувати своє майбутнє: життєві завдання особистості: [наук. моногр.] / [Т.М. Титаренко, О.Г. Злобіна, Л.А. Лепіхова та ін.] за наук. ред. Т.М. Титаренко. НАПН України; Інститут соціальної та політичної психології. – Кіровоград: Імекс-ЛТД, 2012. – 512 с.
2. Кон И.С. Социологическая психология. Воронеж: МОДЭК, 1999. 560 с.
3. Носов Н. А. Психологические виртуальные реальности / Н. А. Носов. – М. : Ин-т человека РАН, 1994. – 195 с.

Структура самостійної роботи

1. *Основні завдання:* Опрацювати літературу. Розглянути питання
 - 1) Поняття «текуча» сучасна реальність та її вплив на побудову майбутнього
 - 2) Віртуальна реальність та її вплив на побудову майбутнього
 - 3) Внутрішній суверенітет та побудова майбутнього особистості
2. *Мотивація навчальної діяльності студента* Систематизувати знання, які засвоєні студентами під час вивчення соціальної та вікової психології.
3. *Завдання для самостійної роботи:* Проаналізувати поняття «дискурс» в аспекті психології

Самостійна робота № 4

Тема «Особистість на перетині соціального та індивідуального світів.»

Мета: Розглянути впливи внутрішніх і зовнішніх чинників на особистісну побудову майбутнього.

Література:

5. Як будувати своє майбутнє: життєві завдання особистості: [наук. моногр.] / [Т.М. Титаренко, О.Г. Злобіна, Л.А. Лепіхова та ін.] за наук. ред. Т.М. Титаренко. НАПН України; Інститут соціальної та політичної психології. – Кіровоград: Імекс-ЛТД, 2012. – 512 с.
6. Козеллек Р. Минуле. Майбутнє. Про семантику історичного часу / Р. Козеллек ; пер. з нім. – К. ; Дух і літера, 2005.
7. Чудновский В. Э. Проблема оптимального смысла жизни // Смысл жизни и акме: 10 лет поиска : в 2-х ч. / В. Э. Чудновский ; под ред. А. А. Бодалева, Г. А. Вайзер и др. – М. : Смысл. – 2004. – С. 7–23.

Структура самостійної роботи

1. *Основні завдання:* Опрацювати літературу. Розглянути питання:
 - 1) Тлумачення понять «особистісний світ уявлень», «свобода вибору»
 - 2) Тлумачення понять «соціальні уявлення», «життєвий простір»
 - 3) Взаємозв'язок внутрішнього і зовнішнього світів особистості
2. *Мотивація навчальної діяльності студента* Систематизація та інтеграція знань
3. *Завдання для самостійної роботи:* Повторити теми : «Я-концепція», «Картина світу».

Самостійна робота № 5

Тема «Суб'єкт-суб'єктне та суб'єкт-об'єктне соціально-психологічне само настановлення в просторі життєвих завдань.»

Мета: Розглянути різні форми самонастановлення у процесі постановки життєвих завдань.

Література:

1. Як будувати своє майбутнє: життєві завдання особистості: [наук. моногр.] / [Т.М. Титаренко, О.Г. Злобіна, Л.А. Лепіхова та ін.] за наук. ред. Т.М. Титаренко. НАПН України; Інститут соціальної та політичної психології. – Кіровоград: Імекс-ЛТД, 2012. – 512 с.
2. Козеллек Р. Минуте. Майбутнє. Про семантику історичного часу / Р. Козеллек ; пер. з нім. – К. ; Дух і літера, 2005.

Структура самостійної роботи

1. Основні завдання: Опрацювати літературу. Розглянути питання:

- 1) Суб'єкт-суб'єктне настановлення
- 2) Суб'єкт-об'єктне настановлення
- 3) Об'єкт-суб'єктне настановлення
- 4) Об'єкт-об'єктне настановлення

2. Мотивація навчальної діяльності. Систематизація та інтеграція знань

3. Завдання для самостійної роботи: Навести приклади усіх видів само настановлення (письмово)

Самостійна робота № 6

Тема: Життя як завдання пошуку, діалогічне моделювання майбутнього.

Мета: Розкрити сутність діалогічного моделювання майбутнього

Дидактичні засоби навчання: Інтегральна схема інтерпретації життєвих завдань як механізму само здійснення особистості

Література:

8. Як будувати своє майбутнє: життєві завдання особистості: [наук. моногр.] / [Т.М. Титаренко, О.Г. Злобіна, Л.А. Лепіхова та ін.] за наук. ред. Т.М. Титаренко. НАПН України; Інститут соціальної та політичної психології. – Кіровоград: Імекс-ЛТД, 2012. – 512 с.
9. Ананьев Б. Г. К теории внутренней речи. — В кн.: Психология чувственного познания. М., 1960. С. 348—369.
10. Середкина Е. В. Расширенное понимание диалога в постнеклассической науке [Електронний ресурс] / Е. В. Середина. – Режим доступу : // anthropology.ru/ru/texts/seredkina/dialogue.htm.

Структура самостійної роботи

1. *Основні завдання:* Опрацювати літературу. Розглянути питання:
 - 1) Поняття «внутрішнє мовлення»,
 - 2) Поняття «нарратив»,
 - 3) Поняття «внутрішній діалог»,
 - 4) Поняття «настановлення».
2. *Мотивація навчальної діяльності студента* Інтегрувати знання, які засвоєні студентами у нове знання, сформулювати уявлення про психологічний феномен «автонарратив»
3. *Самостійна робота* Скласти автонарративне повідомлення

Самостійна робота № 7

Тема «Пошук шляху у майбутнє у мріях, цілях, домаганнях, завданнях.»

Мета: Розглянути процес уявлення майбутнього у різних формах: у мріях, цілях, домаганнях, завданнях.

Література:

1. Як будувати своє майбутнє: життєві завдання особистості: [наук. моногр.] / [Т.М. Титаренко, О.Г. Злобіна, Л.А. Лепіхова та ін.] за наук. ред. Т.М. Титаренко. НАПН України; Інститут соціальної та політичної психології. – Кіровоград: Імекс-ЛТД, 2012. – 512 с.
2. Логинова Н.А. Психобиографический метод исследования и коррекции личности. Алма-Ата: Казак университети, 2001. 176 с.

Структура самостійної роботи

1. *Основні завдання:* Опрацювати літературу. Розглянути питання:
 - 1) Пошук шляху у майбутнє у мріях
 - 2) Пошук шляху у майбутнє у цілях
 - 3) Пошук шляху у майбутнє у домаганнях
 - 4) Пошук шляху у майбутнє у завданнях
2. *Мотивація навчальної діяльності.* Систематизація та інтеграція знань
3. Завдання для самостійної роботи: Проаналізувати поняття «дискурс» в аспекті психології

Самостійна робота № 8

Тема «Усвідомлена психічна саморегуляція як шлях до оптимізації життєвого самоконструювання.»

Мета: Розглянути елементи психічної саморегуляції як шлях до оптимізації життєвого самоконструювання.

Література:

1. Як будувати своє майбутнє: життєві завдання особистості: [наук. моногр.] / [Т.М. Титаренко, О.Г. Злобіна, Л.А. Лепіхова та ін.] за наук. ред. Т.М. Титаренко. НАПН України; Інститут соціальної та політичної психології. – Кіровоград: Імекс-ЛТД, 2012. – 512 с.
2. Пергаменщик Л.А. Кризисная психология: учеб. пособие. Минск: Высшая школа, 2004. 239 с.

Структура самостійної роботи

1. *Основні завдання:* Опрацювати літературу. Розглянути питання:

- 1) Саморегуляція у постановці життєвих завдань
- 2) Оптимізація життєвого самоконструювання
- 3) Практичні навички саморегуляції у постановці життєвих завдань

2. *Мотивація навчальної діяльності.* Систематизація та інтеграція знань

3. *Завдання для самостійної роботи:* Запропонувати власні елементи саморегуляції

Самостійна робота № 9

Тема «Соціально-психологічні відмінності у ставленні до моделювання майбутнього.»

Мета: Розглянути соціально-психологічні відмінності у ставленні до моделювання майбутнього

Література:

1. Як будувати своє майбутнє: життєві завдання особистості: [наук. моногр.] / [Т.М. Титаренко, О.Г. Злобіна, Л.А. Лепіхова та ін.] за наук. ред. Т.М. Титаренко. НАПН України; Інститут соціальної та політичної психології. – Кіровоград: Імекс-ЛТД, 2012. – 512 с.
2. Кон И.С. Социологическая психология. Воронеж: МОДЭК, 1999. 560 с.

Структура самостійної роботи

1. *Основні завдання:* Опрацювати літературу. Розглянути питання:

- 1) Типи особистості і моделювання майбутнього (теорії З.Фрейда, К. Юнга)
- 2) Типи особистості і моделювання майбутнього (теорії А. Адлера, Е. Фромма, Е. Еріксона)
- 3) Типи особистості і моделювання майбутнього (теорії К. Роджерса, А. Маслоу)

2. *Мотивація навчальної діяльності.* Систематизація та інтеграція знань

3. *Завдання для самостійної роботи:* підготувати реферат на тему «Життєвий шлях особистості (на прикладі відомої особи: письменник, актор, науковець, громадський діяч тощо)»

Самостійна робота № 10

Тема «Автентична особистість: особливості постановки життєвих завдань.»

Мета: Розглянути і проаналізувати особливості автентичної особистості.

Література:

1. Як будувати своє майбутнє: життєві завдання особистості: [наук. моногр.] / [Т.М. Титаренко, О.Г. Злобіна, Л.А. Лепіхова та ін.] за наук. ред. Т.М. Титаренко. НАПН України; Інститут соціальної та політичної психології. – Кіровоград: Імекс-ЛТД, 2012. – 512 с.

2. Можейко М. А. Справочник: История философии [Электронный ресурс] / М. А. Можейко. – Режим доступа : // [www.phhistory. freecopy.in/187.shtml](http://www.phhistory.freecopy.in/187.shtml).
3. Психологический лексикон. Энциклопедический словарь: в 6 т. / ред.-сост. Л.А. Карпенко; под общ. ред. А.В. Петровского М.: ПЕР СЭ, 2005. 176 с.

Структура самостійної роботи

1. *Основні завдання:* Опрацювати літературу. Розглянути питання:
 - 1) Поняття «текуча» сучасна реальність та її вплив на особистість
 - 2) Віртуальна реальність та її вплив на особистість
 - 3) Внутрішній суверенітет та особистість
2. *Мотивація навчальної діяльності.* Систематизація та інтеграція знань
3. *Завдання для самостійної роботи:* Зробити психологічний самоаналіз власної автентичності

Семінарське заняття № 1

Тема «Впливи сучасності на особистісну побудову майбутнього»

1. *Організаційна частина.* Налаштування на аналітичну роботу.
2. **Мета:** Розглянути впливи сучасності на особистісну побудову майбутнього.
3. *Актуалізація опорних знань студентів* з соціальної психології, соціології, політології та їх інтеграція у аналітичній роботі.
4. *Мотивація навчальної діяльності.* Систематизація та інтеграція знань
5. *Вступне слово викладача.* Інтергування знань з різних галузей гуманітарного знання у нове знання
6. Бесіда у форматі відкритого діалогу
7. *Зміст основної частини заняття (перелік питань семінару):*
 - 1) Поняття «текуча» сучасна реальність та її вплив на побудову майбутнього
 - 2) Віртуальна реальність та її вплив на побудову майбутнього
 - 3) Внутрішній суверенітет та побудова майбутнього особистості
8. *Заключне слово викладача.* Резюме «Чинники сучасності, які впливають на побудову майбутнього»
9. *Підведення підсумків заняття*
10. Завдання для самостійної роботи: Проаналізувати поняття «дискурс» в аспекті психології

Література:

1. Як будувати своє майбутнє: життєві завдання особистості: [наук. моногр.] / [Т.М. Титаренко, О.Г. Злобіна, Л.А. Лепіхова та ін.] за наук. ред. Т.М. Титаренко. НАПН України; Інститут соціальної та політичної психології. – Кіровоград: Імекс-ЛТД, 2012. – 512 с.
2. Кон И.С. Социологическая психология. Воронеж: МОДЭК, 1999. 560 с.
3. Носов Н. А. Психологические виртуальные реальности / Н. А. Носов. – М. : Ин-т человека РАН, 1994. – 195 с.

Семінарське заняття № 2

Тема «Особистість на перетині соціального та індивідуального світів.»

1. *Організаційна частина.* Налаштування на аналітичну роботу.
2. **Мета:** Розглянути впливи внутрішніх і зовнішніх чинників на особистісну побудову майбутнього.
3. *Актуалізація опорних знань студентів* з загальної та соціальної психології, соціології, політології та їх інтеграція у аналітичній роботі.
4. *Мотивація навчальної діяльності.* Систематизація та інтеграція знань
5. *Вступне слово викладача.* Інтергування знань з різних галузей гуманітарного знання у нове знання
6. Бесіда у форматі відкритого діалогу
7. *Зміст основної частини заняття (перелік питань семінару):*
 - 1) Тлумачення понять «особистісний світ уявлень», «свобода вибору»
 - 2) Тлумачення понять «соціальні уявлення», «життєвий простір»

3) Взаємозв'язок внутрішнього і зовнішнього світів особистості

8. *Заключне слово викладача* Резюме

9. *Підведення підсумків заняття*

10. *Завдання для самостійної роботи:* Повторити теми : «Я-концепція», «Картина світу»

Література:

11. Як будувати своє майбутнє: життєві завдання особистості: [наук. моногр.] / [Т.М. Титаренко, О.Г. Злобіна, Л.А. Лепіхова та ін.] за наук. ред. Т.М. Титаренко. НАПН України; Інститут соціальної та політичної психології. – Кіровоград: Імекс-ЛТД, 2012. – 512 с.
12. Козеллек Р. Минуле. Майбутнє. Про семантику історичного часу / Р. Козеллек ; пер. з нім. – К. ; Дух і літера, 2005.
13. Чудновский В. Э. Проблема оптимального смысла жизни // Смысл жизни и акме: 10 лет поиска : в 2-х ч. / В. Э. Чудновский ; под ред. А. А. Бодалева, Г. А. Вайзер и др. – М. : Смысл. – 2004. – С. 7–23

Семінарське заняття № 3

Тема «Суб'єкт-суб'єктне та суб'єкт-об'єктне соціально-психологічне само настановлення в просторі життєвих завдань.»

