

## **Прояв психомоторики у різних типах професій**

**С.М. Кондратюк. Прояв психомоторики у різних типах професій.** Здійснено аналіз теоретичних підходів до вивчення психомоторики особистості, зокрема її психомоторних якостей. Розглянуто психомоторику загалом і в контексті різних сфер життєдіяльності. Виділено психомоторні якості у різних типах професій, а саме: «людина-людина», «людина-природа», «людина-техніка», «людина-знакова система», «людина-художній образ». Проаналізовано психологічне вивчення професійної діяльності з метою виявлення вимог до індивідуальних особливостей людини, до професійно важливих якостей (властивостей, функцій тощо) особистості, а також оцінюється ступінь значущості цих індивідуальних особливостей для ефективного виконання даної діяльності. Розглянуто психограми, в яких подаються психомоторні якості людини, які є професійно важливими для даної професійної діяльності.

**Ключові слова:** психомоторика, психомоторні якості, психомоторні акти, психомоторні здібності, психограма, професіограма, життєдіяльність, види професій.

**С.Н. Кондратюк. Проявление психомоторики в различных типах профессий.** Осуществлён анализ теоретических подходов к изучению психомоторики личности, в частности её психомоторных качеств. Рассмотрена психомоторика в целом и в контексте различных сфер жизнедеятельности. Выделены психомоторные качества в различных типах профессий, а именно: «человек-человек», «человек-природа», «человек-техника», «человек-знаковая система», «человек-художественный образ». Проанализировано психологическое изучение профессиональной деятельности с целью выявления требований к индивидуальным особенностям человека, требования к профессионально важным качествам (свойствам, функциям и т.д.) личности, а также оценивается степень значимости этих индивидуальных особенностей для эффективного выполнения данной деятельности. Рассмотрены психограммы, в которых подаются психомоторные качества человека, которые являются профессионально важными для данной профессиональной деятельности.

**Ключевые слова:** психомоторика, психомоторные качества, психомоторные акты, психомоторные способности, психограмма, професіограма, жизнедеятельность, виды профессий.

**Постановка проблеми у загальному вигляді.** Вивчення прояву психомоторики сьогодні є важливою та складною проблемою вікової, загальної, практичної психології та психології праці.

Підвищені вимоги до фахівця зумовлюють спрямований розвиток його індивідуальних особистісних і рухових здібностей, що мають прикладне значення в професійній діяльності. Адже при постійному вдосконаленні техніки та автоматизації процесу діяльності робота працівника ускладнюється та потребує оптимального використання психофізіологічних резервів організму.

**Аналіз останніх досліджень.** Результати аналізу наукових праць з проблеми дослідження, зокрема роботи М. О. Бернштейна, Є. П. Ільїна, В. В. Клименка, В. П. Озерова, К. К. Платонова, І. М. Сеченова, А. І. Шинкарьюка та інших, свідчать про те, що психомоторика відображає різні сторони рухової діяльності людини. Дослідники вивчають психомоторний розвиток особистості у дитячому, підлітковому, дорослому віці у навчальній, спортивній, професійній діяльності.

**Мета статті** полягає у розгляді психомоторики загалом і в контексті різних сфер життєдіяльності.

**Основний матеріал.** На думку В. В. Клименка, механізм психомоторики є предметом наукового психологічного дослідження, а наукові методи дозволяють розкрити його зміст і способи функціонування у процесі розвитку [1, с. 29].

Стосовно поняття «психомоторика» існують наступні визначення: психомоторика – основний вид об'єктивізації психіки в сенсомоторних, ідеомоторних та емоційно-моторних реакціях і актах [2, с. 71]; психомоторика – здатність людини відображати об'єктивну інформацію про свою рухову діяльність, точно контролювати свої рухи і ефективно керувати ними [3]; психомоторика – об'єктивне сприйняття людиною всіх форм психічного відображення, починаючи з відчуття і закінчуючи складними формами інтелектуальної активності [4]; психомоторика – це об'єктивізація всіх форм психічного відбиття через м'язові рухи [5]; психомоторика – сукупність довільних, свідомо керованих рухових дій [6].

Зауважимо, що психомоторні акти людини – це складно організовані пізнавально-регуляторні системи, в яких взаємопов'язані мотиваційні, функціональні, операційні компоненти. Рівень функціонування таких психічних процесів, як відчуття і сприйняття забезпечує точність, інтенсивність та ефективність управління рухами.

