

НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ О.О. БОГОМОЛЬЦЯ  
Кафедра загальної і медичної психології

МЕТОДИЧНІ РОЗРОБКИ ДЛЯ ПРОВЕДЕННЯ ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ З  
НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ «ЕКОЛОГІЧНА ПСИХОЛОГІЯ»

**Освітній рівень** другий рівень вищої освіти – магістр

**Галузь знань** 22 «Охорона здоров'я»

**Спеціальність** 225 «Медична психологія»

Автори: канд. психол. наук, викладач Войтович Г.В.

Затверджено на засіданні кафедри загальної і медичної психології

Протокол № 2 від «12» вересня 2024 року

Завідувач кафедри загальної  
і медичної психології,  
професор

Матяш М.М.

## **Тема №1. Предмет, історія виникнення та становлення екологічної психології**

*(практичне заняття – 2 години)*

**Мета заняття:** ознайомити студентів з предметом, завданнями та історією виникнення екологічної психології, проаналізувати та обґрунтувати її місце в системі наук.

### **План заняття:**

1. Історія виникнення і становлення екологічної психології
2. Предмет, об'єкт та задачі екологічної психології
3. Місце екологічної психології серед інших екологічних наук
4. Історія розвитку екологічної психології в Україні
5. Екологічна психологія сьогодні: актуальність і перспективи

### **Питання для поточного контролю та самоконтролю:**

1. Що вивчає екологічна психологія?
2. Доведіть, що проблеми екологічної психології є нагальними для сучасної цивілізації.
3. Назвіть основні завдання екологічної психології.
4. У чому полягає «трагедія общинних вигонів»?
5. У чому полягає специфіка вітчизняної екопсихології?

### **Теми доповідей і рефератів (презентацій):**

1. Екологічна психологія: зміст, проблеми і завдання
2. Основні категорії екопсихології
3. Глобальні наслідки впливу людини на довкілля
4. Взаємодія людського суспільства та природи на різних етапах історії
5. Школи екопсихологічних студій в Україні.

## **Тема №2. Методологічні основи екологічної психології**

*(практичне заняття – 2 години)*

**Мета заняття:** ознайомити студентів з методологічними принципами та їх особливостями в екологічній психології, розглянути принцип екологічності та найвищий рівень екологічності за Ю. Швалбом.

### **План заняття:**

1. Загальні методологічні принципи
2. Принцип детермінізму в екологічній психології
3. Принцип єдності свідомості й діяльності

4. Принцип історизму та принцип системності
5. Методологічні принципи у вітчизняній психології

**Питання для поточного контролю та самоконтролю:**

1. Розкрийте основний зміст загальнометодологічних принципів екопсихології.
2. У чому полягає специфіка принципу детермінізму в екологічній психології?
3. Розкрийте суть екологічного підходу Дж. Гібсона.
4. В чому полягає суть принципу екологічності за Ю. Швалбом?
5. У чому виражається найвищий рівень екологічності?

**Теми доповідей і рефератів (презентацій):**

1. Методологічні проблеми екологічної психології.
2. специфіка застосування методологічних принципів в екологічній психології.
3. Методологічні особливості екологічного підходу у психології Дж. Гібсона.
4. Школа Р.Баркера, її основні ідеї.
5. Чиказька школа екологічної психології.

**Тема №3. Система методів екологічної психології та конкретні методики екопсихологічного дослідження**

*(практичне заняття – 2 години)*

**Мета заняття:** ознайомити студентів із системою методів та конкретними методиками і особливостями їх застосування, що використовуються в екологічній психології.

**План заняття:**

1. Основні методи дослідження в екопсихології:
  - 1). Метод спостереження;
  - 2). Діагностичні та формуючі методи;
  - 3). Природний та лабораторний експерименти.
2. Конкретні методики та особливості їх застосування в екопсихології:
  - 1). Проективні методики;
  - 2). Креативні методи;
  - 3). Шкальні техніки.

