

Волинський національний університет імені Лесі Українки

Факультет психології та соціології

Кафедра загальної і соціальної психології та соціології

Оксана Кихтюк

**ЛАБОРАТОРНИЙ ПРАКТИКУМ: ЗАГАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ.
МОТИВАЦІЯ ТА ЕМОЦІЇ**

Методичні рекомендації

Луцьк – 2021

УДК159.924
П-12

Рекомендовано до друку науково-методичною радою
Волинського національного університету імені Лесі Українки
(Протокол № 5 від 27 . 01. 2021 року)

Укладач:

Кихтюк О.В. - кандидат психологічних наук, доцент кафедри загальної і соціальної психології та соціології Волинського національного університету імені Лесі Українки.

Рецензенти:

Кульчицька А. В., кандидат психологічних наук, доцент кафедри вікової та педагогічної психології Волинського національного університету імені Лесі Українки

Пастрик Т. В. , кандидат психологічних наук, директор Волинського медичного інституту

Кихтюк О. В.

Лабораторний практикум: загальна психологія. мотивація та емоції. Методичні рекомендації /Оксана Василівна Кихтюк. – Луцьк : Вид-во Волинський національний університет , 2021. –20 с.

У виданні вміщено матеріали щодо самостійної підготовки та написання лабораторних занять, опис тематики, інструментарію, мети виконання лабораторних робіт. У виданні подано питання до підсумкового контролю, головний понятійний ряд, список рекомендованої літератури.

Для студентів освітнього ступеня «бакалавр» спеціальності 053 «Психологія» денної та заочної форми навчання.

УДК159.946.3:376(073)
П-12

© Кихтюк О. В., 2021
© Волинський національний
університету імені Лесі Українки, 2021

ЗМІСТ

Вступ.....	4
1. Опис навчальної дисципліни.....	4
2. Анотація курсу.....	4
3. Перелік тем лабораторних занять.....	5
4. Питання до підсумкового контролю	9
6. Головний понятійний ряд.....	10
7. Рекомендована література.....	18

ВСТУП

Програма навчального курсу «Загальна психологія. Мотивації та емоції» передбачає розвиток спеціальних навичок розуміння емоційної сфери особистості, формування емоційного інтелекту та вольової активності людини, її «сили волі» та самоініціації вольового зусилля.

Вивчення курсу повинно допомогти студенту опанувати форми практичної роботи щодо розвитку мотивації досягнення, відчуття особистісної причинності, збільшення мотиву прагнення до успіху та вироблення вміння керувати власними емоціями та поведінкою.

Важливою структурою даної дисципліни є лабораторний практикум, який складається із методик для психодіагностичного дослідження мотивів, емоцій, волі. Кожен студент, майбутній фахівець психолог повинен пройти дане тестування, в якості дослідника, респондента та експериментатора з метою ознайомлення з особливостями кожного інструментарію.

ПЕРЕЛІК ТЕМ ЛАБОРАТОРНИХ ЗАНЯТЬ

Тема: Поняття мотиву і мотивації у психології

Лабораторна робота 1. Усвідомлення різних компонентів мотиву, спрямованості особистості

Інструментарій: 1) *Методика виявлення усвідомленості структури мотиву* (Ильин Е.П. Мотивы человека: теория и методы изучения. – К.: Вища школа, 1998. – С.218-220); *Методика «Спрямованість особистості» (за В.Смекайлом та М.Кучером)* (Ильин Е.П. Мотивы человека: теория и методы изучения. – К.: Вища школа, 1998. – С.234-236)

Мета заняття: ознайомити студентів з методикою, навчити аналізувати усвідомленість структури мотиву досліджуваного: наскільки повно він враховує всі обставини (мотиватори) або орієнтується лише на один із них; схильний він більше орієнтуватися на зовнішні обставини або на внутрішні; наскільки глибоко він намагається проникнути в обґрунтування свої вчинків і дій тощо; поглиблення теоретичних знань студентів щодо такої мотиваційної характеристики як спрямованість особистості; ознайомлення з методикою; аналіз типів спрямованості: на себе, на взаємовідносини та на задачу.

Тема. Види мотивів та їх характеристика

Лабораторна робота 2. Визначення міри задоволення соціальних потреб. Вивчення мотиву афіліації

Інструментарій: 1) *Методика «Кольоровий тест Люшера (скорочений варіант)»* (Ильин Е.П. Мотивы человека: теория и методы изучения. – К.: Вища школа, 1998. – С.225); 2) *Методика «Мотивація*

афіліації» М.Ш.Магомед-Емінова (Ильин Е.П. Мотивы человека: теория и методы изучения. – К.: Вища школа, 1998. – С.225-228).

Мета заняття: *поглиблення теоретичних знань студентів щодо мотиваційних характеристик особистості; ознайомлення з методикою, аналіз міри задоволення певних соціальних потреб; поглиблення теоретичних знань студентів щодо мотиву афіліації; ознайомлення з методикою; аналіз міри вираженості мотиву афіліації або мотиву «страху відторгнення»..*

Тема. Мотивування та усвідомлення мотивів. Полімотивованість діяльності

Лабораторна робота 3. Вивчення мотиваційної структури особистості. Дослідження егоцентричної спрямованості особистості

Інструментарій: 1) *Методика «Діагностика мотиваційної структури особистості» В.Е.Мільмана (Ильин Е.П. Мотивы человека: теория и методы изучения. – К.: Вища школа, 1998. – С.237-241); 2) Тест егоцентричних асоціацій (Ильин Е.П. Мотивы человека: теория и методы изучения. – К.: Вища школа, 1998. – С.241-242)*

Мета заняття: *поглиблення теоретичних знань студентів щодо сутності мотиваційної структури особистості, ознайомлення їх методикою; аналіз окремих стійких мотиваційних тенденцій особистості, які визначають її загальну спрямованість; поглиблення теоретичних знань студентів щодо сутності егоцентричної спрямованості особистості, ознайомлення їх методикою; аналіз вираженості егоцентричної спрямованості особистості підлітків та старших школярів.*

Тема: Мотивація досягнення

Лабораторна робота 4. Вивчення мотивації досягнення (за шкалою мотивації схвалення Дугласа П.Крауна і Девіда А.Марлоу).