Зв'язок психомоторики із практичною діяльністю, дієвістю та активністю психіки вивчав І. М. Сеченов. Вивченню довільних рухів присвячені роботи таких вчених, як М. О. Бернштейн, М. О. Гуревича, М. І. Озерецького та ін. М. О. Бернштейн розглядав психомоторну дію, яка будується згідно з системою ієрархії

та субординації рівнів побудови рухів. Дана система створюється відповідно до участі тих або інших відділів центральної нервової системи. Психомоторні дії можуть регулюватися по-різному, залежно від смислової частини моторного завдання. Як зазначав М. О. Бернштейн, керування рухами – складний багаторівневий процес [7]. Вивчаючи будову психомоторних рухів, М. О. Бернштейн довів, що для побудови психомоторної дії, її виконання та корегування на ґрунті зворотних зв'язків може бути тільки сформоване та відображене в мозку моторне завдання.

Вивчаючи психомоторні дії, зазначимо, що В. М. Шмаргун [8] здійснює дослідження сенсомоторних дій, які виступають посередником від образу до думки та відіграють важливе значення у формуванні когнітивних процесів. Завдяки засобам сенсорики та перцепції здійснюється узагальнене відображення інформації.

При дослідженні психомоторики особистості науковці неоднозначно використовують терміни психомоторики. На думку Є. П. Ільїна [9, с. 125], відмінностей між поняттями «фізичні якості», «рухові якості», «психомоторні якості», «психофізичні якості» немає, і вони описують одне й те саме явище з різних точок зору. Також вчений проводить межу між поняттями якості та здібності. Здібності є вродженими, руховими можливостями, а якості – можливості, обумовлені вродженим та набутиим. Отже, опираючись на положення Є. П. Ільїна, термін «психомоторні якості», вчений розглядає як інтегральну характеристику рухових можливостей людини, що обумовлені її анатомо-морфологічними, фізіологічними та психологічними особливостями.

Рухові здібності розуміють як різновид здібностей (індивідуально-психологічні особливості особистості, які виступають умовою успішного виконання тієї або іншої продуктивної діяльності), провідним компонентом яких є самоконтроль і самоврядування руховими діями, де головна роль належить психічним механізмам [10].

На думку В. П. Озерова, структура психомоторних здібностей (якостей) людини складається із сенсорних, моторних і когнітивно-розумових здібностей [11]. Вчений, розглядаючи психомоторні здібності як ядро рухових здібностей, зазначає, що вони забезпечують ефективне управління рухами й руховими діями на основі точного самоконтролю й саморегуляції за допомогою рухових уявлень, уяви та пам'яті.

Психомоторні здібності – уміння, які забезпечують рухові навички, здатність у роботі «поєднувати голову з руками» [12, с. 298].

Аналіз наукової літератури дає підстави стверджувати, що сьогодні відсутня і єдина класифікація психомоторних якостей. У структуру психомоторних якостей, крім таких, як сила, швидкість, витривалість, точність, ритмічність рухів, також включають координацію, тонку координацію рук, статичну координацію, динамічну координацію, моторну активність, рухи, які допомагають орієнтуватися в просторі, напрям руху, енергію рухів, спритність, швидкість реакції, тремор, прицілювання та інші.

Розглядаючи рухову активність на рівнях цілісної діяльності, окремого акту, макро- і мікрорухів, вчений включив різні рухові особливості у психомоторні характеристики, а саме: локомоторна функція, яка сприяє динамічності поведінки людини; м'язовий тонус як енергетична характеристика рухової активності; статичний та динамічний тремор як показник ступеня координації рухів і регулятор успішності їх виконання; сила м'язової напруги (ручна і станова) як показник загального фізичного розвитку; статична м'язова напруга (зусилля); точність рухів рук і ніг; особливості графічних рухів [13].

На думку В. В. Клименка, дослідження механізмів психомоторики людини і процесу засвоєння рухових дій може йти шляхом залучення пояснювальної схеми почуттєво-практичної діяльності [1, с. 264]. У цій схемі важливою умовою діяльності виступає активність, яка є властивістю психічного відображення. Автор виділяє п'ять основних форм активності, які забезпечують точність психомоторних дій: 1) сенсорна активність; 2) перцептивна активність; 3) активність установки, 4) активність психічного відображення; 5) активність психічної взаємодії. При виконанні психомоторної дії свою активність людина спрямовує на зміни власного «Я», одночасно змінюючи оточуюче середовище.