**Питання для поточного контролю та самоконтролю:**

1. Назвіть основні методи досліджень в екологічній психології.
2. Розкрийте сутність методики «Полярних профілів».
3. Хто є автором методики «ТЕД»? Опишіть методику.
4. Який метод дослідження можна застосовувати в екологічній психології найбільш вдало? Чому?

5. Що вимірюється за допомогою тесту «Натурофіл»?

**Теми доповідей і рефератів (презентацій):**

1. Лабораторні методи діагностики екологічної свідомості.
2. Моделювання соціо-екологічних дилем у застосуванні ігрових технологій.
3. специфіка застосування модифікованого тесту фрустрацій Розенцвейга.
4. Методичні можливості та засоби психодіагностики екологічної свідомості.
5. Природний експеримент в екопсихологічному дослідженні.

**Тема №4. Поняття про середовище та соціо-екологічні системи**

*(практичне заняття – 2 години)*

**Мета заняття:** ознайомити студентів з поняттям середовище, його різновидами та підходами до визначення. Ознайомити та проаналізувати психологічні аспекти поняття соціо-екологічних систем.

**План заняття:**

1. Визначення поняття «середовище».
2. Природне та штучне середовище.
3. Проблеми визначення межі навколишнього середовища.
4. Визначення поняття «соціо-екологічні системи».
5. Проблеми соціо-екологічних систем.

**Питання для поточного контролю та самоконтролю:**

1. Дайте визначення поняттю «середовище».
2. Охарактеризуйте особливість природно-штучного середовища.
3. Що таке соціо-екологічні системи?
4. Які утворення можна вважати соціо-екосистемами?
5. Дайте визначення антропоцентричному підходу до визначення поняття «середовище».

**Теми доповідей і рефератів (презентацій):**

1. Поняття «життєве середовище» у сучасному світі.
2. Простір життя сучасного міста як природне середовище.
3. Психологічні аспекти соціо-екологічного середовища.
4. Взаємозв'язок і взаємовплив природного та штучного середовища.
5. Вплив штучного середовища на психіку людини.

**Тема №5. Середовище як категорія екологічної психології**

*(практичне заняття – 2 години)*

**Мета заняття:** ознайомити студентів з поняттям середовище як категорією екологічної психології, визначити параметри функціонального включення індивіда в середовище.

#### **План заняття:**

1. Визначення поняття «середовище» в екопсихології.
2. Параметри функціонального включення індивіда в середовище:
  - 1). Середовище як фактор існування індивіда;
  - 2). Середовище як умова існування індивіда;
  - 3). Середовище як засіб існування індивіда;
  - 4). Середовище як матеріал існування індивіда.
3. Поняття про мікро-, мезо- та макросередовище у екопсихології.

#### **Питання для поточного контролю та самоконтролю:**

1. Дайте визначення поняття «середовище».
2. Назвіть чотири параметри включення людини до середовища.
3. Розкрийте поняття «мікросередовище», «мезосередовище» та «макросередовище».
4. Які ще поняття вживають як тотожні поняттю «середовище»?
5. Які параметри вважаються найбільш продуктивними?

#### **Теми доповідей і рефератів (презентацій):**

1. Особливості дії різноманітних факторів середовища на людину та шляхи її оптимізації.
2. Взаємодія людського суспільства та природи на різних етапах історії.
3. Екологічна свідомість, середовище та психологічний вплив середовища на свідомість як ключові поняття екологічної психології.
4. Середовище як категорія екологічної психології.
5. Взаємозв'язок та взаємодія природного та штучного середовища.

#### **Тема №6. Соціальне середовище як екологічний фактор. Вплив людини на середовище**

*(практичне заняття – 2 години)*

**Мета заняття:** ознайомити студентів з поняттям соціальне середовище в контексті екологічної психології та поняттям особисте середовище. Розглянути основні фактори впливу людини на середовище.

#### **План заняття:**

1. Поняття «соціальне середовище».