Інструментарій: Методики: 1) «Потреба в досягненні» Ю.М.Орлова; 2) «Оцінка потреби у схваленні» Ю.Л.Ханіна (Ильин Е.П. Мотивы человека: теория и методы изучения. – К.: Вища школа, 1998. – С.220-223).

Мета заняття: поглиблення теоретичних знань студентів щодо сутності мотиву та мотивації досягнення; ознайомлення з методиками, аналіз міри вираженості потреби у досягненні успіху в будь-якій діяльності, спрямованості людини на успіх та схвалення іншими.

Тема. Особистісна причинність як детермінанта активності

Лабораторна робота 5. Вивчення особливостей мотивації прагнення до успіху та уникнення невдач. Виявлення спрямованості особистості на внутрішні або зовнішні стимули

Інструментарій: Методики 1) «Мотивація до уникнення невдач» Т.Елерс; 2) «Мотивація успіху та страх невдачі» А.А.Реана (Ильин Е.П. Мотивы человека: теория и методы изучения. – К.: Вища школа, 1998. – С.231-233).

Мета заняття: поглиблення теоретичних знань студентів щодо мотивації прагнення до успіху; ознайомлення з методиками; аналіз вираженості прагнення до успіху та страху перед невдачею.

Тема. Особистісна причинність як детермінанта активності

Лабораторна робота 6. Виявлення спрямованості особистості на внутрішні або зовнішні стимули

Інструментарій: *Методика «Когнітивна орієнтація» (локус контролю) Дж. Роттера.*

Мета заняття: *поглиблення теоретичних знань студентів щодо поняття локусу контролю особистості, ознайомлення їх методикою; аналіз вираженості спрямованості особистості на внутрішні (інтернальні) або зовнішні (екстернальні) стимули.*

Тема. Поняття емоції та емоційної регуляції поведінки

Лабораторна робота 7. Вивчення емоційного стану особистості та вираження та тривалості переживання фундаментальних емоцій

Інструментарій: 1) *Методика «Шкала диференціальних емоцій (ШДЕ)» (за Ізард) (Ильин Е. Н. Эмоции и чувства: Учеб. пособие.– С.Пб.: Питер, 2001.–С.492); Опитувальник вивчення емоційної експресії, розроблений Л.Е.Богіною (Ильин Е. Н. Эмоции и чувства: Учеб. пособие.– С.Пб.: Питер, 2001.–С.592-596).*

Мета заняття: *поглиблення теоретичних знань студентів щодо існуючих теорій емоцій, зокрема шкали диференціальних емоцій Ізард; ознайомлення їх методикою; аналіз оцінки індивідом переживання фундаментальних емоцій та тривалості їх проявів; поглиблення теоретичних знань студентів щодо поняття експресії та експресивності особистості; ознайомлення їх методикою; аналіз домінуючих каналів експресивних проявів особистості, а також їх інтенсивності, рухової активності, порушень мови та поведінки при емоційних переживаннях.*

Тема. Емоційні стани та емоційні переживання особистості

Лабораторна робота 8. Вивчення формально-динамічних характеристик емоційності особистості

Інструментарій: Методики: 1) діагностика емоційності за В.М.Русаловим; 2) самооцінний тест «Характеристики емоційності» за Е.П.Ільїним (Ильин Е. Н. Эмоции и чувства: Учеб. пособие.– С.Пб.: Питер, 2001.–С.540-542; С.549-550).

Мета заняття: поглиблення теоретичних знань студентів щодо емоційності як формально-динамічної характеристики особистості; ознайомлення їх методикою; аналіз видів емоційності (психомоторної, комунікативної та інтелектуальної) та вираженості її проявів (емоційної збудливості, інтенсивності, стійкості емоцій та їх впливу на ефективність діяльності).

Тема. Поняття волі та вольової регуляції поведінки і діяльності людини

Лабораторна робота 9. Вивчення довільного самоконтролю

Інструментарій: Опитувальник для вираженості самоконтролю в емоційній сфері, діяльності та поведінці (соціального самоконтролю), розроблений Г.С.Нікіфоровим, В.К.Васильєвим та С.В.Фірсовою (Ильин Е.П. Психология воли – СПб: Издательство “Питер”, (Серия “Мастера психологии”).-2000. – С.253-256).

Мета заняття: поглиблення теоретичних знань студентів щодо поняття волі та вольового самоконтролю особистості; ознайомлення їх з методикою; використання методу самооцінювання для оцінки вираженості схильності до самоконтролю в емоційній сфері, діяльності та поведінці.