1. *Організаційна частина.* Налаштування на аналітичну роботу.

2. **Мета:** Розглянути різні форми самонастановлення у процесі постановки життєвих завдань.

3. *Актуалізація опорних знань студентів з загальної психології, психології особистості, психологічного консультування та інтеграція у аналітичній роботі.*

4. *Мотивація навчальної діяльності.* Систематизація та інтеграція знань

5. *Вступне слово викладача.* Пригадати і встановити смислові зв'язки між різними видами знань з психології.

6. *Бесіда*

7. *Зміст основної частини заняття (перелік питань семінару):*

1) Суб'єкт-суб'єктне настановлення

2) Суб'єкт-об'єктне настановлення

3) Об'єкт-суб'єктне настановлення

4) Об'єкт-об'єктне настановлення

8. *Заключне слово викладача* Резюме

9. *Підведення підсумків заняття*

10. *Завдання для самостійної роботи:* Навести приклади усіх видів само настановлення (письмово)

Література:

1. Як будувати своє майбутнє: життєві завдання особистості: [наук. моногр.] / [Т.М. Титаренко, О.Г. Злобіна, Л.А. Лепіхова та ін.] за наук. ред. Т.М. Титаренко. НАПН України; Інститут соціальної та політичної психології. – Кіровоград: Імекс-ЛТД, 2012. – 512 с.

2. Козеллек Р. Минуле. Майбутнє. Про семантику історичного часу / Р. Козеллек ; пер. з нім. – К. ; Дух і літера, 2005.

Семінарське заняття № 4

Тема «Пошук шляху у майбутнє у мріях, цілях, домаганнях, завданнях.»

1. *Організаційна частина.* Налаштування на аналітичну роботу.
2. **Мета:** Розглянути процес уявлення майбутнього у різних формах: у мріях, цілях, домаганнях, завданнях.
3. *Актуалізація опорних знань студентів* з загальної, вікової, соціальної психології, психологічного консультування та їх інтеграція у аналітичній роботі.
4. *Мотивація навчальної діяльності.* Систематизація та інтеграція знань
5. *Вступне слово викладача.* Інтергування знань з різних галузей психології у нове знання
6. Бесіда у форматі відкритого діалогу
7. *Зміст основної частини заняття (перелік питань семінару):*
 - 1) Пошук шляху у майбутнє у мріях
 - 2) Пошук шляху у майбутнє у цілях
 - 3) Пошук шляху у майбутнє у домаганнях
 - 4) Пошук шляху у майбутнє у завданнях
8. *Заключне слово викладача.* Резюме «Чинники сучасності, які впливають на побудову майбутнього»
9. *Підведення підсумків заняття*
10. Завдання для самостійної роботи: Проаналізувати поняття «дискурс» в аспекті психології

Література:

1. Як будувати своє майбутнє: життєві завдання особистості: [наук. моногр.] / [Т.М. Титаренко, О.Г. Злобіна, Л.А. Лепіхова та ін.] за наук. ред. Т.М. Титаренко. НАПН України; Інститут соціальної та політичної психології. – Кіровоград: Імекс-ЛТД, 2012. – 512 с.
2. Логинова Н.А. Психобиографический метод исследования и коррекции личности. Алма-Ата: Казак университеті, 2001. 176 с.

Семінарське заняття № 5

Тема «Усвідомлена психічна саморегуляція як шлях до оптимізації життєвого самоконструювання.»

1. *Організаційна частина.* Налаштування на аналітичну роботу.
2. **Мета:** Розглянути елементи психічної саморегуляції як шлях до оптимізації життєвого самоконструювання.
3. *Актуалізація опорних знань студентів* з практичних знань і навичок з психології та інтеграція у аналітичній роботі.
4. *Мотивація навчальної діяльності.* Систематизація та інтеграція знань

5. *Вступне слово викладача.* Інтергування знань з практичних засобів з психології у нове знання
6. *Бесіда у форматі відкритого діалогу*
7. *Зміст основної частини заняття (перелік питань семінару):*
 - 1) Саморегуляція у постановці життєвих завдань
 - 2) Оптимізація життєвого самоконструювання
 - 3) Практичні навички саморегуляції у постановці життєвих завдань
8. *Заключне слово викладача.* Резюме «Практичні навички саморегуляції у постановці життєвих завдань»
9. *Підведення підсумків заняття*
10. *Завдання для самостійної роботи:* Запропонувати власні елементи саморегуляції

Литература:

1. Як будувати своє майбутнє: життєві завдання особистості: [наук. моногр.] / [Т.М. Титаренко, О.Г. Злобіна, Л.А. Лепіхова та ін.] за наук. ред. Т.М. Титаренко. НАПН України; Інститут соціальної та політичної психології. – Кіровоград: Імекс-ЛТД, 2012. – 512 с.
2. Пергаменщик Л.А. Кризисная психология: учеб. пособие. Минск: Высшая школа, 2004. 239 с.

Семінарське заняття № 6

Тема «Соціально-психологічні відмінності у ставленні до моделювання майбутнього.»

1. *Організаційна частина.* Налаштування на аналітичну роботу.
2. **Мета:** Розглянути соціально-психологічні відмінності у ставленні до моделювання майбутнього
3. *Актуалізація опорних знань студентів* з загальної, соціальної психології, соціології та їх інтеграція у аналітичній роботі.
4. *Мотивація навчальної діяльності.* Систематизація та інтеграція знань
5. *Вступне слово викладача.* Інтергування знань з різних галузей гуманітарного знання у нове знання
6. *Бесіда у форматі відкритого діалогу*
7. *Зміст основної частини заняття (перелік питань семінару):*
 - 1) Типи особистості і моделювання майбутнього (теорії З.Фрейда, К. Юнга)
 - 2) Типи особистості і моделювання майбутнього (теорії А. Адлера, Е. Фромма, Е. Еріксона)
 - 3) Типи особистості і моделювання майбутнього (теорії К. Роджерса, А. Маслоу)
8. *Заключне слово викладача.* Резюме «Типи особистості і ставлення до моделювання майбутнього»
9. *Підведення підсумків заняття*
10. *Завдання для самостійної роботи:* підготувати реферат на тему «Життєвий шлях особистості (на прикладі відомої особи: письменник, актор, науковець, громадський діяч тощо)»

Литература:

1. Як будувати своє майбутнє: життєві завдання особистості: [наук. моногр.] / [Т.М. Титаренко, О.Г. Злобіна, Л.А. Лепіхова та ін.] за наук. ред. Т.М. Титаренко. НАПН України; Інститут соціальної та політичної психології. – Кіровоград: Імекс-ЛТД, 2012. – 512 с.
2. Кон И.С. Социологическая психология. Воронеж: МОДЭК, 1999. 560 с.

Семінарське заняття № 7

Тема «Автентична особистість: особливості постановки життєвих завдань.»

1. *Організаційна частина.* Налаштування на аналітичну роботу.
2. **Мета:** Розглянути і проаналізувати особливості автентичної особистості.
3. *Актуалізація опорних знань студентів з психології особистості*
4. *Мотивація навчальної діяльності.* Систематизація та інтеграція знань
5. *Вступне слово викладача.* Проблема автентичності у реаліях сучасності
6. Бесіда у форматі відкритого діалогу
7. *Зміст основної частини заняття (перелік питань семінару):*
 - 1) Поняття «текуча» сучасна реальність та її вплив на особистість
 - 2) Віртуальна реальність та її вплив на особистість
 - 3) Внутрішній суверенітет та особистість
8. *Заключне слово викладача.* Резюме «Ознаки автентичної особистості»
9. *Підведення підсумків заняття*
10. Завдання для самостійної роботи: Зробити психологічний самоаналіз власної автентичності

Література:

1. Як будувати своє майбутнє: життєві завдання особистості: [наук. моногр.] / [Т.М. Титаренко, О.Г. Злобіна, Л.А. Лепіхова та ін.] за наук. ред. Т.М. Титаренко. НАПН України; Інститут соціальної та політичної психології. – Кіровоград: Імекс-ЛТД, 2012. – 512 с.
2. Можейко М. А. Справочник: История философии [Електронний ресурс] / М. А. Можейко. – Режим доступу : // www.phhistory.freecopy.in/187.shtml.
3. Психологический лексикон. Энциклопедический словарь: в 6 т. / ред.-сост. Л.А. Карпенко; под общ. ред. А.В. Петровского М.: ПЕР СЭ, 2005. 176 с.

Семінарське заняття № 8

Тема «Оптимізація способу моделювання життєвого шляху»

1. *Організаційна частина.* Налаштування на аналітичну роботу.
2. **Мета:** Розглянути способи моделювання життєвого шляху
3. *Актуалізація опорних знань студентів про моделі і способи життєздійснення.*
4. *Мотивація навчальної діяльності.* Систематизація та інтеграція знань
5. *Вступне слово викладача* про оптимізацію процесу самоздійснення
6. Бесіда у форматі відкритого діалогу
7. *Зміст основної частини заняття (перелік питань семінару):*
 - 1) Оптимізація постановки життєвих завдань
 - 2) Оптимізація засобів моделювання життєвих завдань
 - 3) Оптимізація засобів життєздійснення
8. *Заключне слово викладача.* Резюме
9. *Підведення підсумків заняття*

10. Завдання для самостійної роботи: Розробити власну модель життєвого шляху

Література:

1. Як будувати своє майбутнє: життєві завдання особистості: [наук. моногр.] / [Т.М. Титаренко, О.Г. Злобіна, Л.А. Лепіхова та ін.] за наук. ред. Т.М. Титаренко. НАПН України; Інститут соціальної та політичної психології. – Кіровоград: Імекс-ЛТД, 2012. – 512 с.
2. Чудновский В. Э. Проблема оптимального смысла жизни // Смысл жизни и акме: 10 лет поиска : в 2-х ч. / В. Э. Чудновский ; под ред. А. А. Бодалева, Г. А. Вайзер и др. – М. : Смысл. – 2004. – С. 7–23.

Семінарське заняття № 9

Тема «Траєкторії індивідуального життєздійснення в соціальних координатах»

1. *Організаційна частина*. Налаштування на аналітичну роботу.
2. **Мета:** Розглянути траєкторії індивідуального життєздійснення в соціальних координатах
3. *Актуалізація опорних знань студентів* про траєкторії індивідуального життєздійснення в соціальних координатах
4. *Мотивація навчальної діяльності*. Систематизація та інтеграція знань
5. *Вступне слово викладача*. Траєкторії індивідуального життєздійснення в соціальних координатах як прояв стилю життя особистості.
6. *Бесіда у форматі відкритого діалогу*
7. *Зміст основної частини заняття (перелік питань семінару):*
 - 1) Траєкторії індивідуального життєздійснення
 - 2) Соціальні координати життєздійснення
 - 3) Стиль життя і траєкторія життєздійснення
8. *Заключне слово викладача*. Резюме
9. *Підведення підсумків заняття*
10. Завдання для самостійної роботи: Проаналізувати траєкторію життєздійснення видатної особистості (за вибором студента)

Література:

1. Як будувати своє майбутнє: життєві завдання особистості: [наук. моногр.] / [Т.М. Титаренко, О.Г. Злобіна, Л.А. Лепіхова та ін.] за наук. ред. Т.М. Титаренко. НАПН України; Інститут соціальної та політичної психології. – Кіровоград: Імекс-ЛТД, 2012. – 512 с.
2. Логинова Н.А. Психобиографический метод исследования и коррекции личности. Алма-Ата: Казак университеті, 2001. 176 с.
3. Козеллек Р. Минуле. Майбутнє. Про семантику історичного часу / Р. Козеллек ; пер. з нім. – К. ; Дух і літера, 2005.

Семінарське заняття № 10

Тема «Характеристики особистості, що сприяють само здійсненню.

Життєстійкість як передумова постановки життєвих завдань»

1. *Організаційна частина.* Налаштування на аналітичну роботу.
2. **Мета:** Розглянути Характеристики особистості, що сприяють само здійсненню. Життєстійкість як передумова постановки життєвих завдань.
3. *Актуалізація опорних знань студентів з загальної психології, психологічного консультування, теорії особистості.*
4. *Мотивація навчальної діяльності.* Систематизація та інтеграція знань
5. *Вступне слово викладача.* Проблема життєстійкості як передумова постановки життєвих завдань.
6. *Бесіда у форматі відкритого діалогу.*
7. *Зміст основної частини заняття (перелік питань семінару):*
 - 1) Характеристики особистості, що сприяють само здійсненню.
 - 2) Життєстійкість як передумова постановки життєвих завдань.
8. *Заключне слово викладача.* Резюме «Характеристики життєстійкості»
9. *Підведення підсумків заняття*
10. *Завдання для самостійної роботи:* Проаналізувати власні характеристики життєстійкості

Література:

1. Як будувати своє майбутнє: життєві завдання особистості: [наук. моногр.] / [Т.М. Титаренко, О.Г. Злобіна, Л.А. Лепіхова та ін.] за наук. ред. Т.М. Титаренко. НАПН України; Інститут соціальної та політичної психології. – Кіровоград: Імекс-ЛТД, 2012. – 512 с.
2. Чудновский В. Э. Проблема оптимального смысла жизни // Смысл жизни и акме: 10 лет поиска : в 2-х ч. / В. Э. Чудновский ; под ред. А. А. Бодалева, Г. А. Вайзер и др. – М. : Смысл. – 2004. – С. 7–23.
3. Чернобровкін В. М. Психологія прийняття педагогічних рішень / В. М. Чернобровкін. – Луганськ : Альма-матер, 2006.