В. Д. Шадриков, опираючись на дослідження своїх попередників, виділив особливості психомоторики, а саме: моторна активність (швидкість реакції, установки та рухів); статична координація (тремтіння пальців і коливання рук); динамічна координація (однієї руки або обох рук); відповідність рухів, що визначає орієнтацію людини у просторі; складання формул рухів і автоматизовані рухи; напрям руху; одночасні рухи; ритм рухів; темп рухів; м'язовий тонус; сила, енергія рухів. Дані особливості включають у себе прості показники (сила рухів, тонус) та складні психомоторні характеристики (координація, одночасність) [14].

Розглядаючи особливості підготовки спеціалістів різних галузей виробництва, Р. Т. Раєвський вказує на те, що в нашій

життєдіяльності особливого значення набувають моторні та психічні якості, адже науково-технічний процес вимагає підвищених вимог до фізичної підготовленості працівника, тому що відбувається навантаження на весь організм [15, с. 434].

А. І. Шинкарюк здійснив експериментальну перевірку взаємозв'язку між спроможністю до перебудови психомоторного стереотипу та успішністю людини в трудовій діяльності. Отримані результати показали, «що загальні здібності людини до сенсомоторної координації під час перебудови моторного стереотипу впливають на ефективність виконання трудових дій, та навпаки. Тобто, виконання різноманітних трудових психомоторних дій сприяє розвитку загальних здібностей до керування рухами. Формування здібностей до орієнтувально-дослідницьких рухів, до своєрідної пошукової лабільності у віднаходженні кращих кінематичних і динамічних характеристик дій, сенсорних синтезів і центральних компонентів їх регуляції є необхідною умовою не тільки утворення моторних навичок, але й їх удосконалення на всіх етапах майстерності та застосування в динамічних умовах життєдіяльності» [16, с. 125].

Кожна професія вимагає від людини високого рівня розвитку фізичних і психічних якостей, прикладних навичок. При виконанні професійної діяльності важливу роль відіграє психомоторика працівника, адже розвиток рухових якостей вказує на професійну придатність. Сучасний науково-технічний прогрес потребує формування у працівника можливостей перебудови психомоторних навичок.

Професійна діяльність різних працівників професій типу «людина-людина», «людина-природа», «людина-техніка», «людина-знакова система» «людина-художній образ», вимагає використання широкого кола знань, інтелектуальних умінь, хорошої уваги, пам'яті, мислення, уваги, а для вирішення конкретних завдань при значній варіативності цілей і умов праці наявності психомоторних якостей.

У механізмі психомоторики особистості В. В. Кліменко вбачає «спільномірність будови тіла і психомоторної дії», завдяки гармонії яких досягаються вершини професійної досконалості.

Значення психомоторних якостей у професійній діяльності різне. Професійна діяльність висуває певні вимоги до професійно важливих якостей людини, а особливо це стосується професій типу «людина-людина». Психомоторні якості дуже важливі для вчителя фізичної культури. Адже, вчителю необхідно володіти фізичною силою, гнучкістю, швидкістю реакції.

Робота медсестри ставить також високі вимоги до сенсомоторики. Її рухи повинні бути точними, швидкими, спритними (у процесі здійснення ін'єкцій та інших маніпуляцій) [17, с. 55].

В умовах сучасного науково-технічного прогресу в професіях типу «людина-природа» різко підвищуються роль і значення вимог саме до психологічної сфери особистості працівника (до сприймання, уваги, пам'яті, мислення, самостійності, рішучості, дисциплінованості). Успішна діяльність спеціалістів цієї групи професій залежить також від здатності передбачати і оцінювати дуже мінливі природні фактори. Тим часом результати такого прогнозування можуть виявитися не відразу, а через тиждень, місяць, а то й роки. Представникам зазначеного типу важливо враховувати не лише предмет, а й знаряддя праці. Зокрема, ручні знаряддя праці потребують від людини спритності, витривалості, координованості і розмірності рухів, здатності точно дозувати їх силу і напрямок, спроможності утримувати в пам'яті багато правил, відомостей й оперувати ними (професії рільника, садівника, овочівника); механізовані знаряддя – координації точності і розмірності рухів, стійкості і розподілу уваги, хорошого пристосування до одноманітних подразників, постійного інформаційного «голоду» [17, с. 83].