ПЕРЕЛІК ПИТАНЬ ДЛЯ ПІДСУМКОВОГО КОНТРОЛЮ

1. Мотивація як сукупність особистісних (стійких) і ситуативних (динамічних) факторів. Характеристика понять “мотивація”, “потреба”, “мотив” у психології.
2. Стадії розвитку мотивації, їх характеристика.
3. Мотив як складне інтегральне психічне утворення, структура мотиву.
4. Мотив самоствердження.
5. Мотив влади.
6. Мотив афіліації.
7. Мотив саморозвитку.
8. Мотив досягнення.
9. Просоціальні мотиви.
10. Мотивування та усвідомлення мотивів.
11. Онтогенетичні аспекти розвитку мотивації.
12. Ієрархічна модель класифікації потреб А.Маслоу.
13. Психологічні особливості екстринсивної (зовнішньої) та процесуально-змістовної (інтринсивної, внутрішньої) мотивації.
14. Загальна будова мотиваційної сфери людини, основні мотиваційні утворення, їх характеристика.
15. Психоаналітична теорія мотивації.
16. Механізми психологічного захисту особистості, їх характеристика.
17. Мотивація в теоріях біхевіоризму.
18. Мотивація в теорії поля Курта Левіна (поняття валентності, психологічного поля та польової поведінки).
19. Характеристика ефекту Зейгарнік (ефекту незавершеної дії).
20. Мотивація в теоріях властивостей (Ф.Лерш, Р.Кеттел, У.Маккдауголл, Г.Мюррей).
21. Теорії потреб: теорія гомеостазу, теорія К. Гольдштейна, теорія оптимальної активації.
22. Поняття про каузальну атрибуцію. Фундаментальна помилка атрибуції.
23. Структурні компоненти мотивації досягнення.
24. Залежність рівня досягнень від сили мотивації.
25. Психологічна характеристика мотивації допомоги, ситуативні фактори надання допомоги.
26. Психологічне пояснення феномену дифузії відповідальності.
27. Характеристика впливу соціальних норм на просоціальну поведінку (допомога, альтруїзм).
28. Мотивація влади. Егоцентрична і соціоцентрична влада.
29. Ерозія влади. Джерела (засоби) влади.
30. Психологічні теорії мотивації влади.

31. Мотивація агресії. Про- і антисоціальна агресія.
32. Теорії агресії (теорія потягів, фрустраційна теорія, теорія соціального наuczіння, теорія Л. Берковітца).
33. Ситуативні форми агресивної поведінки.
34. Залежність успіху від здібностей і мотивації досягнення.
35. Особистісна причинність як мотиваційний фактор.
36. Фактори, які підвищують та знижують переживання особистісної причинності.
37. Умови та фактори виникнення почуття безпорадності. Синдром набутої (завченої) безпорадності.
38. Концепція локуса контролю Роттера. Внутрішній і зовнішній локус контролю, їх характеристика.
39. Мотиваційна фіксація. Залежність мотиваційної фіксації від інтенсивності та глибини емоцій.
40. Поняття страху, тривоги, фобії. Характеристика причин страху.
41. Психоаналітична теорія страху З. Фрейда.
42. Теорія тривоги К. Хорні.
43. Психологічна характеристика симпатії та факторів, що впливають на неї.
44. Вплив позитивного підкріплення на розвиток симпатії.
45. Позитивне емоційне підкріплення: види, особливості, механізми дії.
46. Мотиваційне переключення і зумовлення.
47. Мотиваційна фіксація, умови її формування та роль у розвитку мотивації.
48. Механізми негативного підкріплення, їх особливості та ефективність.
49. Мотиваційний тренінг, його різновиди.
50. Мотивація навчання, її динаміка.
51. Мотивація трудової діяльності.
52. Поняття емоції, емоційного стану та емоційного переживання. Роль емоції в житті людини.
53. Емоційне реагування, його види та рівні.
54. Психологічні теорії емоцій.
55. Залежність успішності діяльності людини від сили її емоційного збудження.
56. Воля і її основні признаки, функції та критерії волі.
57. Поняття вольової дії, проста і складна вольова дія.
58. Теорії волі.
59. Вольові якості особистості.
60. Вольова регуляція поведінки, зв'язок вольової регуляції з мотивацією діяльності.

ГОЛОВНИЙ ПОНЯТІЙНИЙ РЯД

Волюнтаризм.

Словотвір. Походить від лат. voluntas - воля.

Категорія. Система світоглядних установок.

Специфіка. Відповідно до них в основі світобудови вбачаються процеси [волі](#), які можуть протиставлятися розуму й об'єктивним законам природи й суспільства. Волюнтаризм у психології проявляється як утвердження волі як первинної здатності, обумовленої тільки суб'єктом і визначаючої всі інші психічні процеси і явища ([В.Вундт](#), [У.Джемс](#), Н.Лосский).

Воля.

Словотвір. Походить від лат. voluntas - воля.

Категорія. Характеристика [особистості](#).

Обумовлювання. Здатність людини досягати поставлених нею цілей в умовах подолання перешкод. Як основа здійснення вольових процесів виступає характерна для людини опосередкованість її поведінки за рахунок використання нею суспільно вироблених знарядь або цінностей. На ній будується процес, що має значні індивідуальні варіації, свідомого контролю над тими або іншими емоційними станами або мотивами. За рахунок цього контролю набувається можливість діяти всупереч сильній мотивації або ігнорувати сильні емоційні переживання. Розвиток волі у дитини, що починається з раннього дитинства, здійснюється за рахунок формування свідомого контролю над безпосередньою поведінкою при засвоєнні певних правил поведінки.

Мотив.

Словотвір. Походить від лат. moveo - рухаю.

Категорія. Теоретичний конструкт, що позначає матеріальний або ідеальний предмет, досягнення якого виступає змістом [діяльності](#).

Специфіка. Мотив представлений суб'єктові у вигляді специфічних

переживань, що характеризуються або позитивними емоціями від очікування досягнення даного предмета, або негативними, пов'язаними з неповнотою справжньої ситуації. Але для усвідомлення мотиву, тобто для включення даних переживань у культурно обумовлену категоріальну систему, потрібна особлива робота.