Лекція № 1

Тема: Психологічна проблематика життєвого шляху в роботах А. Адлера, К. Юнга, А. Маслоу, В. Франкла, Е. Фромма, Ш. Бюлер, С.Л. Рубінштейна, А.Н. Леонтьєва, Б.Г. Ананьєва

На сучасному етапі розбудови Української держави в умовах стрімких суспільних трансформацій проблеми формування духовності людини набувають високої актуальності. Значні соціальні зміни відкривають нові можливості для особистісного зростання, самовизначення, активізації світогляду й громадянської самосвідомості сучасних українців. Однак фактори економічної та політичної нестабільності зумовлюють становлення у свідомості значної кількості громадян негативних феноменів особистісного розвитку (тривожності, стресу, невпевненості у власному майбутньому, фрустрації тощо). За таких умов відбувається ускладнення планування власного життєвого шляху й подальшої творчої життєвої самореалізації індивідуума. Усе це обумовлює високу актуальність і соціальну значущість дослідження феномена проектування життєвого шляху особистості. Проблема життєвого шляху особистості, його проектування та самоздійснення є однією з центральних у різних підходах психологічної науки. Так, у психодинамічному підході значна увага приділяється проблемі обумовленості життєвої спрямованості підсвідомими чинниками (З. Фрейд, К. Юнг), а також побудові людиною унікальної траєкторії життєвого шляху в умовах протиріччя між інтересами суспільства й окремої особистості (А. Адлер, Е. Фромм). У гештальтпсихології (К. Нарахно, Ф. Перлз) підкреслюється інтенційність життєвого шляху особистості. Дослідники надавали високу значущість осмисленню людиною власного буття засобами самопізнання й самоаналізу, а також відзначали її необмежені можливості з формування і реалізації унікальної життєвої стратегії й життєвого стилю. У роботах представників гуманістичної психології (А. Маслоу, К. Роджерс) підкреслюється виключне значення у житті індивідуума самоактуалізації, тенденції до саморуку й саморозвитку. Саме само-актуалізація дає особистості можливість досягти гармонійного поєднання власного унікального шляху самоздійснення і соціальних вимог. У дослідженнях радянських і сучасних українських і російських вчених з проблеми проектування життєвого шляху значна увага приділяється вивченню питань сенсожиттєвого пошуку особистості (О.Г. Асмолов, С.Л. Рубінштейн, В.І. Слободчиков, В.Е. Чудновський), планування й побудови індивідуальної стратегії життєвого шляху (К.О. Абульханова-Славська, С.С. Бабенко, Ю.М. Резнік, А.І. Ярема), становлення суб'єктності як здатності усвідомленого й осмисленого управління власним буттям (К.В. Карпинський, З.С. Карпенко, В.О. Татенко, Т.М. Титаренко) тощо. Найбільша увага вивченню проблеми побудови особистістю унікального шляху власного існування приділяється у екзистенційній психології. Тому метою даної статті є теоретичний аналіз основних підходів і стану розробки проблеми проектування життєвого шляху особистості у дослідженнях представників екзистенціалізму.

Теоретичні основи дослідження проектування життєвого шляху особистості в екзистенційній психології закладено у дослідженнях Л. Бінсвангера [1], Ж.-П. Сартра [10] і К. Ясперса [14]. Так, у дослідженнях С. К'єркегора підкреслюється відмінність категорій «буття» та «існування». Специфікою людського існування є здатність особистості до екзистенції. В основі екзистенції лежить пристрасть, тобто виключний інтерес особистості до власного буття. Саме пристрасть обумовлює потребу людини у творчому проектуванні й конструюванні власного життєвого шляху. У процесі особистісного зростання індивідуум набуває все більших можливостей для проявів власної життєтворчості. Згідно з С. К'єркегором, процес особистісного зростання включає три стадії: естетичну, етичну й релігійну. Перша, естетична, стадія характеризується життєвою спрямованістю особистості на переживання нового життєвого досвіду, зокрема, на задоволення власних гедонічних потреб. Перенасичення цієї стадії зумовлює перехід індивідуума на нову стадію особистісного зростання – етичну, яка характеризується активізацією сенсожиттєвих орієнтацій, формування стійкого почуття обов'язку й відповідальності за процес і результати власного життя. А це, в свою чергу, обумовлює активізацію процесів життєвого цілепокладання й планування. Найвищого рівня зростання духовності особистість набуває на релігійній стадії розвитку, а саме – через переживання власної єдності з Всесвітом. Це зумовлює переосмислення свого життєвого шляху, зростання особистісної значущості внеску власного існування у процес загального прогресу людства [5]. Високу значущість здатності особистості до екзистенції як основного механізму становлення її самоідентичності й суб'єктності підкреслив і К. Ясперс. Саме екзистенція, згідно з дослідником, дає можливість особистості засобами самоаналізу досягнути самоідентичності й відкрити своє справжнє буття. Необхідною передумовою здійснення екзистенції є активізація особистісної свободи людини, яка дає можливість вибудовувати індивідуальну стратегію життєвого шляху всупереч соціальному тиску. Екзистенційне зростання особистості зумовлює досягнення нею рівня самобуття, тобто формування цілісних уявлень про актуальний стан і перспективи життєвого шляху, можливості й обмеження самоз-

дійснення. Особистість, яка досягає рівня самобуття, набуває здатності до цілеспрямованої побудови системи міжособистісних стосунків і конструювання найбільш значущих видів діяльності, які складають загальний образ реалізації її сенсожиттєвого задуму [14]. Таким чином відбувається втілення особистості, її сенсу життя у найбільш значущих аспектах її існування. Так, згідно з К. Ясперсом, «людина стає тим, що вона є, через справу, яку вона робить своєю» [11, с. 59]. Ж.-П. Сартр підкреслив, що особистість повністю керує процесом проектування власного буття, а отже і несе повну відповідальність за своє існування та його результати [10]. Так, дослідник підкреслив, що «... людина – істота, яка спрямована в майбутнє і усвідомлює, що вона проектує себе в майбутнє. Людина – це перш за все проект, який переживається суб'єктивно...» [10, с. 323]. Ж.-П. Сартр відзначив виключне значення відповідальності особистості в умовах самопроектування життєвого шляху.

Будь-який життєвий вибір особистості – це водночас і вибір цінностей того, що особистість обирає. Таким чином, кожен життєвий вибір окремого індивідуума створює частину загального образу існування люд-

ства відповідної конкретно-історичної епохи, частину його духовності. Тому кожна особистість відповідає за всіх людей [10]. У дослідженнях М. Хайдеггера закладено передумови розробок *dasein*-аналізу у подальших роботах представників екзистенційної психології. У дослідженнях екзистенції людського існування дослідник підкреслив провідне значення відкритості особистості власному буттю. М. Хайдеггер визначив особистісний досвід глибинно-го психоаналізу як шлях пізнання власно-го буття, пошуку власних життєвих сенсів і цілей на противагу соціально навіюваним стереотипам. Результатом відкриття особистістю власної самості є активізація основних екзистенціалів її буття. Важливим екзистенціалом проектування життєвого шляху особистості є «буття-в-часі», тобто інтегральний образ самосвідомості, який включає систему уявлень індивідуума про своє існування в умовах діяльності й міжособистісних стосунків. Активізація основних екзистенціалів особистості, в тому числі «буття-в-часі», зумовлює становлення у неї здатності до здійснення життєвих виборів у різних модусах власного існування. Так, згідно з дослідником, незалежно від того, чому саме особистість присвячує своє життя, людиною вона стає, тільки обираючи одну можливість з ряду інших [12]. Л. Бінсвангер також підкреслює значущість життєвого вибору як одиниці проектування особистістю свого життєвого шляху. Згідно з дослідником, необхідною умовою побудови продуктивного буття і є вибір людиною щирих, позбавлених від маніпуляцій міжособистісних стосунків. Це зумовлює досягнення нею єдності з соціумом, дійсного співбуття і, як наслідок, можливостей самотрансцендування власної сутності у життя інших людей, оскільки особистість, як і світ у цілому, будує себе в акті самотрансценденції [1]. Проблема відкритості особистості власному буттю як необхідна передумова успішності проектування нею життєвого шляху висвітлена і в дослідженнях Г. Марселя. Особистість має бути «проникною» для оточуючого світу, відкритою для сприйняття нового досвіду. Необхідною умовою продуктивного самоздійснення особистості, згідно з Г. Марселем, є не лише проникність, але і її власна життєтворча активність, оскільки особистість як суб'єкт буття здійснює не лише пасивне сприймання зовнішніх стимулів, але і включена як дійова особа у контекст міжособистісних взаємин.

Механізмами реалізації діяльності індивідуума з проектування власного життєвого шляху, згідно з Г. Марселем, є особистісна свобода й відповідальність. Дослідник підкреслив нерозривну єдність становлення цих психічних утворень, оскільки кожен дозвіл, який дає собі людина, водночас являє собою і самообмеження її свободи [7]. На відміну від Г. Марселя, М. Босс визначив чотири визначальні для успішності самопроектування й самоздійснення особистості екзистенції: присутність, відкритість, можливість і свобода. Успішність взаємодії особистості зі світом обумовлюється її здатністю до відкритості. Так, дослідник підкреслив, що «простір... між мною і моїм другом – є відкритість» [15, с. 87]. Становлення відкритості відбувається у двох напрямках: по відношенню до інших людей і власного життєвого досвіду. Відкритість новому досвіду зумовлює активізацію особистісного простору людини: збагачення її життєвого досвіду, попередження соціальних стереотипів. А це, в свою чергу, обумовлює становлення здатності до прийняття інших людей і розширення можливостей у соціальній взаємодії з ними. Таким чином, вихідні дефініції побудови особистістю життєвого шляху, за М. Боссом, поєднують всі часові модуси життєвої перспективи: минуле (присутність), теперішнє (прийняття) і майбутнє (можливість). Так, дослідник зазначив, що «завжди, коли я маю, я знаходжусь в очікуванні того, що має прийти, усвідомлюю те, що є зараз (присутнє), і зберігаю те, що відбулось» [15, с. 99]. Р. Мей розглядав буття особистості як модель потенційних можливостей, яка передбачає безліч варіантів життєвого шляху людини. Тому результатом осмислення особистістю власного буття, згідно з Р. Меєм, є проєкція наявних можливостей у дії. Основним життєвим завданням особистості є усвідомлене й цілеспрямоване управління

людиною власним життям [8]. Р. Мей підкреслив нерозривну єдність становлення соціального й особистісного світу особистості.

Проектування життєвого шляху людини відображає процес постійного взаємопереходу інтровертної (самопізнання, відкриття власної самості) й екстравертної (самотрансценденцію власного «Я» у діяльності й міжособистісних стосунках) установок. Дослідник підкреслив полівершинність проектування життєвого шляху особистості у різних напрямках: професійному, особистісному, соціальному та ін. Важливими умовами успішності проектування життєвого шляху особистості є узгодженість сенсожиттєвих когніцій у різних аспектах життя і рівномірність розподілу «духовної енергії» особистості між основними вітальними модусами. Натомість надмірна концентрація енергії людини в одному модусі може зумовити фрустрацію її екзистенційних потреб у іншому [9]. Подальший розвиток ідей Р. Мей представлений у дослідженнях Д. Б'юджентала. Дослідник підкреслив прагнення особистості до переживання якомога більшої повноти буття, становлення у неї «почуття буття». А це, в свою чергу, зумовлює визначення людиною певного життєвого напрямку, у якому необхідно рухатись. Механізмом визначення цього напрямку, за Д. Б'юдженталем, є потреби. При цьому джерелом пізнання нового досвіду має бути власна індивідуальність людини, а не соціально навіювані зразки ефективних життєвих моделей. Так, згідно з дослідником, «я переживаю своє Я, коли точно знаю, що хочу чого-небудь, тому що Я цього хочу, а не тому, що хтось чи щось говорить мені, що я маю це хотіти, або що більшість людей хочуть цього...» [2, с. 24]. Д. Б'юдженталь визначив наступні ознаки успішного проектування людиною власного життя: – переживання процесу свого буття в цілому, а не окремих видів діяльності, досягнень, матеріальних речей тощо; – усвідомлення процесу власного буття; в центрі такого усвідомлення лежить переживання «внутрішнього почуття»; – цінності набувають ті явища, які раніше здавались особистості малозначущими або неприємними; – особистість та її життєвий шлях не детерміновані зовнішніми обставинами або випадковостями [2, с. 74]. У дослідженнях В. Франкла проблеми проектування людиною життєвого шляху значна увага приділяється проблемам життєвої енергії («внутрішньої напруги») й сенсожиттєвого пошуку особистості. Так, дослідник підкреслив, що на сучасному культурно-історичному етапі розвитку людства індивідуум не має докладати значних зусиль для задоволення базових вітальних потреб. Недостатність життєвих труднощів, відсутність необхідності боротьби з труднощами для задоволення власних потреб зумовлюють у сучасній людині втрату інтересу до життя в цілому, стійке переживання нудьги. За таких умов, за В. Франклом, існування особистості відбувається на низькому рівні життєвої енергії, що зумовлює недостатність внутрішніх ресурсів для проектування власного життя. Становлення у індивідуума чітких уявлень про сенс власного життя є необхідною основою переживання необхідності самореалізації як носія цього сенсу й особистісної відповідальності за процес і результати свого життя. А це, в свою чергу, зумовлює зростання життєвої енергії особистості й становлення необхідних передумов для продуктивної реалізації власного життєвого проекту [11]. На відміну від В. Франкла, І. Ялом зазначив, що у процесі побудови особистістю життєвого шляху рівнозначно проявляються потреби і в напрузі, і в уникненні напруги. Ці потреби характеризують різні стадії життєвого шляху. Слідом за Р. Меєм І. Ялом підкреслив, що процес проектування особистістю власного буття відбувається шляхом постійного взаємопереходу двох етапів. Життєві етапи активної самореалізації сенсожиттєвих когніцій характеризуються чітким усвідомленням життєвих цілей й завдань, які необхідно здійснити у найближчому майбутньому. Під час таких етапів у особистості переважає тенденція прагнення до напруги, за І. Яломом, і екстравертована життєва установка, за Р. Меєм. Водночас на етапах, коли попередні життєві цілі вже реалізовані, а нові ще не визначені, людина переживає потребу в уникненні напруги, нагромадженні й концентрації життєвої енергії, перегляді власних цінностей, постановки чи корекції життєвих цілей, планів і стратегій. Такі етапи життєвого шляху особистості характеризуються переважно інтровертованою життєвою установкою, поглибленням самопізнання й самоаналізу, переоцінкою цінностей і смислів, переосмисленням життєвого досвіду в цілому [13]. Подальший розвиток ідей про нерозривну єдність самопізнання й пізнання особистістю соціуму як основи становлення екзистенцій і проектування життєвого шляху людини представлений у дослідженнях Е. Дорцен і А. Ленгле. Так, згідно з Е. Дорцен, становлення особистісного й соціального світу людини відбувається шляхом її зустрічі зі світом, а крізь світ – з самою собою. Основними вимірами проектування життєвого шляху особистості, згідно з дослідницею, є фізичний, соціальний, психо-логічний (особистісний) і духовний (надособистісний) [3]. Основною метою проектування й реалізації основних екзистенцій особистості у різних модусах її життєдіяльності, згідно з А. Ленгле, є життя людини у світі соціальних взаємин, яке вона буде сама. Базовими екзистенціалами такого життя, згідно з дослідницею, є сенс життя, особистісна свобода і відповідальність. Становлення цих екзистенціалів відбувається в нерозривній єдності: розкриття свободи й відповідальності особистості відбувається в осмислено прийнятих нею життєвих рішеннях [6]. На думку А. Ленгле, основними чинниками ускладнення формування екзистенцій