2. Форми взаємозв'язку та взаємодії соціуму із середовищем.
3. Вплив соціального оточення як екологічного фактору на психіку окремої людини.
4. Структура соціально-контактного середовища за Є. Клімовим.
5. Особисте середовище.

**Питання для поточного контролю та самоконтролю:**

1. Розкрийте поняття «соціальне середовище» в контексті екологічної психології.
2. Що таке «внутрішнє середовище»?
3. Опишіть структуру соціально-контактного середовища за Є. Клімовим.
4. Що входить до особистого простору?
5. Чи впливають етнічна належність, чи світосприйняття людини на сприйняття особистого простору?

**Теми доповідей і рефератів (презентацій):**

1. Моделі взаємодії соціуму із середовищем.
2. Психологічні аспекти соціо-культурного середовища.
3. «Привидний етнос» за Л.Гумільовим.
4. Феномен поняття «внутрішнє середовище».
5. Біоцентричний підхід в екологічній психології.

**Тема №7. Середовище як джерело інформації. Екологічний підхід до зорового сприймання (Дж. Гібсон)**

*(практичне заняття – 2 години)*

**Мета заняття:** ознайомити студентів з особливостями впливу середовища як джерела інформації на людину та розглянути екологічний підхід до зорового сприйняття Дж. Гібсона.

**План заняття:**

1. Середовище як джерело інформації.
2. Закономірності впливу середовища на людини та сприймання нею середовища.
3. Класифікація екологічних факторів, що впливають на психіку людини.
4. Особливості дії різноманітних факторів середовища на людину та шляхи їх оптимізації.
5. Екологічний підхід до зорового сприйняття Дж. Гібсона.

**Питання для поточного контролю та самоконтролю:**

1. Дайте визначення понять «біогенні фактори середовища» та «антропогенні фактори середовища».
2. Наведіть приклади антропогенних факторів середовища.
3. Розкажіть про вплив біогенних факторів середовища на людину.
4. У чому полягає сутність класифікації факторів середовища за ефектом дії на людину?
5. Дайте характеристику зорового сприйняття інформації за Дж. Гібсоном.

**Теми доповідей і рефератів (презентацій):**

1. Поняття «екологічний світ» за Дж. Гібсоном.
2. Особливості індивідуального сприйняття негативних факторів середовища.
3. Урбаністичний сомнамбулізм – особливість сприймання людиною середовища.
4. Психологічні та символічні значення середовища.
5. Вплив екологічного чинника на етнопсихологію українців.

**Тема №8. Предметно-просторове середовище та орієнтація у просторі (С. Труубридж). Загальна характеристика колірного середовища**

*(практичне заняття – 2 години)*

**Мета заняття:** ознайомити студентів з предметно-просторовим середовищем та впливом його на людину за С. Труубриджем. Розглянути інші фактори впливу середовища на людину.

**План заняття:**

1. Предметно-просторовий фактор впливу середовища на людину.
2. Біогенні та антропогенні предметно-просторові фактори.
3. Вплив кольору на зоровий аналізатор.
4. Інші фактори впливу (освітлення, слухові, нюхові та вібраційні фактори).
5. Особливості індивідуального сприймання негативних факторів середовища.

**Питання для поточного контролю та самоконтролю:**

1. Дайте характеристику предметно-просторовому середовищу.
2. Наведіть приклади антропогенних предметно-просторових факторів.
3. У чому полягають особливості впливу кольору на зоровий аналізатор?
4. Сутність класифікації факторів предметно-просторового середовища за ефектом впливу на людину.
5. Дайте визначення способів орієнтації у просторі за С. Труубриджем.

**Теми доповідей і рефератів (презентацій):**

1. Сучасні дослідження, присвячені впливу кольору на психіку людей.
2. Дослідження способів орієнтації у просторі С. Трубриджа за допомогою «ментальних карт».
3. Простір життя сучасного міста як природне середовище.
4. Класифікація екологічних факторів за переважаючим видом сприймання.
5. Еколого-психологічні моделі простору-часу, енергії інформації.