Діагностика. Основними ознаками мотиву є: активізація діяльності (енергетичний потенціал), спрямування активності на певну мету, селективна увага (на певний вид подразників), підготовка до типових зразків реагування, реалізація діяльності до досягнення мети або до заміни більш сильною мотивацією. Ці ознаки фіксуються в типових експериментальних ситуаціях:

1. Перевага ключового подразника в ситуації вибору.
2. Володіння інформацією про засоби досягнення мети.
3. Супутні психофізіологічні реакції (психогальванічний рефлекс, підвищення тону).
4. Сенсорні хвилі.
5. Ретроактивне гальмування.
6. Моторна готовність до досягнення мети.
8. Готовність сприйняття в аспекті усвідомленого інтересу - апперцепції.
9. Готовність сприйняття в аспекті підпорогових ознак, не пов'язаних з усвідомленим інтересом.
10. Продуктивність довільної пам'яті.
11. Продуктивність мимовільної пам'яті.
12. Ефект гальмування в симультанному сприйнятті.
13. Латентне навічання.
14. Навмисне навчання.
15. Час реакції в ситуації вибору.
16. Конфліктуючі дії.
17. Спонтанна активність.
18. Витримка при досягненні мети.
19. Захисні психологічні механізми.
20. Проекція власних якостей на інші.
21. Сфери мислення.
22. Теми фантазування.
23. Нелогічність мислення (перевага емоційних підстав при класифікації).
24. Самооцінювання.

Література. Graumann C.-F. Methoden der Motivationsforschung // Thomae H. (Hrsg.). Handbuch der Psychologie in 12 Bd. Allgemeine Psychologie II. Motivation. Gottingen: Hogrefe, 1965.

Мотиваційна ригідність.

Словотвір. Походить від лат. moveo - рухаю й rigidus - твердий.

Категорія. Форма [ригідності](#).

Специфіка. Неготовність до відмови від уже сформованих потреб і від звичних способів їхнього задоволення або до прийняття нових мотивів.

Мотивація досягнення.

Словотвір. Походить від лат. moveo - рухаю.

Категорія. Елемент мотиваційно-потребнісної сфери.

Специфіка. Характеризується прагненням людини до успіхів у різних видах діяльності, здатністю до конкуренції, прагненням до досконалості, бажанням напруженої роботи. У його основі лежать емоційні переживання, пов'язані із соціальним прийняттям тих успіхів, які досягаються індивідом.

Діагностика. Для виявлення мотивації досягнення часто використовуються проєктивні стратегії, зокрема розроблена Д. Мак-Клелландом і його співробітниками методика на основі ТАТ, що надалі вдосконалив Г.Хекхаузен ([тест Хекхаузена](#)).

Потреби.

Категорія. Форма прояву інтенціональної природи [психіки](#).

Специфіка. Відповідно до них живий організм стимулюється до здійснення певних форм [діяльності](#), необхідних для збереження й розвитку індивіда й роду. Первинно біологічною формою потреби є нестача. На її заповнення спрямовані [інстинкти](#), у які задані й властивості, релевантні потреби предметів, і основні поведінкові акти, необхідні для їхнього досягнення. Для людини характерно, що навіть ті її потреби, які пов'язані із завданнями фізичного існування, відмінні від аналогічних потреб тварин. У наслідок цього вони здатні істотно видозмінюватися залежно від суспільних форм життєдіяльності. Розвиток людських потреб здійснюється за рахунок суспільно обумовленого розвитку їхніх предметів. Суб'єктивно потреби

репрезентуються у вигляді емоційно зафарбованих [бажань](#), [хотінь](#), [прагнень](#), а їхня реалізація - у вигляді оцінних [емоцій](#).

Види. Потреби підрозділяють за характером діяльності (оборонна діяльність, харчова, статева, пізнавальна, комунікативна, ігрова).

Потреба в агресії (Aggressionstrieb).

Словотвір. Походить від лат. aggressio – напад.

Категорія. Психоеаналітичне поняття, уведене [А.Адлером](#) в 1908 р. (доповідь "Про потребу в агресії", прочитана у Збезлісенні) для пояснення [агресивної](#) поведінки.

Специфіка. На думку Адлера, основою такої поведінки виступає прагнення до влади, що, у свою чергу, обумовлено спонуканням до подолання по[чуття неповноцінності](#). Якщо ж потреба в агресії придушується, то це приводить до появи почуття страху, що розглядається як один із провідних ознак [неврозу](#). [З.Фрейд](#) спочатку поставився до даного поняття негативно, але в 1920 р. переглянув свою точку зору, визнавши, що не всі форми поведінки можуть бути пояснені за рахунок звертання до поняття [лібідо](#). Але в його інтерпретації, істотно відмінної від тієї, що дається Адлером, "потреба в агресії" являє собою прояв біологічного прагнення до [смерті](#), переорієнтованого з Я на зовнішній об'єкт. Деякі представники [неопсихоеаналізу](#) (Б.Кунц, [К.Хорні](#) та ін.) бачать в "потребі в агресії" комплексне утворення, що виникає у відповідь на зовнішню загрозу.

Література. Merz F. Aggression und Aggressionstrieb // Handbuch der Psychologie. Bd. 2, 1965.

Потреба в домінуванні.

Словотвір. Походить від лат. dominus - пануючий.

Категорія. Елемент мотиваційно-потребнісної сфери.

Специфіка. Характеризується прагненням контролювати своє соціальне оточення, впливати на інших, давати раду, зваблювати, переконувати, наказувати, забороняти, відговорювати.

Потреба в ідентичності.

Словотвір. Походить від лат. *identicus* - тотожний.

Автор. [Е.Фромм](#).

Категорія. Теоретичний конструкт, що пояснює людську мотивацію.

Специфіка. Потреба почувати свою унікальність, неповторність.