як основи проектування життєвого шляху особистості є надмірна концентрація особистості на своєму минулому, недостатність самопізнання і пізнання власних можливостей і недостатність сенсожиттєвого пошуку. Подолання цих блоків зумовлює активізацію самоздійснення й самореалізації особистості [6]. Згідно з А. Хікліном, продуктивність життєвого шляху особистості залежить від її здатності брати на себе відповідальність за процес і результати власного життя, однак при цьому необхідно уникати крайнощів. Абсолютизація індивідумом своєї безвідповідальності (соціальна позиція «я – жертва долі») або відповідальності (соціальна позиція «я відповідальний за все на світі») є малопродуктивною [16]. Здійснений аналіз літературних джерел дає можливість констатувати, що у працях представників екзистенційного підходу з проблеми проектування життєвого шляху особистості значна увага приділяється дослідженню проблеми сенсожиттєвого пошуку особистості, психологічних особливостей, механізмів і труднощів проектування нею власної унікальної стратегії життєвого шляху в умовах співбуття у соціумі, особистісної свободи й відповідальності як основних механізмів творчого конструювання людиною власного життя, життєвого вибору як одиниці побудови індивідумом власного існування та ін. В умовах сучасної української реальності дослідження зазначених аспектів особистісно-духовного зростання людини має високу актуальність. Проте здійснений аналіз фахової літератури не виявив сучасних досліджень з використання розробок екзистенційної психології для оптимізації особистісного зростання сучасних українців, зокрема, молоді. Адже саме в юнацькому віці та віці дорослості проблеми осмисленого, вільного й відповідально-го проектування власного життєвого шляху набувають виключної значущості. Тому перспективами подальших досліджень даної проблеми виступають теоретичні й особливо практичні аспекти впровадження наявних розробок зі становлення основних екзистенцій особистості у процесі творчого проектування нею власного життя у роботу сучасних практичних психологів.

Лекція 2 . Соціально-психологічна

природа життєвих завдань

та їхні властивості

Що таке “життєве завдання” як психологічне поняття? Дехто з теоретиків говорить про життєве завдання психіки як такої, що полягає у здійсненні адекватної зовнішньому середовищу і внутрішнім станам суб’єкта поведінки й діяльності [Чуприкова, 2007, с. 7]. У такому розумінні завдання ніхто не ставить і спеціально не реалізовує. Воно існує разом із психікою, і його головна мета - адаптація до світу матеріальної та духовної культури, в якому є минуле, теперішнє й потенційне майбутнє та закладені нереалізовані можливості розвитку.

Навряд чи правомірно розглядати завдання як суто зовнішній чинник, що детермінує активність суб’єкта, хоча така тенденція здавна існує в зарубіжній психології. У вітчизняній традиції, пов’язаній з іменами М. Я. Басова, С. Л. Рубінштейна, В. О. Татен- ка, підкреслюються внутрішні джерела активності, а завдання подається як сукупність мети суб’єкта та умов, у яких воно виникло.

Якщо звернутися до історії психології, то спочатку термін “завдання” розглядався в мисленнєвому контексті як комплекс, що схематично антиципує, допомагаючи виникненню “прогалини” в невідомому. За С. Л. Рубінштейном, мислення не зводиться до вирішення вже поставлених, сформульованих завдань. Попередній аналіз проблемної ситуації дає змогу поставити нове завдання. К. Дункер, Дж. Саймон і Г. Шоу, характеризуючи проблемну ситуацію, доводять, що вона виникає, коли в індивіда є мета, але він ще не знає, як її досягнути (див.: [Балл, 2006а, с. 134-135].

У загальній теорії завдань Г. О. Башта завдання є системою, серед компонентів якої, по-перше, виявляється предмет завдання, що перебуває у певному вихідному стані, і, по-друге, вимога завдання, тобто модель потрібного стану цього предмета. Система операцій, за допомогою яких можна вирішити завдання (тобто пе-

рехід предмета з наявного стану в той, що вимагається), має назву способів вирішення завдання. Вирішення стає можливим завдяки існуванню певної сукупності зовнішніх і внутрішніх засобів досягнення результату [там само, с. 160-161].

Коментуючи це визначення з позицій даного персонологічно-го дослідження, слід зауважити, що життєве завдання постає перед особистістю, “вплетеною” у соціокультурний дискурс і готовою до самозмін.

У персонології термін “життєві завдання” набув відповідного статусу завдяки працям А. Адлера, який виділив три найважливіші життєві завдання (працювати, дружити, любити), що визначають життєвий стиль і детермінують можливість конструктивного життя. Як бачимо, всі ці завдання є формами взаємодії, способами особистісного самоздійснення в соціумі. їх постановка і виконання неможливі поза соціальним контекстом, у персонологічному вакуумі.

Крім глобального визначення життя як суцільного завдання, що пропонував свого часу К. Г. Юнг, можливе і визначення особистості як набору завдань. “Людина *par excellence* є твариною, що вирішує завдання, яка не має ніяких інших обдарувань, крім цієї рідкісної дорогоцінної здатності до роботи з множинними образами” [Уилер, 2005, с. 130]. Людина виживає в мінливому соціальному середовищі завдяки власним прогностичним здібностям, оскільки може обмірковувати заздалегідь свої дії і вчинки, перевіряючи їх як способи конструювання нової ідентичності.

Людина ставить перед собою завдання тоді, коли хоче якось структурувати той хаос, яким є для неї власне майбутнє, наповнити його чимось важливим і значущим. Так створюється своєрідна ризик-зона проектів-перспектив, які набувають напруженої векторності в кожному конкретному завданні.

Зовнішніми передумовами оптимального життєвого завдання стають готовність середовища, спроможність оточення допомогти, підтримати, вступити у продуктивний діалог.

І все ж, скільки б ми не намагалися назвати всі зовнішні і внутрішні передумови постановки життєвих завдань, “дух випадковості надає сили й особливого аромату” як сказав би Р. Варт, якби писав на цю тему. Ставити завдання означає

обирати з багатьох варіантів, і таке обрання - не діалектичний момент, а миттєвий контакт між свободою і волею.

Зазвичай життєве завдання має чітку належність і діапазон вживаності в межах конкретного періоду індивідуального життя. Передати власне колись не вирішене завдання, наприклад, своїм учням чи дітям як естафету просто неможливо. Завдання завжди має свій фокус вживаності, тобто в межах уже визначеного діапазону одна людина намагається реалізувати життєве завдання у професійній сфері, а інша - у сім'ї чи у сфері здоров'я. Вже артикульоване завдання може бути відносно відкритим для його подальших редагувань відповідно до зовнішніх і внутрішніх змінних.

У життєвого завдання завжди є свій історичний зміст (воно звідкись виникає, десь у минулому має конкретні корені), актуальне для сьогоденної життєвої ситуації та стану людини значення та майбутня цінність, яку сьогодні важко уявити. Моделюючи майбутнє, людина розгортає проєкції своєї нової бажаної ідентичності через життєві завдання. Проєктів існує більше, ніж завдань, і щоб вони стали завданнями, людина має зважити ймовірність їх реалізації відповідно до сприятливості чи несприятливості соціокультурного контексту, не забувши при цьому про персональну вмотивованість, власну здатність долати перешкоди.

Життєві завдання нерідко стають багатосмысловими, оскільки враховують і власні індивідуальні смисли, і бажання рідних, і потреби професійної громади, і навіть інколи державні інтереси, перспективи розвитку соціуму. Від кількості смислів, об'єднаних в єдиному життєвому завданні, залежить його прихована проблемність. Ця латентна проблемність передбачає різні варіанти реалізації завдань - від шаблонного, стереотипного, побудованого за відомим алгоритмом до зовсім нешаблонного, нового, творчого.

Д. Полкінгхорн вважає, що значення окремої події виникає внаслідок її взаємодії із сюжетом. Самі події ніякого сюжету не задають, і не кожний сюжет підходить до певного набору подій. Щоб виникла усвідомлена структура сюжету, необхідний рух від сюжету до подій, і навпаки. Запропонована структура сюжету порівнюється з реальними подіями і кількаразово переглядається. Тема зводить докупи події, роблячи їх послідовними та взаємопов'язаними частинами історії (див.: [Херманс, 2006-2007, с. 12]).

Що робить той чи інший дискурс історією? На думку И. Брокмейєра і Р. Харре, *неодмінними* умовами слід вважати наявність дійових осіб та сюжету, що еволюціонує в часі. Отже, наратив є найвищим рівнем дискурсу, що може бути представленим не лише в мові, але й у музиці, фільмі, балеті, у певних візуальних видах мистецтва.

У психології особистості головну роль відіграють життєві історії, що розповідаються автором з певних ціннісних, моральних позицій. Кожна історія, кожне оповідання про себе, крім того, мають фабулу і жанр [Брунер, 2005].

Фабула (чи тема) є позачасовим, міфічним, трансцендентним аспектом оповідання. Мається на увазі честолюбна надія, справжня вірність, палке кохання, жага влади та інші ситуації, що претендують на універсальність. Фабулу можна назвати сутністю оповідання, його мораллю, лейтмотивом.

Сюжет (тобто дискурс) втілює фабулу в певному подієвому ряді, розгортає у відповідній мові. Завдяки сюжетові фабула стає розгорнутим оповіданням, а не слоганом чи схемою.

Жанр є формою розповіді, яку людина інколи переповідає як комічну, а інколи - як драматичну. Найбільшого поширення набули такі чотири жанри: трагедія, комедія, любовна історія та сатира.

Фабульно-сюжетно-жанровий вимір нарації впливає на осмислення пережитого, структурування досвіду. Події, які можуть здаватися ніяк не пов'язаними одна з одною, у розповіді про себе якимось раціонально чи ірраціонально поєднуються; елементи, що бачилися незалежними, зливаються в єдине ціле. Вдалий сюжет наче заряджає своєю енергетикою; його динаміка, його плин стимулюють, підхоплюють, підганяють людину, і життєздійснення активізується.

Наративи нерідко відтворюють ті життєві смисли, які виходять далеко за межі якогось окремого життя. Генеративність, тобто прагнення піклуватися про когось чи про щось, що буде пов'язане з життям прийдешніх поколінь, простежується в наративах певної категорії людей. Відповідно до характерної для них моделі символічного безсмертя такі люди впевнені, що вони покликані допомагати іншим, залишити по собі світові щось важливе, що їх переживе.

Для виникнення потреби у створенні нового футурологічного наративу важливо, щоб завдання були своєчасними, тобто відповідали внутрішній логіці побудови себе і зовнішнім очікуванням. Життєва ситуація має буги для особистості складною, невизначеною, містити в собі інтригу, вимагати суттєвих змін у плинні життя.

Таким чином, життєві завдання - це спосіб експлікації життєвих домагань особистості, що виступає як своєрідний персонологічний хронотоп, об'єднуючи в собі психологічний час, простір і сенс.

При постановці контекстуально обумовлених життєвих завдань особистість виразно інтенціюється і стає оповідачем. Перебуваючи в стані нарації, вона створює та ретранслює певні історії, серед яких домінують тексти про власне життя. Кожен наратив є частиною соціально-історичного та індивідуально-психологічного контексту, в якому особистість вибудовує себе і свій життєвий світ. Важливий також і контекст самого оповідання, тобто позиція оповідача, конкретна ситуація породження наративу, наявність певного слухача тощо.