Для успішного виконання механізаторської діяльності, є зорово-моторна координація і м'язово-суглобне відчуття, стійкість до монотонії, здатність диференціювати і локалізувати слухові подразнення, стійкість і розподіл уваги, технічна кмітливість і висока мотивація [17, с. 86].

У праці ветлікаря велике значення мають рухливі дії. Необхідний високий рівень точності і координації рухів. Виконання низки робочих дій (у ході нескладних хірургічних операцій, акушерської допомоги, профілактичних щеплень) вимагає від нього значної спритності рук, високого рівня дрібної моторики кистей і пальців (при огляді тварин). Деякі види роботи вимагають значної сили рук (при огляді великої рогатої худоби, вправленні вивихів, пологах) [17, с. 94].

Для типу «людина-техніка» важливими психомоторними якостями є швидкість, точність простої та складної сенсомоторної реакції, сила, координація рухів. Проте, Є. П. Ільїн зауважує, що психомоторні якості в різних професіях проявляються по-різному: для телефоністок, музикантів з установкою «на швидкість», пілотів, шоферів, трактористів, диспетчерів – «на точність» [9].

Для ефективної діяльності авіаційного диспетчера необхідними якостями виступають швидкість та точність психомоторних реакцій, стійкість психомоторики до емоційних впливів.

Розмітнику необхідна м'язова витривалість, влучність удару, координація, стійкість, чіткість, точність рухів. В основі усіх психомоторних якостей лежить високий розвиток зорово-моторної координації.

В'язальниця безперервно переміщається в робочій зоні, проводить низку ручних операцій, це вимагає від неї рухливості й хорошого фізичного розвитку. Темп роботи швидкий і вимушений.

Необхідність постійного контролю за ходом виконання виробничих операцій вимагає від верстатника деревообробних верстатів високого рівня сенсомоторики. Точність, стійкість, координованість і чіткість рухів особливо важливі при виконанні складних операцій, таких, наприклад, як фасонна обточка. В основі цих якостей лежить високий рівень розвитку зорової та моторної координації, тобто координація «око – рука» обох рук, висока чутливість пальців. За допомогою зору контролюється весь процес обробки деталей, тому верстатнику важливо мати бінокулярний зір з добре розвиненим окоміром [18, с. 30]. Незважаючи на це, токарю необхідна точність рухів, збереження їх напрямку без коливань, тремтіння і відхилень. Точність і координація рухів піддаються тренуванню, і залежно від характеру трудової діяльності поступово автоматизуються [17, с. 76].

Для наладчика автоматичної системи необхідно мати високу точність і координацію рухів, що допомагає йому працювати, коли виникає необхідність проникнути у малодоступні місця устаткування і виконувати дії у незручній позі, дотримуючись певної обережності, щоб уникнути травми. Великої точності рухів потребує установка і регулювання ріжучого інструменту [17, с. 66].

Важливе значення у діяльності водія міського транспорту має час його сенсомоторної реакції, тобто часовий інтервал між моментом появи сигналу і початком реалізації відповідних дій. Чим менший час, який витрачається на відповідні дії подразника, тим більша швидкість реакції водія. Час реакції навіть в одного й того ж водія не залишається постійним, оскільки залежить від умов руху, суб'єктивного стану самого водія, багатьох інших факторів. Раптове виникнення небезпеки збільшує час реакції, особливо, коли темніє. В експертних висновках нормою вважається час реакції 0,8 сек. У формуванні рухових навичок

маніпулювання пристроями управління певну роль відіграє рівень розвитку точності і координації рухів, що має особливе значення на стадії навчання [17, с. 71].

Для професії типу «людина-знакова система» є не виготовлення певної продукції, а контроль і регулювання процесів, які в ній відбуваються. Знаряддями праці є не кнопки і ключі, а правила, інструкції, умовні знаки, символи, цифри, коди, штучні види мов, певна стратегія розв'язання задач, що застосовується в даній системі управління. Інформацію про зміни у виробничому процесі спеціаліст одержує опосередковано у вигляді різноманітних сигналів, символів, цифрових показників, тобто в закодованому вигляді. У таких умовах взаємодії людини із складним технічним устаткуванням на перше місце виступають завдання сприймання і переробки інформації, контролю, прогнозування і прийняття рішень.