Потреба в коріннях.

Автор. [Е.Фромм](#).

Категорія. Теоретичний конструкт, що пояснює людську мотивацію.

Специфіка. Потреба почувати себе приналежним до соціального світу.

Потреба в самоактуалізації.

Автор. [А.Маслоу](#).

Категорія. Елемент мотиваційно-потребнісної сфери.

Специфіка. Для самоактуалізованої особистості характерним є реалізація наступних потреб:

- потреби в цілісності (єдність, інтеграція з акцентом на унікальності, порядок, предметність, структура);
- досконалості;
- звершеннях;
- справедливості;
- спонтанності (жвавість);
- продуктивності (достаток, диференціація, хитромудрість);
- простоті (абстракція, ясність);
- красі;
- благу (правильність);
- унікальності (індивідуальність, новизна);
- легкості (невтомність, ненапруженість);
- грі (задоволення, радість, привітність, гумор);
- правді (реалізм, вірність);
- рішучості (автономія, незалежність).

Емоції.

Словотвір. Походить від лат. *emovere* - збуджувати, хвилювати.

Категорія. Стани, пов'язані з оцінкою значимості для індивіда діючих на нього факторів і безпосередніх переживань, що виражаються швидше всього у формі потреб.

Специфіка. Є одним з головних регуляторів [діяльності](#). Головна особливість людських емоцій полягає в тому, що в суспільно-історичній практиці була вироблена особлива емоційна мова, що може передаватися як деякий загальноприйнятий опис. На цій основі існує, зокрема, емоційний відгук на твори мистецтва, які мають досить тверду прив'язку до певної історичної епохи.

Види:

- [емоційний тон відчуттів](#) виступає базовою формою емоцій і являє собою генетично обумовлені переживання гедоністичного знаку, що супроводжують життєво важливі враження, наприклад, смакові, температурні, болючі;
- [аффекти](#), являють собою дуже сильні емоційні переживання, пов'язані з активною поведінкою в екстремальній ситуації;
- власне емоції мають виражений зв'язок з локальними ситуаціями. Їхнє виникнення може відбуватися й без актуальної дії ситуації, тоді вони виступають орієнтирами діяльності.

Емоційна дурість.

Словотвір. Походить від лат. *emovere* - збуджувати, хвилювати.

Автор. [К.Г.Юнг](#).

Категорія. Феномен [емоцій](#).

Специфіка. Характеризується тим, що під дією сильних емоцій може виникати своєрідний дефект мислення. Він носить оборотний характер. Виникає в стресогенних ситуаціях (наприклад, у ситуації іспиту) насамперед у схильних до цього індивідів.

Емоційний ступор.

Словотвір. Походить від лат. *emovere* - збуджувати, хвилювати й *stupor* - заціпеніння.

Категорія. Стан, що виникає під впливом сильних щиросердечних потрясінь (жах, страх, загроза життю) і проявляється у вигляді блокування афективної діяльності, рухової активності, уповільненні розумової діяльності.

Специфіка. Даний стан може проходити без істотних наслідків. Але може виникнути панічний стан із прагненням до хаотичних дій (наприклад, втеча), а також депресія. Виникає в солдатів у бої, учасників і свідків катастроф, у дітей - найчастіше в ситуації іспитів, коли до них пред'являють занадто високі вимоги ([страх екзамену](#)).

Емоційний тон відчуттів.

Словотвір. Походить від лат. *emovere* - збуджувати, хвилювати.

Категорія. Переживання позитивного знаку.

Специфіка. Супроводжує життєво важливі відчуття, наприклад, смакові, температурні, болючі. Являє собою найбільш ранню стадію розвитку [емоцій](#) у філогенезі.

РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

ОСНОВНА:

1. Алексеева М.И. Мотивы навчання учнів. Психологія навчання.- К., 1972
2. Алексеева М.И., Дригус М.Т. Дослідження мотиваційної сфери особистості підлітка. Вивчення особистості підлітка.-К.. 1994
3. Асеев В.Г. Мотивация поведения и формирование личности. – М., 1976. (*Мотивация: 6-39. Формирование личности и мотивации: 39-75, 135-143. Воспитание и мотивация:144-155.*)
4. Бороздина Л.В. Исследование уровня притязаний: Учебное пособие. – М., 1986. (*Понятие уровня притязаний: 3-11. Уровень притязаний и личность: 31-40*).
5. Братусь Б.С. Психологические аспекты нравственного развития личности. – М., 1977. (*Мотивация: 5-21*).
6. Василюк В.К. Психология переживания.- М., 1984
7. Вилюнас В.К. Психология эмоциональных явлений.- М., 1976.
8. Вилюнас В.К. Психологические механизмы мотивации человека. – М., 1990. (*Понятие мотивации: 11-45. Механизмы развития мотивации человека: 46-82. Мотивация и эмоции: 82-216. Мотивация и личность: 217-284.*)
9. Вилюнас В.К.Психологические механизмы биологической мотивации. – М., 1986. (*Мотивационные процессы в системе психического отражения: 3-16. Нужды и потребности: 48-78, 94-110. Мотивация и эмоции: 78-94. Инстинкты: 110-143*).
- 10.Гозман Л.Я. Психология эмоциональных отношений. -М.,1984
- 11.Гримак Л.П. Общение с собой: Начала психологии активности.-М., 1976
- 12.Додонов Б.И. В мире эмоций. – Киев, 1987. (*Эмоции и потребности: 18-22*).
- 13.Занюк С.С. Психологія мотивації та емоцій.- Луцьк, 1997.
- 14.Занюк С.С. Психология мотивации. Теория и практика мотивирования. Мотивационный тренинг. К., Ника-Центр, 2001. – 349с.
- 15.Занюк С.С. Психологія мотивації: Навч. Посібник. – К.: Либідь, 2002. – 304с.
- 16.Занюк С.С. Мотивація діяльності: спонукання, активність, успіх.-Луцьк, 1998.
- 17.Изард К. Психология эмоций / Перев. с англ. – СПб: Изд-во «Питер», 2000.
- 18.Ильин Е.П. Эмоции и чувства. – Спб: Питер, 2001 (Серия «Мастера психологии»).
- 19.Ильин Е.П. Мотивы человека: теория и методы изучения. – К.: Вища школа – 1998. – 291с.
- 20.Ильин Е.П. Психология воли – СПб: Изд-во Питер, 2000. – 288 с. (серия