Життєва історія людини зазвичай є не лише описом пройденого життєвого шляху, а й співвідношенням минулого з майбутніми життєвими горизонтами. Саме очікуване майбутнє у вигляді актуальних життєвих завдань забезпечує єдність і цілісність біографії людини.

Однією з найважливіших характеристик життєвих завдань є "сенсовість", ціннісність, відповідність значущим смислам.

Будуючи свій життєвий світ, моделюючи перспективи власного життя, особистість відповідним чином ієрархізує свої інтенції, бажання, наміри. Смыслову сферу особистості утворюють передусім переживання ключових цінностей, що превалюють на даному етапі життя, акумулюючи важливі тенденції вибору напрямку самореалізації.

Сенс певного життєвого етапу виникає з проживання людиною цього етапу. Він нікому не дається безпосередньо, завжди залишаючись не пізнаним до кінця, таким, що потребує від особистості певних зусиль, активного пошуку. Людині доводиться прориватися до власного сенсу через безсенсовість повсякденного існування, доростати до нього. Конструюючи за допомогою життє-

вих завдань новий напрямок життєвого шляху, вона генерує нові сенси.

Сенсові утворення контекстуально обумовлені, включені у різні ситуативні, особистісні, інтерперсональні контексти. Вони не підвладні прямому самоконтролю, довільній вербалізації, безпосереднім впливам як ззовні, так і зсередини. Але опосередковані впливи сучасності, в якій перебуває, яку творить особистість, безумовно, простежуються. Японський, бельгійський чи український життєві контексти, безперечно, є якісно різними, і молода людина, що формує себе в кожній із цих країн сьогодні, по-різному прогнозує власне майбутнє.

У контексті постмодерністського світогляду сенси - це завжди щось невизначене і, відповідно, плинне, змінюване, динамічне. Як підкреслював Ж. Деррида, сенс містить не саме слово, а слово в контексті. Двох абсолютно однакових контекстів не буває, і тому точний сенс будь-якого слова - це завжди щось невизначене і потенційно інше; те, з приводу чого варто вести діалог між кількома співрозмовниками або між автором і читачем. На думку Дж. Брунера, із середини 70-х років ХХ століття відбулося зрушення соціальних наук у бік інтерпретативної позиції, коли сенс стає центральним поняттям, що тлумачить світ.

Отже, життєві завдання відтворюють, екстраполюють, конкретизують значущі й актуальні для особистості сенси. Не проявившись у конкретному життєвому завданні, сенс залишатиметься латентним, недостатньо усвідомленим і, відповідно, недієвим. Лише будучи артикульованим у вигляді першочергового життєвого завдання, сенс надає безпосередньому плинові життя певної спрямованості, динамічності, конструктивності.

Наступна характеристика життєвих завдань - їхня передбачувана результативність, що складається з імовірності бажаного результату і його детермінованості.

Внутрішні і зовнішні умови життєвого завдання передбачають величезну кількість змінних, а результат, який очікується, має високий ступінь невизначеності. Ставлячи перед собою завдання, людина може планувати одне, а отримати зовсім інше, вважаючи, що завдання-таки виконане. В іншому випадку людина щось спланувала й отримала результат, але життєва ситуація під час реаліза-

ції завдання змінилася таким чином, що тепер вона вважає своє завдання невиконаним.

Найбільш результативними слід вважати завдання, що мають відносно високу ймовірність та є оптимально, гнучко детермінованими. Додамо, що за умови високої особистісної значущості, смислової наповненості деякі завдання можуть набувати результативності навіть при низькій стартовій ймовірності.

*Ще один важливий вектор, що визначає специфіку життєвих завдань, - це їхня новизна, кре*Саме нові завдання найбільшою мірою сприяють просуванню особистості вперед у саморозвитку та реалізації власного потенціалу. Завдяки їм життя стає дедалі наповненішим і продуктивнішим. Але творчі завдання завжди є проблемними і нелегкими. Для них характерний дефіцит визначеності. І все ж зріла особистість нечасто ставить перед собою рутинні життєві завдання, які мають чіткий алгоритм вирішення і добре прогнозований результат. Такі несамостійні “напів-завдання” характерні для раннього юнацького чи похилого віку.

Але не завжди висока новизна є однозначно позитивною характеристикою завдань, які людина ставить перед собою. Життєве завдання, що відрізняється несподіваною, необгрунтованою новизною, “провисає” в повітрі, якщо не спирається на набутий досвід. Йому не вистачає більш-менш знайомого чи схожого на знайомий алгоритму, щоб мати шанс втілюватися. До того ж його прогностична сила не є високою. Надмірна оригінальність, з якою інколи підходять до постановки завдань, знижує їхню продуктивність.

Наступний вектор, без якого характеристика життєвих завдань не була б повною,- це вектор адекватності. Адекватність (яку використовуємо, спираючись на дослідження В. Е. Чудновським сенсу життя) передбачає реалістичність завдання та його конструктивність. Реалістичне завдання відповідає, з одного боку, наявним та перспективним умовам життя, а з другого, внутрішнім можливостям людини, що його перед собою ставить. Конструктивність завдання відтворює його позитивний вплив на особистісне самоконституювання [Чудновский, 2006, с. 9].

Життєві завдання мають також характеристику тост і-закритості,
якщо користуватися термінологією
Ю. Козелецького. Під відкритими маються на увазі рішення про-

блем, коли не задані варіанти вирішення. Закриті описуються як прийняття рішення через вибір з наявного переліку альтернатив.

Життя постійно ставить перед людиною ніби відкриті завдання, що передбачають нетипові, оригінальні, індивідуалізовані рішення. Їввряд чи трапляються у повсякденності заздалегідь готові, чіткі варіанти майбутнього рішення. Рідко відразу вимальовується альтернатива з двох варіантів. Частіше ми опиняємося перед віялом численних способів структурувати майбутнє. Інша річ, що під час “дозрівання” планів на майбутнє людині звичайно хочеться звузити первинне віяло життєвих траєкторій до більш конкретних варіантів розгортання подій, тобто перетворити чергове завдання на закрите.

Людині кожного разу потрібно самостійно конструювати для себе смислові критерії, за якими вона порівнюватиме альтернативи. Під час “дозрівання” життєвого завдання ми зупиняємося на все

більш конкретних, реальних альтернативах і, таким чином, спочатку відкривши завдання, тепер робимо його вторинно закритим. Ця нова закритість принципово відрізняється від первинної, заданої ззовні. Вона є суб’єктною, віднайденою самостійно.

Отже, завдання структуруються, змінюючись у діапазоні від повної зовнішньої закритості (коли все диктується незалежними від людини обставинами) чи непомірної зовнішньої відкритості (коли незбагнені можливості заважають кристалізації найголовнішого бажання) через відкритість вибіркову, часткову до завершальної внутрішньої закритості. На цій останній фазі людина вже готова обрати одну з найреальніших і найважливіших для неї альтернатив.

Ще однією значущою характеристикою життєвих завдань енергетична наповненість, енергоємність, що виражається в їхній динамічності та довготривалості.

За критерієм статичності-динамічності життєві завдання (як і педагогічні, про які пише В. М. Чернобровкін) належать до категорії виразно динамічних. Як життєві умови ніколи не перебувають у статиці, так і сама особистість, яка ставить перед собою відповідне завдання, постійно змінюється, розвивається, модифікується. Так і її завдання, що спрямовують на певному етапі життя саморозвиток, постійно уточнюються, коригуються, редагуються.

Додамо, що енергетична наповненість завдань великою мірою залежить від їхньої цінності, тобто від того, наскільки зна-

чуций смисл буде наближено в результаті реалізації певного завдання. Водночас “сенсовість”, ціннісність завдань теж визначається їхньою енергоємністю, як і відкритістю чи адекватністю.

Таким чином, основними характеристиками життєвого завдання, що є рухливими компонентами його ацентрованої, змінюваної, неієрархічної структури, слід вважати змістовність, результативність, новизну, адекватність, ступінь відкритості та енергоємність. “Пульсуюча конфігурація” життєвого завдання (якщо користуватися визначенням ризомної структури М. О. Можейко) передбачає в будь-який момент часу зміну взаємозв’язків між позначеними компонентами. Зрілість полягає в орієнтації на все більше наповнення життя глибоким смислом, і тому особистість наважується на все більш творчі завдання, які завжди є проблемними і нелегкими. Дефіцит визначеності, характерний для творчих завдань, зменшується, коли людині вдається внести уточнення в умови вирішення завдання, докладно дослідити “поле”, на якому вимальовується фігура завдання.

Отже, серед характеристик життєвих завдань слід назвати змістову наповненість, відповідність моделей майбутнього актуальним особистішим сенсам. Екстраполюючи на майбутнє значущі для особистості сенси, життєві завдання великою мірою стають не просто “сенсоносіями”, а й “сенсовідкривачами”.

Щоб перетворитися на “сенсовтілювачів”, завдання мають бути не лише поставленими, а й виконаними, тому ймовірність бажаного результату та його оптимальна, гнучка детермінованість визначають їхню результативність.

Творчий, нерутинний характер життєвих завдань зумовлює їхню новизну, неоднозначний алгоритм вирішення. Надмірна новизна завдань може знижувати їхню продуктивність.

Така характеристика життєвих завдань, як адекватність, передбачає їхню реалістичність (відповідність умовам життя і внутрішнім можливостям людини) та конструктивність (здатність сприяти подальшому особистішому самоконституюванню).

Слід враховувати також таку характеристику життєвих завдань, як відкритість, коли готові варіанти майбутнього рішення не задано. Людині треба самостійно їх конструювати, щоб пізніше обрати одну з найреальніших альтернатив.

передбачуваного читача (текст є читач), а з другого - організація (конструювання) себе і життя відбувається в текстуальній (нарративній) формі (автор є Я-текст). Таким чином, питання про модель життєструктурування (і, відповідно, про завданнєве структурування майбутнього в межах життєструктурування) постає як питання про модель ідеального (передбачуваного) читача Я-тексту, а саме життя може бути розглянуто як комунікація, діалог, рух автора до читача в тексті (автор -Я-текст - Э читач). Як ми побачимо нижче, фігура читача Я-тексту зовсім не обов'язково зводиться до безпосередньої референції (якоїсь конкретної людини, з якою наратор має реальні стосунки), а виступає радше відчуженим максимумом інтерпретаційної можливості.

Категорії діалогічності тексту та його ідеального читача розкриваються передусім за допомогою виокремлення двох моделей текстопородження: моделей закритого (недіалогічного) та відкритого (діалогічного) тексту [Еко, 2007]. Таке виокремлення постає концептуальною відповіддю на питання про роль потенційного читача в процесі конструювання тексту автором.

Закритими пропонується вважати тексти, які складаються, виходячи з уявлень про середньостатистичного, абстрактного адресата в заданому соціальному контексті. Такі тексти явно спрямовані на те, щоб вести читача по заздалегідь визначеній стежці, запланованими ефектами викликаючи в потрібному місці конкретне переживання. Вони структуровані відповідно до жорстких меж певного вихідного проекту та конструюються в системі нікому конкретно не адресованого мовного коду.

Спосіб організації відкритого тексту передбачає дальшу інтерпретацію, тобто містить розроблену модель ідеального читача як структурної складової тексту. Автор тут звертається до читача, здатного оволодіти різноманітними кодами (читача-співавтора), та конструює лабіринтоподібні структури, переплетення множини заплутаних маршрутів.

У контексті проблеми нарративного життєструктурування модель закритого тексту може бути описана таким чином. У закритому автонаративі наратор прописує (фіксує в тексті) та виносить на читача певний проект власного Я, який формулюється мовою характеристик, що, передбачається, є зручними для оцінки. У даному випадку оцінка як забезпечення підтвердження вихідного проекту -

це той відгук, до якого автор хоче “підвести” ідеального читача своєю історією. Саме образ “Я” визначає трек текстуального розгортання життєвої ситуації - єдино можливого життєвого сюжету. Наратор переймається, в першу чергу, питанням про “Я”

це той відгук, до якого автор хоче “підвести” ідеального читача своєю історією. Саме образ “Я” визначає трек текстуального розгортання життєвої ситуації - єдино можливого життєвого сюжету. Наратор переймається, в першу чергу, питанням про “Я” і закидає зовнішньому світові: “Я такий!”, заміщуючи знак питання знаком оклику. Останнє обмежує простір комунікації (простір життєвої ситуації) та призводить до схематизації (сплощення) мови звернення. Співрозмовник у даному випадку перетворюється на формальну фігуру, “відштовхуючись від якої” автор самое гверджується у своєму монолозі, тобто адресат редукується до функції атрибута наявного Я-тексту. У зв’язку з цим будь-яка відповідь іззовні на такий текст, незалежно від інтенцій того, хто відповідає, буде зчитуватися автором як інтегральне “Так” або “Ні” його проєктові, а будь-яка стороння тема, запропонована співрозмовником, буде використовуватися як матеріал (привід) для побудови наступного фрагмента того ж самого закритого Я-тексту. Співрозмовник у такій ситуації не виникає в просторі автора як самостійний текст і не має шансів бути почутим. Таким чином, закритий автонаратив є ні до кого не зверненим, монологічним, він не залишає простору для життєструктурування.

Окремо слід зупинитися на фігурі ідеального читача закритого автонаративу, оскільки саме вона визначає структуру Я-тексту і, в кінцевому підсумку, модель життєструктурування. Наратор тут “звертається” до абстрактного, спрощеного (формального) читача (до того, хто існує в комунікативному просторі лише номінально, кого він не чує і не прагне зрозуміти), що зумовлює примітивізацію самого текстуального Я-проєкту. Не виходячи у своєму життєвому конструюванні за межі системи наявного “Я” (готового автонаративу), автор визначає цю систему максимальною, а будь-якого читача - вписаним у неї, тобто задалегідь меншим, таким, що вкладається в межі наявного. Конструювання “зрозумілого” Я-тексту для такого міні-читача з необхідністю спричиняє схематизацію, а винесення його, тексту, назовні тягне за собою прагнення відповідати озвученому, внаслідок чого наратор опиняється під сугестивним тиском текстуального конструкту, що постійно спрощується, іншою площиною, в якій реалізується “вписаність” читача в наявну систему автора, є те, що, покладаючи себе причетним до одного з полюсів бінарно-опозиційної ідентифікаційної моделі, наратор ав-

томатично локалізує співрозмовника нижче за себе на опозиційному континуумі.