Операторські спеціальності мають здатність до швидкого вироблення і перебудови сенсомоторних і розумових навичок, а також психофізіологічну і фізіологічну витривалість (високу працездатність, стійкість до втоми). Особливість діяльності оператора визначається тим, що швидкісне протікання виробничих процесів, їх складність висувають підвищені вимоги до точності його дій, швидкості прийняття рішень, темпу здійснення управлінських функцій. Для праці оператора притаманні обмежена рухова активність, використання малих груп м'язів. Важливо і те, що йому доводиться працювати в умовах ізоляції від звичного соціального середовища, передусім «у товаристві приладів й індикаторів». Підвищення ступеня автоматизації виробничих процесів вимагає від оператора високої готовності до екстрених дій. У нормальних умовах основною функцією оператора є контроль і стеження за ходом виробничого процесу. У разі виникнення неполадок чи порушень режиму роботи оператор повинен зробити різкий перехід від спокійної, монотонної роботи в умовах «оперативного спокою» до активних дій, спрямованих на ліквідацію порушень. При цьому, він має проаналізувати значний об'єм інформації, прийняти правильне рішення, реалізувати його. Це спричиняє сенсорні, інтелектуальні й емоціональні перевантаження [17, с. 112].

У професіограмі групи професій типу «людина-художній образ» у діяльності фахівців переважають, в основному, емоційні, сенсорні та моторні види психологічної активності. Реалізуючи себе в образах, чуттях та рухах, названі види психічної активності, як відомо, насамперед спираються на діяльність зорових,



слухових, рухових та дотикових сприймань; на емоційну, образну та рухову пам'ять; на наочно-образне мислення; на відтворну та творчу уяву. Переважання у професіях художнього типу названих видів психічної активності, обумовлених специфічністю предмета праці, визначає і структуру характерних для даної групи професій психологічних вимог до здібностей людини [17, с. 129].

Якість праці маляра-альфрейника (декоративний живопис) визначається здебільшого точністю зорово-рухової координації, рівнем точності та швидкості рухів рук, особливо провідної руки. Високим у маляра повинен бути і рівень розвитку точності і координації сенсомоторних дій. В живописних роботах лінії, малюнки, орнаменти наносяться у певному ритмі одним рухом руки. Наприклад, працюючи над фрескою, яка прикрашає стіни і стелі споруд, малювати потрібно швидко, поки не висхла штукатурка. Тут від маляра-альфрейника вимагаються величезна майстерність, точність і швидкість рухів, «твердість і чутливість» руки, адже в написаному нічого не можна виправити – сира штукатурка швидко всмоктує водяні фарби, а багатошарового покриття фреска не передбачає [17, с. 134].

Вивчаючи психограми, які відображають вимоги до особистості спеціаліста, велику роль відіграють психомоторні якості (здібності), що обумовлюють успішну трудову діяльність. Психомоторні якості важливо підтримувати на необхідному рівні, що пов'язано з концентрацією уваги, швидкістю запам'ятовування, реагування на сигнали. У залежності від тривалості роботи, навчання рухи людини доводяться до автоматизму. Ця ознака не виключає необхідності визначення швидкості оволодіння руховими навичками, адже індивідуальні розходження психомоторики досить великі.

Успішність виконання діяльності залежить від швидкості реакції, швидкості переробки інформації, тобто від швидкості виникнення руху нервового процесу, а також швидкості припинення (гальмування) нервового процесу і зміни збудження гальмуванням. Високий темп діяльності, швидкість реакцій характерні для людей, які володіють рухливою (в широкому розумінні) нервовою системою. Низький темп діяльності, сповільнені реакції зустрічаються у тих людей, які володіють інертною (в широкому розумінні) нервовою системою [19, с. 374].

Для покращення психічного стану, адаптації, впевненості, взаємодії в колективі працівників застосовують психологічні тренінги, в яких є моторні компоненти. А. І. Шинкарюк вказує

на те, що моторні дії, які застосовують в тренінгах можна поділити на дві великі групи: для впливу на енергетику учасників тренінгу виконуються самостійно кожним учасником та для організації бажаного варіанта міжособистісного спілкування членів групи, що дає подвійний вплив на психіку з боку власних психомоторних дій та взаємодії з іншими членами групи [16, с. 377-378].