“Мастера психологии”)

21. Ковалев А. Г. О чувствах и эмоциях // Вопросы психологии. – 1957. – № 4. – С. 25–33.
22. Ковалев В.И. Мотивы поведения и деятельности. - М., 1998.
23. Леонтьев А.Н. Проблемы развития психики. - М., 1981.
24. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. – М., 1982. (*Мотивы, эмоции и личность: 189-206*).
25. Магун В.С. Потребности и психология социальной деятельности личности. - Л., 1983.
26. Максименко С. Д. Загальна психологія: Навч. посіб. – 2-е вид., перероб., доп. – К., 2004. – С. 223–234.
27. Маркова А.К. Матис Т.А., Орлов А.Б. Формирование мотивации учения. - М., 1990. – 192с.
28. Маслоу А. Психология бытия. - К., 1997.
29. Матюхина М.В. Мотивация учения младших школьников. - М., 1984.
30. Мерлин В.С. Структура личности. Характер, способности, самосознание: Учебное пособие к спецкурсу. – Пермь, 1990. (*Мотивация: 73-81*)
31. Миллер Д., Галантер Е., Прибрам К. Планы и структура поведения. – М., 1964. (*Мотивация поведения. Значимость, намерения и выполнение планов: 75-90. Инстинкты: 91-99*).
32. Москвичев С.Г. Проблемы мотивации в психологических исследованиях. – К.: Наукова думка. – 1975. – 143с.
33. Мотивация и эмоции // Современная психология: Справочное руководство / Под ред. В. Н. Дружинина. – М., 1999. – С. 346–362.
34. Муздыбаев К. Психология ответственности. – Л., 1983. (*Локус контроля личности: 43-89*).
35. Мясичев В.Н. Личность и неврозы. – Л., 1960. (*О потребностях как отношениях человека: 200-208. Проблема отношений человека и ее место в психологии: 209-230*).
36. М’ясоїд П. А. Загальна психологія: Навч. посіб. – К., 2000. – С. 379–393.
37. Немов Р.С. Психология. В 3-х т. Том 1. Общие основы психологии. М.: Владос. - С.461-508.
38. Психология эмоций. Тексты. Под ред. В.К.Вилюнаса, Ю.Б.Гиппенрейтер. – М. – 1984. – 286с.
39. Психология мотивации и эмоций: Хрестоматия / Под ред. Ю. Б. Гиппенрейтер, М. В. Фаликман. – М., 2002.
40. Рейковский Я. Экспериментальная психология эмоций. - М., 1979. – 391с.
41. Санникова О.П. Эмоциональность и регуляция активности общения // Вопросы психологии. – 1984. - №3. – С.123-128.
42. Селье Г. Стресс без дистресса. – М., 1982. (*Мотивация и стресс: 52-83*)
43. Симонов П.В. Мотивированный мозг. Высшая нервная деятельность и естественнонаучные основы общей психологии. – М., 1987. (*Опыт классификации потребностей человека: 43-60*)
44. Симонов П.В. Эмоциональный мозг. Физиология. Нейроанатомия. Психология эмоций. – М., 1981. (*Потребности как основа и движущая*

- сила человеческого поведения: 143-160).*
45. Столин В.В. Мотивация и самосознание./ Мотивация личности.- М., 1982.
 46. Франкл В. Человек в поисках смысла.- М., 1993.
 47. Фресс П., Пиаже Ж. Экспериментальная психология. – Вып. 5. – М., 1975. (*Мотивация: 15-110*).
 48. Фрейд А. Психология «Я» и защитные механизмы.- М., 1993
 49. Фрейд З. Психология бессознательного.- М., 1989.
 50. Фромм Э. Человек для себя.- М., 1992.
 51. Фромм Э. Искусство любить.- М., 1986
 52. Хекхаузен Х. Мотивация и деятельность. – М., 1986. – Т.1. (*Состояние исследований мотивации: 12-55. Основные направления исследований мотивации: 56-93. Мотивация и личность: 94-122. Ситуационные детерминанты поведения: 123-178. Когнитивная теория мотивации: 179-242. Тревожность и мотив достижения: 243-288. Социальные мотивы – аффилиация и власть: 289-337. Просоциальные и антисоциальные мотивы. Мотивация помощи и агрессия: 338-405*). Т. 2 (*Мотивация достижения: 5-59. Атрибуция каузальная: 60-187. Развитие мотивации и изменение мотивов: 270-339.*)
 53. Хок Р. Р. Эмоции и мотивация // Хок Р. Р. 40 исследований, которые потрясли психологию.– С.Пб., 2003.– С. 213–257.
 54. Чудновский В.Э. Воспитание способностей и формирование личности. – М., 1986. (*Познавательная потребность: 32-41*).
 55. Шульга Т.И. Проблема волевой регуляции в онтогенезе // Вопросы психологии. – 1994. - №1.
 56. Ярошевский М.Г. Психология в XX столетии: Теоретические проблемы развития психологической науки. – 2-е изд. – М., 1974. (*Фрейдизм и категория мотивации: 219-252*).
 57. Якобсон П.Т. Психологические проблемы мотивации поведения человека.- М., 1969.
 58. Яценко Т.С. Социально-психологическое обучение в подготовке будущих учителей. – Киев, 1987. (*Понятие психологической защиты и ее функции: 12-47*).