“Привласнення” позитивного полюса шляхом атрибутування призводить до неможливості розташувати іншого інакше, що прирівнюється до протиставлення незалежно від масштабу кількісного розриву. Останнє визначає інтегральну кон-

томатично локалізує співрозмовника нижче за себе на опозиційному континуумі. “Привласнення” позитивного полюса шляхом ат-рибутування призводить до неможливості розташувати іншого інакше, що прирівнюється до протиставлення незалежно від масштабу кількісного розриву. Останнє визначає інтегральну конфронтаційність описаної моделі та підсилює ефект “відсутності” читача через зверхне до нього ставлення (читач є незначущим).

Таким чином, закритий автонаратив містить у власній структурі механізм стискання життєвого простору через зосередженість на формально-атрибутивному способі життєструктурування та самоізоляцію актуальної системи “Я” від зовнішніх джерел зміни, усунення від життєвого діалогу. За назву такої недіалогічної моделі життєструктурування ми пропонуємо позначення “Недіалог: Я”.

Центральним у контексті проблеми динамічного життєструктурування є питання про те, яка наративна організація автора відповідає моделі ідеального читача відкритого, діалогічного тексту. Передбачення і введення в текст життя читача насправді є допущенням причетності (через розуміння) Іншого до всього простору авгонаративу. Читач діалогічного тексту є принципово непізнаваним до кінця - кимось іншим, відмінним від Я, але здатним зрозуміти у всій повноті, а отже - більшим невідомим. Інакше кажучи, читач може бути співвіднесеним з Я-потенційним, з якого вилучене “Я” (як претензія на привласнення) і в якому залишено спрямованість назовні, незавершеність. За наявності в структурі тексту читача автор не лише говорить - він прислухається до когось (чогось), кому (чому) делегує відповідь, а індивідуальне життя стає діалогом.

Ідеального читача відкритого тексту можна тлумачити як спроектовану назовні множину мовних (культурних) кодів, доступних авторові. Така проекція обов'язково буде містити не лише ситуативно наявну, але й усі *МОЖЛИВІ* до породження даною множиною структури, а також можливості оволодіння новими кодами, які вона, множина, відкриває.

Визначення можливості як невідомої території немислиме через змістовні орієнтири, значення “шуканого” перебирає на себе сам пошук або ж абсолютний, принципово позаатрибутивний, який поєднує в собі усі можливі опозиції, що робить його безмежним і неможливим для привласнення. Необмеженість тут досягається за

рахунок перетворення кількісної опозиції (із верхньою та нижньою межами) в якісні альтернативи. Вертикальна (централізована) організація поступається горизонтальній (ацентричній), що можливо лише тоді, коли немає фіксованого центру; центр задає

рахунок перетворення кількісної опозиції (із верхньою та нижньою межами) в якісні альтернативи. Вертикальна (централізована) організація поступається горизонтальній (ацентричній), що можливо лише тоді, коли немає фіксованого центру; центр задає субординацію і межу. Саме звільненість актуальної конструкції від жорстко фіксованого центру і уможливорює завжди-покладання метасистеми за межами наявності.

Разом з тим відкритість тексту як його необмеженість зовсім не синонімічна його відкритості в нескінченність, або індиферентності. Як зазначає У. Еко, “твір є відкритим, доки він залишається твором, за цією межею ми стикаємося з відкритістю як шумом”; необхідним є поле, “яке перетворює те чи інше співвідношення в акт комунікації та не зводить цей зв’язок до рівня абсурдного діалогу між знаком, який вже припинив бути знаком та перетворився на шум, і сприйманням, яке припинило бути сприйманням і перетворилося на соліпсичну нісенітницю” [Еко, 2004, с. 64-65].

Текст автонаративу видається нам відкритим настільки, наскільки широку територію автору вдається утримувати в якості ще не вписаної, вільної, актуально можливої, не підкоряючи її наявному досвідові. Принциповим тут постає питання про те, наскільки автор готовий “призупинити свою недовіру” невідомому, або, говорячи мовою семіотики, “взяти екстенціонали в дужки” - допустити щось тимчасово як таке, що нікуди не вписується, не має актуального пояснення, але знайде своє пояснення (місце, призначення) у майбутньому [Еко, 2007, с. 35].

Ми схильні пов’язувати подібну готовність до допущення із зусиллям, и спрямованим на подолання влади наявного тексту (як такого, що означає) над зовнішньою предметністю (означуваним), або ж - влади досвіду над можливістю, відомого над невідомим. При цьому, на наш погляд, здатність чинити опір “сугестивним можливостям наративну”, які, на думку І. Брокмейєра та Р. Харе, виступають визначальною рисою даної форми дискурсу, бере свій початок в особистій йому непокорі - в опорі власному автонаративу. Такий опір і складає зміст зусилля по утриманню території можливості. Оскільки “авторитарний характер представлення наративом свого бачення реальності часто досягається за рахунок затемнення більшої частини цієї самої реальності, наприклад, заборони, ігнорування або пригнічення альтернативних або дисидент-

ських голосів”, допущення чогось або когось іншого впирається в допущення “себе самого як *ІНШОГО*” - себе-відмінного, такого, що долає “повсюдність розповідних ліній як принципів організації дискурсу” [Брокмейєр, 2000].

ських голосів”, допущення чогось або когось іншого впирається в допущення “себе самого як іншого” - себе-відмінного, такого, що долає “повсюдність розповідних ліній як принципів організації дискурсу” [Брокмейер, 2000].

На окрему увагу заслуговує питання про те, яким чином положення про конструювання відкритого автонаративу як вияву динамічного життеструктурування співвідносяться з ідеєю інтеграції життєвого досвіду і структуруванням майбутнього, і яке місце посідає в цьому процесі сама людина. Розгляд самоздійснення як зусилля опору готовому тексту передбачає не відмову від досвіду, а утримання його інтерпретації на найвищому рівні тонкості за рахунок не сплюснення інтерпретативного коду - не переведення його на мову макроструктур (крупних інтерпретативних блоків). Таке укрупнення необхідно відбувається як результат оцінки ситуацій минулого досвіду і себе в них, редукування їх змісту до критеріально відповідного. У вигляді мірила критеріальної оцінки досвід є інструментом влади минулого над майбутнім - інструментом регламентації та захисту від трансформації. Зв'язний текст виступає, по суті, монолітом, що пов'язує елементи у неперервну лінію. Якщо ж при цьому розглядати кожен подію як сингулярність, унікальну ситуативну конфігурацію елементів, таку, “що не є виписуваною” в своїй повноті, то будь-який текст буде плоскішим за переживання, а можливість пережити (“скласти з елементів”) щось нове буде, відповідно, визначатися не лише багатством і збагаченням елементів, але й їх станом актуальної звільненості від готових зв'язків (дрібністю деталей).

Інакше кажучи, досвід працює саме в “розібраному” вигляді, хоча його зберігання може передбачати “компактні форми” означення. Покликані виконувати функцію зачіпок, маркерів початку нового процесу конструювання, зв'язні тексти (наративи) через свою сугестивність вимагають чималого ресурсу для подолання їхньої закритості та монолітності і приведення у стан “робочого столу” для актуальної можливості. Згадуване зусилля забезпечує кожного-разу-розгортання імен процесів у самі процеси, унаслідок чого відбувається повернення імен у контексти їх формулювання і обмеження їхньої експансії через привласнення їм статусу операціональних. Місце нового переживання залишається незайнятим (не-

названим), що дає йому змогу відбутися та відкриває досвідіві як мові читання можливості для самозбагачення і ускладнення.

названим), що дає йому змогу відбутися та відкриває досвідіві як мові читання можливості для самозбагачення і ускладнення.

Отже, володіння іменами унеможливорює актуальну процесуальну включеність у змісти. Славнозвісне “бути собою” - переживання автентичності, що породжує концептуальні схеми, переживається і відбувається (здійснюється) лише за межами останніх, що приводить до розуміння “Я” як ризому, коли “Я як іменник” (стабільний і відносно фіксований) переходить у “Я як дієслово” - завжди процесуальне, таке, що оформлюється в процесі через говоріння” [Davies et al., 2004].

Відповідну специфіку життєструктурування вдало ілюструє диференціація текстів на повідомлення, що мають специфічно ре- ференційне призначення, і тексти “власне як тексти” [Еко, 2007, с. 23-25].

У першому випадку “Я” і “Ти” в тексті (як займенники відправника й адресата, відповідно) вказують на двох конкретних емпіричних суб’єктів комунікації, а конструювання і читання такого тексту передбачає наведення та отримання інформації про автора. У цьому розумінні будь-який закритий автонаратив є референцій- ним текстом, а комунікація в його межах передбачає реалізацію на суто міжособистісному рівні, з тим лише зауваженням, що “Ти”, як було показано вище, тут редукується до атрибуту “Я”, що знаходить своє відображення в реальній міжособистісній комунікації (точніше - відсутності в ній діалогу і наявності вертикалі підпорядкування).

Так само розгляд тексту “власне як тексту” відсилає до ситуації, де відправник і адресат присутні лише як “актантні ролі”, тобто постають як текстові стратегії, інструменти для актуалізації потенційного змісту тексту, який завдяки своїй потенційності може бути співвіднесеним із предметом пошуку у випадку відкритого автонаративу. “Я” в межах відповідного тексту промовляється автором з метою виклику до життя (виклику “духу”) читача, запрошення його до співпраці. Автор відкритого автонаративу не лише не претендує, на “володіння” текстом - на авторство, але й переживає себе як інструмент його проговорення (прописування). Діалогічність (відкритість) автонаративу також неодмінно відбивається і на рівні міжособистісної комунікації. Людині, життєвий простір якої не організовується вертикально - кількісно (не підпорядкову-

ється бінарно-опозиційним континуумам), не погрібно перетворювати Іншого на атрибут власної спроможності, так само, як не потрібно оцінювати його за визначеними параметрами. Допущення невідомого допускає в ньому й Іншого/інше - для нього з’являється місце. Діалогічність автонаративу переводить комунікацію в горизонтальну

ється бінарно-опозиційним континуумам), не погрібно перетворювати Іншого на атрибут власної спроможності, так само, як не потрібно оцінювати його за визначеними параметрами. Допущення невідомого допускає в ньому й Іншого/інше - для нього з'являється місце. Діалогічність автонаративу переводить комунікацію в горизонтальну - якісну - площину (площину варіативності і рівноцінності альтернатив щодо невідомого), де реальне емпіричне "Ти", так само як і "Я", розчиняється в предметі діалогу, залишаючись лише у вигляді актантної ролі - текстової стратегії, інструменту актуалізації потенційного змісту. На нашу думку, цей вимір проблеми є перспективним, і заслуговує на окреме цілеспрямоване дослідження.

Виходячи з наведених положень, можна підсумувати, що у випадку відкритого автонаративу ідеальний читач може бути співвіднесеним із максимумом інтерпретативної можливості автора, а сам відкритий текст являє собою співакт пошуку. "Написання" (конструювання) відкритого автонаративу відбувається за принципом "читання" або "слухання" ("вчування в можливість"), через що він уже не є автонаративом, або навіть власне наративом, оскільки автор такого Я-тексту говорить не про себе та не розповідає - він веде діалог з можливістю та, в першу чергу, запитує.

Розгляд зусилля на утримання "території можливості" та опір сугестивному тиску наративу як критерій диференціації відкритих і закритих моделей самоздійснення вимагає також виокремлення та опису особливого способу закритого наративного житгеструктурування, який можна назвати перебуванням у межах "запозиченого автонаративу". Ця модель не вкладається в дихотомію "відкриті - закриті Я-тексти", оскільки наратор в її межах виступає автором не Я-тексту, а власного монологу про Іншого, який сприймає як монолог Іншого. Ми окремо зупиняємося на цій моделі, оскільки, як буде показано нижче, постановка життєвих завдань в її межах набуває специфічних форм, які якісно відрізняються від постановки життєвих завдань у межах як відкритого, так і звичайного закритого автонаративу.

Ідеться про таке самоздійснення, за якого простір комунікативної (життєвої) ситуації обмежується не наявним проектом Я, як це відбувається у звичайному закритому авгонаративі, а за рахунок

заміщення такого проекту певним Він/Вона-текстом. Центрація

простору в цьому випадку відбувається за аналогічними механізмами, але навколо фігури Іншого. Носій такої моделі житгеструктурування втікає з власної життєвої ситуації (відмовляється бути в ній присутнім, розгортати її в історію) і переміщується у віртуальний простір чужого життя, де героєм є Інший. Він делегує авторство певній

простору в цьому випадку відбувається за аналогічними механізмами, але навколо фігури Іншого. Носій такої моделі життеструктурування втікає з власної життєвої ситуації (відмовляється бути в ній присутнім, розгортати її в історію) і переміщується у віртуальний простір чужого життя, де героєм є Інший. Він делегує авторство певній кінцевій визначеності, втіленій у конкретній емпіричній фігурі, - живе кимось, грає в когось, але не наважується відкрито привласнити собі його характеристики.

Результатом цієї гри є така сама бінарно-опозиційна організація життєвого простору, яку ми спостерігаємо в закритому Я- тексті, з тією лише різницею, що замість “Я” в цьому випадку втіленням позитивного полюса проголошується кумир або герой, а “Я”, розчиняючись у ньому, переживається як опосередковано причетне до цього полюса.