### **Тема №9. Психологічні особливості буденної екологічної свідомості**

*(практичне заняття – 2 години)*

**Мета заняття:** ознайомити студентів з поняттям екологічна свідомість та психологічними особливостями буденної екологічної свідомості.

#### **План заняття:**

1. Визначення поняття «екологічна свідомість».
2. Форми прояву та психологічні механізми екологічної свідомості.
3. Адаптивна функція екологічної свідомості.
4. Типи екологічної свідомості:
  - 1). Антропоцентричний;
  - 2). Біоцентричний;
  - 3). Екоцентричний.

#### **Питання для поточного контролю та самоконтролю:**

1. Дайте визначення поняттю «екологічна свідомість».
2. Які типи екологічної свідомості ви знаєте?
3. Дайте характеристику антропоцентричному типу екологічної свідомості.
4. Опишіть природоцентричний та екоцентричний типи екологічної свідомості.
5. Які компоненти утворюють екологічну свідомість?

#### **Теми доповідей і рефератів (презентацій):**

1. Екологічна свідомість: сутність, загальна характеристика, структура і властивості.
2. Проблеми визначення поняття «екологічна свідомість».
3. Поняття про екологічне мислення.
4. Чотири типи відносин людини і довкілля за А. Калмиковим.
5. Наслідки негативної деформації екологічної свідомості.

### **Тема №10. Психологія екологічної свідомості та соціалізації особистості**

*(практичне заняття – 2 години)*



**Мета заняття:** ознайомити студентів з поняттям екологічна свідомість та соціальним середовищем як екологічним фактором соціалізації особистості.

**План заняття:**

1. Соціалізація особистості як процес входження в соціальне середовище.
2. Екологічні установки та екологічна поведінка.
3. Особливості екологічної поведінки та її залежність від зовнішніх факторів.
4. Соціальне середовище як екологічний фактор соціалізації особистості.
5. Соціально-психологічний клімат групи та її вплив на екологічну свідомість особистості.

**Питання для поточного контролю та самоконтролю:**

1. Основні уявлення про відносини «людина - середовище».
2. Чи може людина перебувати поза середовища як такого?
3. У чому полягають особливості екологічної соціалізації особистості?
4. Що таке екологічні установки та поведінка?
5. Основні принципи пропаганди екологічної поведінки.

**Теми доповідей і рефератів (презентацій):**

1. Специфіка застосування принципу «зворотного зв'язку» у природоохоронній діяльності.
2. Вплив сили екологічного стимулу на поведінку людини.
3. Правило синусоїди за Ф. Зімбардо та М. Ляйппе.
4. Еколого-психологічне тлумачення поняття особистості.
5. Екологічна культура, життєдіяльність та спосіб життя особистості.

**Тема №11. Види та типи ставлення до природи, структура ставлення (С. Дерябо, В. Ясвін)**

*(практичне заняття – 2 години)*

**Мета заняття:** ознайомити студентів з проблемами відносин у сучасній психології та структурою ставлення людини до природи за С. Дерябо та В. Ясвін.

**План заняття:**

1. Проблема відносин у сучасній психології.
2. Суб'єктивність ставлення людини до природи.
3. Структура ставлення до природи за С. Дерябо та В. Ясвін:
  - 1). Базові параметри ставлення до природи та параметри другого порядку;
  - 2). Модальність та інтенсивність ставлення людини до природи;
  - 3). Різновиди суб'єктивного ставлення.

**Питання для поточного контролю та самоконтролю:**

1. У чому полягає проблема відносин у сучасній психології?
2. Назвіть три основні групи відносин за Мясищевим В.Н.
3. Ставлення до природи як специфічний різновид ставлення людини.
4. Назвіть параметри суб'єктивного ставлення людини до природи другого порядку.
5. Дайте коротку характеристику всіх типів відносин людини до природи за С. Дерябо та В. Ясвін.