ДОДАТКОВА:

1. Авидон И. Тренинги взаимодействия в конфликте. Материалы для подготовки и проведения. / Ирина Авидон, Ольга Гончукова. – СПб. : Речь, 2008. – 192 с. – (Психологический тренинг).
2. Адлер А. Практика и теория индивидуальной психологии / Альфред Адлер ; [пер. с англ. А. Боковой]. – М. : Академ. Проект, 2007. – 240 с. – (Психологические технологии).
3. Адлер А. Стиль жизни / А. Адлер ; [пер. с англ.] // Психология индивидуальных различий / под ред. Ю. Б. Гиппенрейтера, В. Я. Романова. – М. : ЧеРо, 2000. – С. 98 – 106.

4. Адорно Т. Исследование авторитарной личности. / Т. Адорно. — М. : Серебряные нити, 2001. — 416 с.
5. Актуально, толерантність! : 3б. ст. / За ред. Я. Пилинського. — К. : Стилос, 2008. — 48 с.
6. Алексеева Е. В. Психологические основы толерантности учителя / Е. Е. Алексеева, С. Л. Братченко // Монологи об учителе. — СПб. : СПбАППО, 2003. — С. 165 – 172.
7. Ананьев Б. Г. Человек как предмет познания / Б. Г. Ананьев. — [3 изд]. — М. : Харьков ; СПб. : Питер, 2001. — 282 с. : ил. — (Мастера психологии).
8. Андреева Г. М. Социальная психология : учебник / Г. М. Андреева. — [5-е изд., испр. и доп]. — М. : Аспект Пресс, 2006. — 363 с.
9. Арендт Х. Скрытая традиция: Эссе / Ханна Арендт; [пер. с нем. и англ. Т. Набатниковой, А. Шибаровой, Н. Мовниной]. — М. : Текст, 2008. — 221 с.
10. Аристотель. Сочинения : В 4 т. / [пер. с древнегреч.] ; общ. ред. А. И. Доватура. — М. : Мысль, 1983. — Т. 4. — 830 с.
11. Арцишевський Р. А. Особа і суспільство / Р. А. Арцишевський, С.О.Бондарук, В. І. Бортников. — Київ, Ірпінь: ВТО "Перун", 1997. — 352 с.
12. Асмолов А. Г. На пути к толерантному сознанию / А. Г. Асмолов. — М. : Смысл, 2000 — 255 с.
13. Асмолов А. Г. Слово о толерантности / А. Г. Асмолов // Век толерантности: Научно-публицистический вестник, 2001. — Вып. 1. — С. 4 – 7.
14. Асмолов А. Г. Практическая психология и проектирование вариативного образования в России: от парадигмы конфликта — к парадигме толерантности / А. Г. Асмолов // Вопросы психологии.— № 3. — 2003. — С. 3.
15. Асмолов А. Г. Психология личности : культурно-историческое понимание развития человека / Александр Асмолов. — [3-е изд. испр. и доп.] — М. : Смысл : Академия, 2007. — 528 с.
16. Асмолов А. Г. Историко-эволюционная парадигма конструирования разнообразия миров: деятельность как существование / А. Г. Асмолов // Вопросы психологии. — 2008. — № 5. — С. 3 – 11.
17. Асмус В. Ф. Античная философия / В. Ф. Асмус. — М. : Высш. шк., 2001. — 400 с.
18. Балашов Л. Е. Практическая философия. / Л. Е. Балашов. — М. : МЗ —Пресс, 2001. — 320 с.
19. Бандура А. Теория социального научения / А. Бандура. — СПб. : Евразия, 2000. — 319 с.
20. Баронин А. С. Этническая психология / А. С. Баронин — К. : Тандем, 2000. — 116 с.
21. Бахтин М. М Эстетика словесного творчества / М. М. Бахтин. — М. : Искусство, 1979. — 423 с.

22. Берковец Л. Агрессия : причины, последствия и контроль / Леонард Берковец. – СПб. : прайм-ЕВРОЗНАК, 2007. – 510 с. – (Психология – лучшее).
23. Берн Э. Игры, в которые играют люди : психология человеческих взаимоотношений ; Люди, которые играют в игры : психология человеческой судьбы : [пер. с англ.] / Эрик Берн. – М. : ФАИР-ПРЕСС, 2004. – 480 с. : ил. – (Популярная психология).
24. Бех І. Д. Виховання особистості : Сходження до духовності : Наук. Видання. / Бех Іван Дмитрович. – К. : Либідь, 2006. – 272 с.
25. Библер В. С. Михаил Михайлович Бахтин, или Поэтика и культура. / В. С. Библер. – М. : Прогресс, 1991. – 176 с.
26. Бичко О. В. Профілі Української ідентичності. Соціально-психологічний аналіз: [монографія] / Олександр Васильович Бичко – К. : Видавничо-поліграфічний центр «Київський університет», 2007. – 281 с.
27. Біблія. Книги Священного Писання Ветхаго и Новаго завіта // 1-е издательство Института перевода Библии – «Издательство Б. Геце», 1939. – 1176 с.
28. Божович Л. И. Психическое развитие школьника и его воспитание. / Л. И. Божович, Л. С. Славина. – М. : Знание, 1979. – 96 с.
29. **Божович Л. И.** Личность и её формирование в детском возрасте / Л. И. Божович. — СПб. : Питер, 2008. — 400 с. : ил. — (Мастера психологии).
30. Бойко В. В. Энергия эмоций. / В. В. Бойко. – СПб. : Питер, 2004. – С. 204 – 221.
31. Грива О. А. Соціально-педагогічні основи формування толерантності у дітей і молоді в умовах полікультурного середовища: [монографія] / Ольга Анатоліївна Грива. – К. : Вид. ПАРАПАН, 2005. – 228 с.
32. Грива О. А. Толерантність в процесі становлення молоді в умовах полікультурного середовища: автореф. дис. на здобуття ступеня доктора філософських наук / О. А. Грива; АПН України, Ін-т вищої освіти. – К., 2008. – 32 с.
33. Гришина Н. В. Психология конфликта. / Н. В. Гришина. – СПб. : Питер, 2005. – 464 с. : ил. – (Серия «Мастера психологии»).
34. Кихтюк О. В. Психолінгвістична експертиза феномена етнічної толерантності як протидія ксенофобії / О. В. Кихтюк // Проблеми загальної та педагогічної психології. Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України / За ред. С. Д. Максименка. – Т. X, Ч.1. – К., 2008. – С. 204 – 210.
35. Кихтюк О. В. Психологічні особливості прояву толерантності до іноземних студентів у процесі їх професійної підготовки / О. В. Кихтюк // Матеріали міжнародної науково-практичної конференції „Професійна психологія: реалії та перспективи розвитку” (22–23 лютого 2008 року). – Луцьк. : Волин. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2008. – С. 97 – 101.