Суб’єктивним критерієм міри причетності до ідеалу в такій моделі є “любов до кумира, відданість йому, справжнє його розуміння¹, підтвердженням яких є компетентність, обізнаність, включеність - знання найдрібніших деталей простору його/Ї життя. Оскільки чужий життєвий простір завжди має чітко окреслену межу, автор запозиченого автонаративу розгортає історію героя вглиб, імітуючи трансформацію життєвого простору через її деталізацію. Найтонші подробиці покликані заповнити собою прогалини, які начебто “відділяють” “Я” від кумира, не дають повністю з ним злитися, стати ним/нею. Наратор у запозиченому автонаративі сприймає себе як “абсолютного читача” (так само як автор звичайного закритого автонаративу вважає себе “абсолютним автором”). При цьому текст, безумовно, є породженням шанувальника (похідною його інтерпретативних можливостей) і може бути як завгодно далеким від реального життя й особистості ідеалізованого кумира. Останній є лише зручною фігурою для перенесення атрибутів, якими, безперечно, прагне володіти (і, зрештою, опосередковано володіє) сам автор, але “ховається” за героєм, підставляючи його життя замість себе. Автор лише користується простором чужого світу і сценарієм успішного в ньому життя. Він вирішує питання про “Я” в такий самий спосіб, як це робить автор закритого Я- тексту, але, на відміну від останнього, перший убезпечує себе, говорячи: “Текст не мій і не про мене”, “це не я”. Через таку опосередкованість його текстуальний проект стає фактично невразливим.

У запозиченому автонаративі автор утікає від власного авторства, оскільки не готовий його презентувати і активно захищати в безпосередньому контакті, але це не заважає йому, не вступаючи в реальний контакт, заздалегідь оцінювати інших щодо недосяжного ідеалу, найближчим до якого є він сам. Таким чином, відмінність цього

У запозиченому автонаративі автор утікає від власного авторства, оскільки не готовий його презентувати і активно захищати в безпосередньому контакті, але це не заважає йому, не вступаючи в реальний контакт, заздалегідь оцінювати інших щодо недосяжного ідеалу, найближчим до якого є він сам. Таким чином, відмінність цього різновиду закритого автонаративу від звичайного полягає у введенні на опозиційному континуумі точки недосяжного максимуму, найближчою до якої визначеністю покладається сам автор, а далі (аналогічно до закритого автонаративу в цілому) розташовуються всі інші, що призводить не лише до повної відсутності будь-якого читача у відповідному тексті, але й відсутності в ньому автора - автор залишається прихованим навіть для себе. Якщо у звичайному закритому автонаративі автор промовляє “Я”, маючи на увазі “Він” - “герой” (“Я в третій особі”), а будь-яке “Ти” є вписаним у систему “Я”, то перша особа автора запозиченого автонаративу ховається за кумиром, промовляючи “Він”, автор таємно прагне сказати “Я” (“Він у першій особі”), “Я” є вписаним в систему Він/Вона, а будь-яке “Ти” тут зайве-третє. Останнє дає підстави назвати відповідну модель самоздійснення “Недіалог: Він”*.

Як цікаву художню ілюстрацію особливостей конструювання “запозиченого автонаративу” пропонуємо розглянути таке явище сучасної культури споживання медіапродукції, як фенфік. Фенфік (fanfic - fan fiction - фанатська література) є письменницькою субкультурою, яка передбачає, породження текстів за мотивами відомих творів масової культури переважно непрофесійними авторами та без претензії на комерційну публікацію. Фенфік - це субкультура фанатства, що є невід’ємною частиною маскультури в цілому. На відміну від просто споживача (наприклад серіалу) фанат знає безліч закадрових подробиць, що стосуються режисера, акторів, випадків на знімальному майданчику. Занурюючись у деталі того, що відбувається, сприймає перегляд чергової серії не як розвагу, а як видалення із загальної картини альтернативного світу ще однієї білої плями. Фанат має власну версію подій, що залишилися за ка-

* У відкритому ж тексті і автор, і читач процесуально присутні в тексті у вигляді текстових стратегій; вони відбуваються в тексті, визначають простір, але не фіксуються в ньому, не центрують його. Присутність обох учасників діалогу і уможлиблює його розгортання.

дром, веде штерпретативну гру, яка дає йому можливість проєкувати хвилюючі особисті та соціальні проблеми на вигаданий світ, так зручно створений іншими людьми. Там, де такі інтерпретації набувають письмової форми, починається фенфік [Горалик, 2003].

дром, веде штерпретативну гру, яка дає йому можливість проєкувати хвилюючі особисті та соціальні проблеми на вигаданий світ, так зручно створений іншими людьми. Там, де такі інтерпретації набувають письмової форми, починається фенфік [Горалик, 2003].

Отже, як і в запозиченому автонаративі, при конструюванні тексту типу “фенфік” ідеться про “розроблення” готового віртуального світу. Багато елементів фенфікерської субкультури разом з їхніми сленговими назвами можуть бути зіставлені з компонентами запозиченого автонаративу не лише в метафоричному сенсі, що розкриває широкий простір для реконтекстуалізації елементів фенфіку.

Таким чином, на новому етапі теоретичного синтезу було виокремлено й описано дві інтегральних моделі самоздійснення: конструювання відкритого автонаративу (діалогічного, ацентричного) і закритого автонаративу (недіалогічного, центрованого на фігурі “Я”). Як окремі специфічний підвид закритого автонаративу було описано модель самоздійснення в межах запозиченого автонаративу (недіалогічного центрованого на фігурі “Я” опосередковано через фігуру “Він”/“Вона”).

Далі ми зупинимось на тому, яке місце займають життєві завдання в межах кожної з описаних моделей самоздійснення, яку роль вони відіграють і про які інтегральні способи їх постановки можна говорити у зв'язку з цим.

Життєві завдання в межах відкритого, закритого і запозиченого автонаративів. Для того щоб зрозуміти, як має бути переосмислена проблема постановки життєвих завдань у світлі виокремлення відкритої, закритої і запозиченої моделей життєструктурування та визначити, яких форм набуватиме постановка життєвих завдань у межах кожної з наведених моделей, слід звернутися до питання про те, як трансформується в їхніх межах зміст події як одиниці життєструктурування. У світлі висунення положень про відкритий та закритий автонаративі проблематизується сам концепт події.

Розгляньмо елементи закритого автонаративу. Прямим наслідком такої моделі самоздійснення стає споживацьке ставлення

автора до власного життя, перетворення його на “сюжетний матеріал”. Оскільки предметом закритого тексту (на відміну від теми,

що заявляється), завжди залишається його автор, а компоненти тексту, незалежно від нарративної компетентності та ерудованості на- рагора, є лише витратним матеріалом, все те, що могло б стати полями (відкриттями зустрічами переживаннями) позначити

що заявляється), завжди залишається його автор, а компоненти тексту, незалежно від нарративної компетентності та ерудованості на- рагора, є лише витратним матеріалом, усе те, що могло б стати подіями (відкриттями, зустрічами, переживаннями), позначити та наповнити собою простір життя і “Я”, ще до того, як відбутися, “спресовується” автором і “підтягується до межі” його імен як важка артилерія. Останнє призводить до того, що наратор змушений вести безперервну оборону меж, кордонів наявного “Я”, що складається з таких імен. Він захищає контур, як йому здається, певної форми, але реально опиняється на нескінченній розподільчій смузі, що перетворює його життя на бінарну опозицію з постійним ризиком опинитися “по той бік”.

Таким чином, будь-яка подія майбутнього незалежно від того, у чому вбачається її фактичний зміст (незалежно від її конкретного формулювання), може бути використана як атрибут наявного Я-проекту в межах закритого автонаративу. Закритий автонаратив,

по сугі, спростовує зміст будь-якої події, залишаючи за нею лише атрибутивну функцію.

Разом з тим будь-який заданий у часі та просторі зміст є статичною проекцією наявності в даній точці на майбутнє - експансією досвіду щодо можливості невідомої ситуації майбутнього. І чим ширшим буде досвід, тим більш привабливу пояснювальну модель він запропонує, тим більшою мірою він буде претендувати на пояснення будь-якої ситуації як відомої (на виключення можливостей, які він не охоплює), тим більшим буде тиск з його боку. Ускладнення досвіду (збагачення інтерпретативних (мовних, культурних) кодів) та породження більш складного конструкту вимагають від особистості пропорційно сильнішого опору його прагненню зафіксуватися в наявних смислових зв'язках, пропорційно більшого зусилля для утримання його елементів у відкритому для нових зв'язків стані. Конфігураційні можливості багатого досвіду спокушають того, хто має до нього доступ, побудувати “красивий” складний конструкт і назватися його ім'ям. Принциповим є те, що в такому випадку у відкритій і закритій моделях життєструктуру- вання елементи можуть бути одні й ті самі - уся справа в тому, є вони конструктом чи конструктором.

Отже, будь-яке завдання, сформульоване в межах закритого автонаративу - це є втілення завдання самопідтвердження - фікса-

ції власної присутності у формі конкретної конфігурації. Подія майбутнього як основа життєвого завдання в закритому автонара- тиві є заздалегідь вписаною у готовий

ції власної присутності у формі конкретної конфігурації. Подія майбутнього як основа життєвого завдання в закритому автонара- тиві є заздалегідь вписаною у готовий конструкт, елементом актуально захищеної межі Я, тобто слугує обмеженню Я в його актуальному статусі.

Чи означає це, що будь-яке конкретно сформульоване завдання на майбутнє буде вказувати на закритий спосіб самоздійс- нення? На нашу думку, проблематизація концепту події полягає якраз у тому, що будь-яка подія може бути елементом як закритого, так і відкритого автонаративу. Людина, яка структурує своє життя у відкритий спосіб, також планує майбутнє і структурує час. Вона може прагнути зробити ті самі речі, які ставить собі за завдання автор закритого Я-тексту. Але чи одна й та сама подія буде відбуватися у цих двох випадках? Більше того, чи в обох випадках те, що відбувається, переживатиметься як подія?

Щоб відповісти на ці запитання, спробуймо з'ясувати, чим є подія майбутнього в контексті переживання життєвого руху. Відомо, що в площині минулого подією стає не будь-який елемент особистого досвіду, а лише той, який був особисто значущим і, у зв'язку з цим, проінтерґіретованим (означеним). Лише той, що згортає у своєму імені якусь важливу життєву ситуацію, яку людина переживала як сповнену смислу, яка мала значення для її життя. Фіксуючи (називаючи) події минулого, людина намагається схопити, утримати (затримати їх у їхньому витіканні у часі) сутність тих ситуацій, в яких вона переживала себе присутньою, живою, вільною, які дали їй змогу пережити осмисленість і життєвий рух. Саме переживання осмисленості і відчуження себе всередині життєвого руху в певних ситуаціях минулого і брак такого переживання в теперішньому змушують нас ностальгувати, пригадувати, прагнути повернутися у відповідну ситуацію минулого. Але за рахунок чого відбувається відчуження осмисленості? Що це за переживання життєвого руху? За чим саме ми сумуємо? У різному віці та настрої для нас сповненими смислу можуть стати принципово різні (а інколи - і протилежні) за своїм фактичним змістом ситуації, які фіксуються у, відповідно, різних подіях. Людина може відчути цей захват, уперше побачивши море, зустрівшись з витвором мистецтва, розмовляючи з близькою за поглядами людиною (сюди ж можна віднести читання), знайшовши під ялинкою несподіваний подарунок, втра-

тивши, відкривши, створивши... При цьому подія характеризується своєю принциповою одиничністю, неповторністю і неможливістю її запрограмувати і спланувати. Скільки б разів ми не поверталися до обставин і умов, відтворити сингулярність ситуації не в наших силах, пережити знайомий смисл у його повноті нам не дано. При спробі

тивши, відкривши, створивши... При цьому подія характеризується своєю принциповою одиничністю, неповторністю і неможливістю її запрограмувати і спланувати. Скільки б разів ми не поверталися до обставин і умов, відтворити сингулярність ситуації не в наших силах, пережити знайомий смисл у його повноті нам не дано. При спробі повернути собі той стан (повернути себе в той процес) ми завжди будемо знаходити лише тіні і сліди чогось, що пішло далі і пішло безповоротно.

Сингулярність та неповторність події (переживання зустрічі зі смислом), а також її звільнення від прив'язки до конкретного змісту дають змогу інтерпретувати подію як сам відрізок життєвого руху - зміну, фрагмент процесу трансформації "Я", а осмисленість тлумачити як стан переживання власної присутності через розчинення в цьому процесі. Ми переживаємо життєвий рух як рух межі життєвого простору, рух межі "Я", як звільнення меж актуальної наявності. Смисл у такій перспективі постає як раптове розширення меж наявності - його вибухоподібне розмикання - перехід у метасистему. При цьому рух цієї межі відбувається назовні - у бік ще невідомого, можливого. Таким чином, будь-яка подія майбутнього - це той самий знак питання, на який, відповідно до моїх прагнень, має розширитися мій життєвий простір, це принципова невідомість, ностальгія за невідомим.

Не важко помітити, що модель закритого автонаративу вирішує питання про присутність автора шляхом, протилежним до того, який ми описали. Вона намагається зафіксувати і захистити наявність, тим самим закриваючись для зміни. Подія як основа будь-якого із життєвих завдань у межах цієї моделі є подією власної безсумнівної (беззаперечної) присутності і, таким чином, позбавляє себе шансу відбутися. Якщо присутність відчувається в русі (зміні, трансформації), то спроба вхопити її через означення має сенс лише в неперервності пошуку найчутливішого імені. Закритий автонаратив - це спроба зафіксувати можливу невідомість в іменах наявності.

Протилежне переживання викликають раптове стискання життєвої ситуації, відсікання частини життєвого простору, відмова в доступі до однієї з його звичних, відомих частин. Таке переживання можна назвати переживанням втрати.