**Теми доповідей і рефератів (презентацій):**

1. Суб'єктивне сприйняття світу природи.
2. Концепція С. Дерябо та В. Ясвін.
3. Типологія суб'єктивного ставлення до природи.
4. Особливе місце модальності у концепції С. Дерябо та В. Ясвін.
5. Базові параметри ставлення до природи.

**Тема №12. Екологічна соціалізація особистості як один з аспектів соціалізації в культурному контексті, її основні етапи**

*(практичне заняття – 2 години)*

**Мета заняття:** ознайомити студентів з особливостями екологічної соціалізації особистості, основними етапами соціалізації та поняттям культурної соціалізації.

**План заняття:**

1. Особливості екологічної соціалізації особистості.
2. Культура як фактор соціалізації особистості.
3. Психологічні аспекти соціо-культурного середовища.
4. Екологічні цінності як форми виразу культури суспільства.
5. Вплив екології на психологію етносу.

**Питання для поточного контролю та самоконтролю:**

1. Розкрийте поняття «культурна соціалізація» та «самоідентифікація» особистості.
2. Назвіть основні особливості культурної соціалізації міського та сільського мешканця.
3. Назвіть основні етапи екологічної соціалізації в культурному контексті.
4. Опишіть екологічний контекст культури, способу життя та свідомості людини.
5. Яким чином екологія впливає на психологію етносу?

### **Теми доповідей і рефератів (презентацій):**

1. Взаємозв'язок способу життя українців, екології та менталітету.
2. Взаємодія та взаємовплив екології та етнопсихології.
3. Поняття «привидний етнос» Л. Гумільова.
4. Екологічні цінності як форми виразу культури суспільства.
5. Екологічний контекст культури, способу життя та свідомості людини.

### **Тема №13. Проблеми та методи екологічної освіти у зв'язку з різними віковими групами населення. Психологія екологічного виховання в Україні**

*(практичне заняття – 2 години)*

**Мета заняття:** ознайомити студентів з проблемами та методами екологічної освіти, особливостями екологічного виховання в Україні.

#### **План заняття:**

1. Методологічні проблеми екологічної освіти.
2. Віковий підхід до формування екологічної свідомості:
  - 1). Екологія іграшки;
  - 2). Ставлення до довкілля у молодшому шкільному віці;
  - 3). Відносини із довкіллям у підлітковому віці;
  - 4). Екологічна свідомість у юнацькому віці;
  - 5). Екологічна свідомість у зрілому віці.
3. Формування активної еко-зберігаючої позиції.
4. Психологія екологічного виховання в Україні.

#### **Питання для поточного контролю та самоконтролю:**

1. Назвіть ключові проблеми екологічної освіти. У чому вони полягають?
2. Основні методологічні принципи екологічної психопедагогіки.
3. Назвіть особливості екологічної свідомості дитячого віку.
4. Яке ставлення до довкілля притаманне зрілому вікові?
5. Назвіть методи корекції екологічного мислення у зрілому віці.

### **Теми доповідей і рефератів (презентацій):**

1. Основний методологічний принцип екологічної психопедагогіки та онтогенез екологічної свідомості.
2. Загальний підхід до аналізу формування суб'єктивного ставлення до довкілля.
3. Роль екології у формуванні українського менталітету.
4. Форми соціально-психологічних методів, що застосовуються у екологічному вихованні українців.

5. Освіта як один із видів життєвого середовища: екопсихологічний аспект.

#### **Тема №14. Екстремальне середовище як екопсихологічний феномен**

*(практичне заняття – 2 години)*

**Мета заняття:** ознайомити студентів з поняттями екстремальне середовище, екологічна криза та екологічна катастрофа. Проаналізувати актуальні проблеми психології екологічних катастроф.

##### **План заняття:**

1. Поняття «екстремальне середовище».
2. Визначення понять «екологічна криза», «екологічна катастрофа».
3. Типологія екологічних криз та екологічних катастроф.
4. Актуальні проблеми психології екологічних катастроф.
5. Адаптогенез екологічної свідомості після аварії на ЧАЕС. Радіоекологічна психологія в Україні.