36. Кихтюк О. В. Теоретичні аспекти вивчення міжетнічної толерантності / О. В. Кихтюк // Матеріали II Міжнародної науково-практичної конференції аспірантів і студентів „Волинь очима молодих науковців: минуле, сучасне, майбутнє” (18–19 квітня 2008р.) У 2-х т. – Луцьк. : РВВ „Вежа” Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки, 2008. – Т. 1. – С. 143 – 144.
37. Кихтюк О. В. Толерантність як властивість української ментальності / О. В. Кихтюк // Психология сегодня: взгляд современного студента: материалы третьей междунар. студ. науч.-практ. конф. по психологии, Брест, 12 мая 2008 г. / Брест. гос. ун-т им. А. С. Пушкина, Каф. психологии развития; редкол.: И. Е. Валитова, д. Э Синюк. – Брест. : БрГУ, 2008. – С. 50.
38. Кихтюк О. В. Цінність феномену толерантності у формуванні особистості / О. В. Кихтюк // Психологічні перспективи. Випуск 11 / Луцьк. : РВВ «Вежа» Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки, 2008. – Т. 1. – С. 136 – 145.
39. Кихтюк О. В. Етнічна толерантність як складова актуального етнопсихологічного статусу особистості / О. В. Кихтюк // Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України / За ред. С. Д. Максименка, В. Д. Потапової. – Т. XV, част. 1. – К., 2008. – С. 334 – 339.
40. Кихтюк О. В. Актуальність формування толерантності у сучасного молодого покоління / О. В. Кихтюк // Психологічні проблеми сучасності: Тези VI науково-практичної конференції студентів та молодих вчених. Львів, 14 – 15 травня 2009 року. – Львів, 2009. – С. 47 – 48.
41. Кихтюк О. В. Експериментальна програма розвитку толерантності у студентської молоді Волинського регіону / О. В. Кихтюк // Матеріали III Міжнародної науково-практичної конференції аспірантів і студентів «Волинь очима молодих науковців: минуле, сучасне, майбутнє» (13 – 14 травня 2009 року): У 3 – х т. – Луцьк. : РВВ «Вежа» Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки, 2009. – Т. 1. – С. 123 – 124.
42. Кихтюк О. В. Концептуальна модель етнічно толерантної особистості / О. В. Кихтюк // Психологічні перспективи. – Випуск 15. – Луцьк. : РВВ «Вежа» Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки, 2009. – С. 82 – 93.
43. Кихтюк О. В. Оксфордські дебати як ефективний соціально-психологічний тренінг формування толерантності / О. В. Кихтюк // Актуальні проблеми психології: Психологічна теорія і технологія навчання / За ред. С. Д. Максименка, М. Л. Смульсон. – К. : Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2009. – Т. 8, Вип. 6. – С. 112 – 121.
44. Кихтюк О. В. Проблема міжетнічної толерантності як риси особистості / О. В. Кихтюк // Проблеми загальної та педагогічної психології. Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України / За ред. С. Д. Максименка. Т. XI., частина 1. – К., 2009. – С. 204 – 212.

45. Кихтюк О. В. Експериментальна програма з формування етнічної толерантності у студентської молоді / О. В. Кихтюк // Соціальна психологія. – К. : Вид-во Українського центру політичного менеджменту. – 2010. – № 1. – С. 152 – 161.
46. Кіссе А. Майбутнє етнічних конфліктів / А. Кіссе // Наукові записки. К. : – ІІІ ЕНД, 2006. – Вип. 30, Кн. 1. – С. 196 – 205.
47. Клепцова Е. Ю. Психология и педагогика толерантности: учебное пособие для слушателей системы дополнительного профессионального педагогического образования. / Клепцова Елена Юрьевна – М. : Академический Проект, 2004. – 176 с. – (Gaudeamus).
48. Клоков Д. Н. Развитие этнической толерантности личности в многонациональном коллективе : дис. канд психол. наук : 19. 00. 13 / Клоков Денис Николаевич. – Тамбов. – 2005 – 266 с.
49. Кожухарь Г. С. Формы межличностной толерантности: критериальные признаки и особенности / Г. С. Кожухарь // Психологический журнал. – 2008. – Том 29. – № 3. – С. 30 – 40