Модель відкритого автонаративу, навпаки, є релевантною щодо функції конструювання семантичної цілісності (щодо змісту самого процесу нарративного життєструктурування), оскільки спрямована на розмикання ситуації наявності - орієнтована на читача як можливість. Подією в цьому контексті буде подія, як ми її визначили вище: подія як трансформація, в якій я відбуваюся. Виокремлення цих двох протилежних подій дає змогу переглянути і тлумачення життєвих завдань як проєкції

Модель відкритого автонаративу, навпаки, є релевантною щодо функції конструювання семантичної цілісності (щодо змісту самого процесу наративного життеструктурування), оскільки спрямована на розмикання ситуації наявності - орієнтована на читача як можливість. Подією в цьому контексті буде подія, як ми її визначили вище: подія як трансформація, в якій я відбуваюся. Виокремлення цих двох протилежних подій дає змогу переглянути і тлумачення життєвих завдань як проекції руху до них. Активність, яка в зовнішньому плані може виглядати як одна і та сама, у межах відкритої і закритої моделей самоздійснення буде “притягуватися” принципово різними подіями - буде присвячена вирішенню двох протилежних завдань.

Таким чином, у світлі озвучених положень питання про життєві завдання повністю переміщується з площини “сутності” у площину “способу”. Важливо не те, які конкретні завдання ми ставимо у своєму житті, - принциповим є те, у який спосіб ми це робимо - яке з двох інтегральних життєвих завдань ми вирішуємо у процесі життеструктурування*. Отже, відповідно до функціональних навантажень на процес життеструктурування інтегральні життєві завдання в найширшому вигляді можуть бути сформульовані як завдання *пошуку* - відкрите (діалогічне) завдання (завдання розширення життєвого простору, подолання межі наявності за рахунок її включеності у модальність можливості) та завдання *фіксації* - закрите (недіалогічне) завдання (завдання як окреслення межі наявності через висування переліку бінарних атрибутів і постулювання власної причетності до одного з полюсів на відміну від іншого). І якщо перше завдання є релевантним функції, що на нього покладена, то друге в самій своїй організації виключає можливість вирішення. Важливим є той момент, що життєве завдання за такої перспективи розгляду вже не є завданням, яке особистість собі ставить у своєму житті, воно скоріше є способом вирішення особистістю завдання жити.

У запозиченому автонаративі наратор, безумовно, також вирішує закрите завдання фіксації. Але в ролі “витратного матеріалу” для запозиченого життєвого сюжету виступають елементи життя

Спосіб (метод) у цьому випадку ототожнюється із самим завданням завдання є спосіб його постановки.

героя. Подією тут, по суті, стає недосяжне злиття з кумиром (замість “безперечності і безсумнівності” Я-проекту, з’являється “нарешті повне володіння” проектом життя кумира). Автор запозиченого автонаративу, як і автор закритого автонаративу взагалі, хоче зафіксуватися у певному тексті, хоче стати кимось конкретно, але на відміну від останнього, він прагне зробити це в просторі чужого життя.

героя. Подією тут, по суті, стає недосяжне злиття з кумиром (замість “безперечності і безсумнівності” Я-проекту, з’являється “нарешті повне володіння” проектом життя кумира). Автор запозиченого автонаративу, як і автор закритого автонаративу взагалі, хоче зафіксуватися у певному тексті, хоче стати кимось конкретно, але на відміну від останнього, він прагне зробити це в просторі чужого життя.

Ця модель значно меншою мірою відповідає реальним динамічним умовам життя її носія, порівняно з моделлю звичайного закритого автонаративу, оскільки наратор, незважаючи на те, що він дуже активно оперує деталями життя кумира, занурюючись у найтонші нюанси, залишається в обмеженому просторі власного тексту про нього, який до того ж обмежується конкретністю “всесвіту” героя. Автор запозиченого автонаративу навіть не намагається нав’язати текст власному життю, він сам переселяється у простір Іншого.

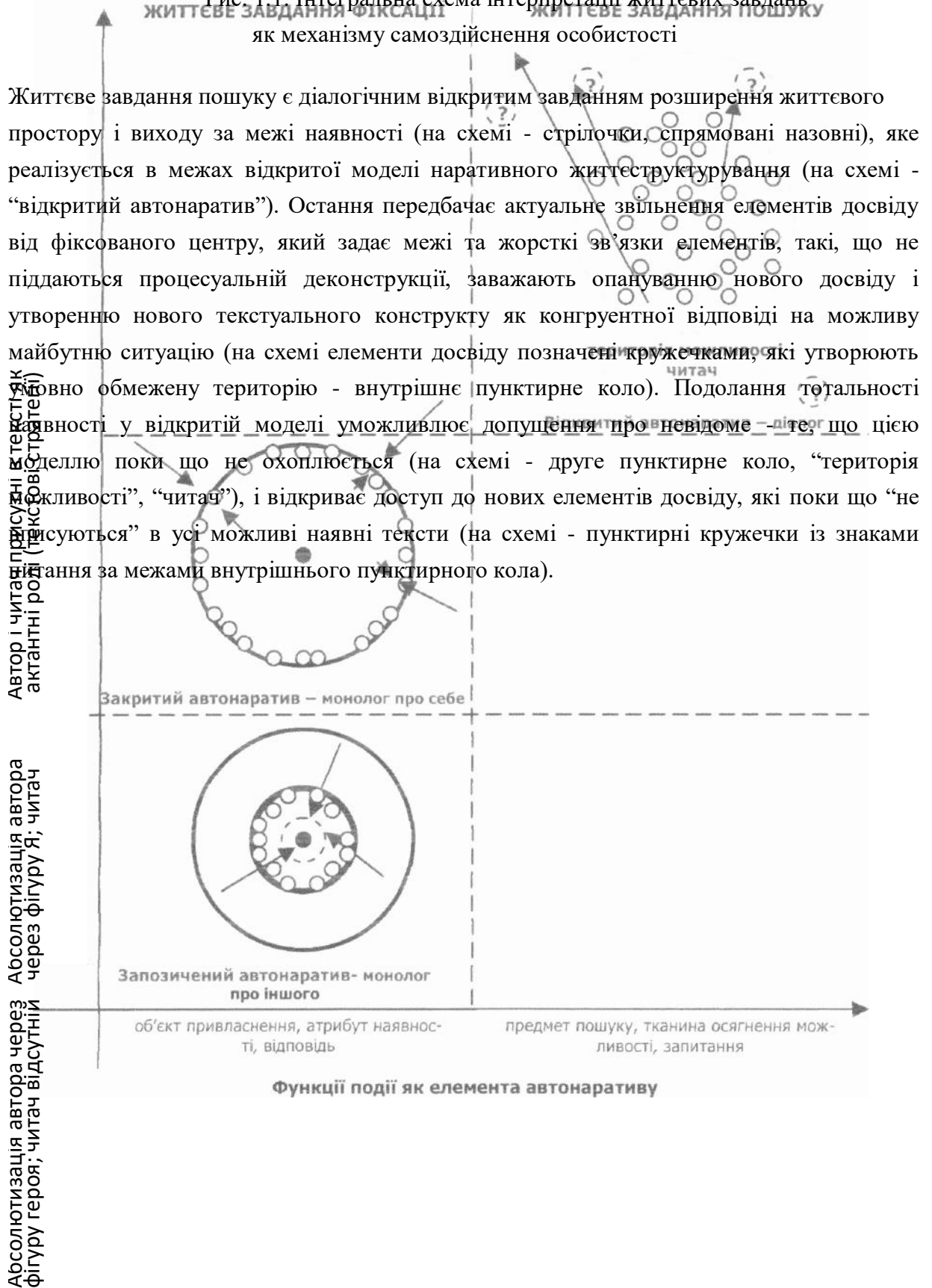
Конкретні кроки до такої події “злиття”, або “остаточного переселення”, реалізуються як завдання заповнення прогалин у знанні про героя, і, як уже зазначалося, відповідний простір розширюється вглиб (усередину). Завжди залишається рівень подробиць, на якому ще не все заповнено, завжди є місце для віртуального руху. Будь-які реальні обставини і умови свого життя такий наратор “перекладає” мовою життя героя, реконтекстуалізує, переносить у його всесвіт. При цьому в його реальній життєвій ситуації і за його участю нічого не відбувається - вона завмирає.

Як підсумок пропонуємо інтегральну схему (рис. 1.1), на якій позначено співвідношення моделей наративного самоздійснення (відкритий, закритий і запозичений автонаративи), критеріїв їх ви-окремлення та найбільш загальних життєвих завдань які вирішуються в їхніх межах. Спираючись на цю схему, ще раз узагальними основні змістовні моменти.

&

Ця схема разом з описами, що її супроводжують, також може бути розглянута як відповідь на запитання про те, яким чином життєві завдання (у двох своїх найбільш загальних способах постановки) визначають моделі наративного самоздійснення, що відбивається в її назві.

Рис. 1.1. Інтегральна схема інтерпретації життєвих завдань як механізму самодійснення особистості



Життєве завдання пошуку є діалогічним відкритим завданням розширення життєвого простору і виходу за межі наявності (на схемі - стрілочки, спрямовані назовні), яке реалізується в межах відкритої моделі нарративного життєструктурування (на схемі - "відкритий автонаратив"). Остання передбачає актуальне звільнення елементів досвіду від фіксованого центру, який задає межі та жорсткі зв'язки елементів, такі, що не піддаються процесуальній деконструкції, заважають опануванню нового досвіду і утворенню нового текстуального конструкту як конгруентної відповіді на можливу майбутню ситуацію (на схемі елементи досвіду позначені кружечками, які утворюють умовно обмежену територію - внутрішнє пунктирне коло). Подолання тотальності наявності у відкритій моделі уможливило допущення про невідоме - те, що цією моделлю поки що не охоплюється (на схемі - друге пунктирне коло, "територія можливості", "читає"), і відкриває доступ до нових елементів досвіду, які поки що "не вписуються" в усі можливі наявні тексти (на схемі - пунктирні кружечки із знаками питання за межами внутрішнього пунктирного кола).

Життєве завдання пошуку є одночасно невідомим і однозначно визначеним унікальною повнотою наявного змісту. Отже, воно мінімально залежить від конкретних форм зовнішньої ситуації та її непередбачуваних змін - воно завжди "знаходить форму", його реалізація є можливою.

Життєве завдання фіксації є недіалогічним закритим завданням окреслення і відстоювання меж наявності. Воно реалізується у вигляді моделей нарративного самоздійснення, які передбачають конструювання закритого і запозиченого автонаративу. Спільними для цих двох моделей (див. рис. 1.1) є їхня центрованість на конкретній емпіричній фігурі (на схемі - чорне коло в центрі для обох моделей), чітке обмеження життєвої ситуації та формально- атрибутивна ієрархічна вертикальна організація елементів досвіду у вигляді категоричної аксіологічної бінарно-опозиційної конструкції, причетність до позитивного полюса якої постулюється автором (на схемі - зовнішнє суцільне коло для закритого автонаративу і внутрішнє суцільне коло для запозиченого автонаративу, де елементи досвіду, позначені кружечками, виступаючи атрибутами, утворюють межу).

Особливість закритого автонаративу полягає в тому, що він прямо фіксується на фігурі автора (на фігурі "Я") і є конструюванням Я-тексту безпосередньо з елементів власного досвіду, який протиставляється всьому, що залишається поза його межею, захищається від нього (на схемі - захист (стрілочки всередині кола, спрямовані назовні) "Я" (чорного кружечка) від зовнішніх джерел сумніву (стрілочки поза колом, спрямовані на межу)

Особливість закритого автонаративу полягає в тому, що він прямо фіксується на фігурі автора (на фігурі “Я”) і є конструюванням Я-тексту безпосередньо з елементів власного досвіду, який протиставляється всьому, що залишається поза його межею, захищається від нього (на схемі - захист (стрілочки всередині кола, спрямовані назовні) “Я” (чорного кружечка) від зовнішніх джерел сумніву (стрілочки поза колом, спрямовані на межу) через висування і захист Я-проекту (зовнішнє суцільне коло, що утворено ат-рибутованими елементами досвіду). Таким чином, життєве завдання фіксації набуває тут форми фіксації-захисту.

Незважаючи на те, що завдання фіксації захисту принципово неможливі для реалізації, відповідна модель самоздійенення завдяки активності, яку вона породжує, часто є соціально схвалюваною. Саме атрибути особистої успішності, що визнаються соціальним оточенням, найчастіше експлуатуються як захист, тому ця модель не заходить у пряму суперечність із життєвою ситуацією, достатню для її деконструкції.

Запозичений текст також вирізняється опосередкованістю фіксації на фігурі автора (на схемі - внутрішнє пунктирне коло навколо чорного кружечка) через висування замісної фігури кумира і конструювання Він/Вона-тексту (на схемі - чорне коло в центрі). Автор у такій моделі тікає (на схемі - стрілочки, спрямовані всередину) з власної життєвої ситуації (на схемі - зовнішнє суцільне коло) у віртуальний світ чужого життя (на схемі - внутрішнє суцільне коло). Через таке опосередкування простір життєвої ситуації наратора виявляється обмеженим двічі - інтерпретативними межами автора, які внаслідок нерелфлексивності “працюють самі собою”, утворюючи латентний конструкт (на схемі - зовнішнє суцільне коло), та виписаним у цих інтерпретативних межах простором Він/Вона-життя, у термінах елементів якого вибудовується явний бінарно-опозиційний конструкт (внутрішнє суцільне коло, утворене атрибутивними елементами власних інтерпретацій чужого досвіду).

Відповідне життєве завдання фіксації може бути конкретизоване як життєве завдання фіксації-злиття (або фіксації-переселення). Завдання фіксації-переселення є очевидно неможливим