##### **Питання для поточного контролю та самоконтролю:**

1. Визначте поняття екстремальне середовище.
2. Визначте поняття «екологічна криза» та «екологічна катастрофа» та назвіть їх типи.
3. Назвіть джерела виникнення екологічних катастроф.
4. Як змінювалися у часі уявлення про наслідки аварії на ЧАЕС.
5. Назвіть предмет радіоекологічної психології.

##### **Теми доповідей і рефератів (презентацій):**

1. Поняття про психологію екстремальних ситуацій.
2. Типи екологічних катастроф, які визначаються за рівнем соціалізації.
3. Вплив криз і катастроф на екологічну свідомість.
4. Поняття «синдром чорнобильця».
5. Становлення радіоекологічної психології в Україні.

#### **Тема №15. Соціально-психологічна допомога потерпілим від стихійних лих і катастроф. Методи психологічної допомоги потерпілим від екологічних катастроф**

*(практичне заняття – 2 години)*

**Мета заняття:** ознайомити студентів з поняттями психологічна травма та посттравматичний стрес, розглянути особливості соціально-психологічної допомоги потерпілим від стихійних лих і катастроф та можливості самопомоги при стресовому стані.

### **План заняття:**

1. Визначення понять про психологічну травму та посттравматичний стрес.
2. Особливості надання соціально-психологічної допомоги потерпілим від стихійних лих і катастроф.
3. Методи психологічної допомоги потерпілим від екологічних катастроф.
4. Соціально-психологічні проблеми, що виникають під час екологічних катастроф.
5. Трансформація екологічної свідомості під впливом криз і катастроф.

### **Питання для поточного контролю та самоконтролю:**

1. Що таке психічна травма та посттравматичний стрес?
2. Назвіть основні методи діагностики психологічного стану потерпілих від екологічної катастрофи.
3. У чому полягає допомога потерпілим від стихійних лих і катастроф?
4. Назвіть методи самопомоги у стресових станах.
5. З яких симптомів складається «симптом чорнобильця»? Поясніть природу цього симптому.

### **Теми доповідей і рефератів (презентацій):**

1. Пряма й опосередкована дія радіації на психічний стан людини.
2. Психологічні наслідки екологічних катастроф.
3. Методичні можливості та засоби психодіагностики потерпілих.
4. Поняття про психологію екстремальних ситуацій.
5. Проблеми екологічної психології в постчорнобильський період.

### **Рекомендована література:**

#### *Основна:*

1. Екологічна психологія : хрестоматія / за ред. Ю. М. Швалба. К.: Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2018. 224 с.
2. Скребець В. О. Екологічна психологія: підручник / В. О. Скребець, І. І. Шлімакова. К. : Видавничий Дім «Слово», 2014. 456 с.
3. Скребець В. О., Шлімакова І. І. Екологічна психологія: підручник. К. : Видавничий дім «Слово», 2014. 456 с.
4. Бацилева О.В., Пузь І.В. Прикладні аспекти психології: екологічна психологія для здобувачів вищої освіти освітньої програми «Психологія»: навч.посіб. Вінниця, 2019. 195 с.

#### *Додаткова:*

1. Тачі Емруш. Екологічна психологія як напрям сучасних психологічних досліджень. Наукові праці МАУП, 2013, вип. 2(37), с. 134–138.
2. Соціально-психологічні засади становлення екологічно орієнтованого способу життя особистості : монографія / Ю. М. Швалб, О. Л. Вернік, О. О. Вовчик-Блакитна, О. В. Рудоміно-Дусятська [та ін.]; за ред. Ю. М. Швалба. К.: Педагогічна думка, 2015. 216 с.
3. Еколого-психологічне забезпечення якості життя : науково-методичні рекомендації / за заг. ред. Ю. М. Швалба. Кіровоград : «Імекс-ЛТД», 2013. 98 с.
4. Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. Житомир: “Вид-во ЖДУ ім. І. Франка”, 2018. Т. VII. Екологічна психологія. Вип. 45. 338 с.