**Висновки та перспективи.** Результати аналізу психологічної літератури дозволяють зробити висновок про те, що прояв психомоторики важливий у всіх сферах життєдіяльності особистості. Кожна професія, крім загальних вимог висуває до працівників специфічні вимоги. Підвищення ефективності професійної підготовки та професійної діяльності неможливе без урахування психомоторних якостей. Перспективним вважаємо емпіричне вивчення психомоторики у різних професіях.

#### **Список використаних джерел**

1. Клименко В. В. Механізм психомоторики людини / В. В. Клименко. – К. : Шкільний світ, 1997. – 192 с.
2. Платонов К. К. О системе психологии / К. К. Платонов. – М. : Мысль, 1972. – 216 с.
3. Озеров В. П. Психомоторные способности человека / В. П. Озеров. – Дубна : Феникс+, 2002. – 320 с.
4. Сурков Е. Н. Психомоторика спортсмена / Е. Н. Сурков. – М. : Физкультура и спорт, 1984. – 126 с.
5. Никандров В. В. Психомоторика : учебное пособие для вузов / В. В. Никандров. – СПб. : Речь, 2004. – 14 с.
6. Ломов Б. Ф. Методологические и теоретические проблемы психологии / Б. Ф. Ломов ; отв. ред. Ю. М. Забродин, Е. В. Шорохова. – М. : Наука, 1984. – 444 с.
7. Бернштейн Н. А. Очерки по физиологии движений и физиологии активности / Н. А. Бернштейн. – М. : Медицина, 1966. – 349 с.
8. Шмаргун В. М. Когнітивні механізми психомоторних дій / В. М. Шмаргун // Актуальні проблеми навчання та виховання людей з особливими потребами : зб. наук. пр. / гол. ред. П. М. Таланчук. – К. : Університет «Україна». 2010. – №7 (9). – С. 307–319.
9. Ильин Е. П. Психомоторная организация человека : учебник для вузов / Е. П. Ильин. – СПб. : Питер, 2003. – 384 с.
10. Коссов Б. Б. Психомоторное развитие младших школьников / Б. Б. Коссов. – М. : Наука, 2004. – 254 с.

11. Озеров В. П. Формирование психомоторных способностей у школьников / В. П. Озеров. – Кишинев : Лумина, 1989. – 112 с.
12. Станкин М. И. Профессиональные способности педагога: Акмеология воспитания и обучения. Академия пед. и соц. наук / М. И. Станкин. – М. : Флинта, 1998. – 386 с.
13. Ананьев Б. Г. О проблемах современного человекознания / Б. Г. Ананьев. – 2-е изд. – СПб. : Питер, 2001. – 272 с. – (Серия «Мастера психологии»).
14. Шадриков В. Д. Психология деятельности и способности человека : учебное пособие / В. Д. Шадриков. – 2-е изд, перераб. и доп. – М. :Издательская корпорация «Логос», 1996. – 320 с.
15. Фізична підготовленість та здоров'я населення: Зб. матеріалів Міжнар. наук симпозиуму / Загальний уклад. і наук. ред. проф. Р. Т. Раєвський. – Одеса, 1998. – 260 с.
16. Шинкарьук А. І. Психомоторно-рівнева структура активності та свободи суб'єкта / А. І. Шинкарьук. – Кам'янець-Подільський : Оіум, 2005. – 448 с.
17. Карпіловська С. Я. Основи професіографії : Навч. посібник / С. Я. Карпіловська, Р. Й. Мітельман, В. В. Синявський, О. М. Ткаченко, Б. О. Федоришин, О. О. Яцишин. – К. : МАУП, 1997. – 148 с.
18. Професіограми і професіокарти професій. Методичний посібник (книга УП). –Київ, 2002. – 127 с.
19. Психологическая диагностика : Учебник для вузов / Под ред. М.К. Акимовой, К. М. Гуревича. – СПб. : Питер, 2006. – 652 с.

#### **Spisok vikoristаниh dzherel**

1. Klimenko V. V. Mehanizm psihomotoriki lyudini / V. V. Klimenko. – K. : ShkIl'niy svIt, 1997. –192 s.
2. Platonov K. K. O sisteme psihologii / K. K. Platonov. – M. : Myisl, 1972. – 216 s.
3. Ozerov V. P. Psihomotornyye sposobnosti cheloveka / V. P. Ozerov. – Dubna : Feniks , 2002. – 320 s.
4. Surkov E. N. Psihomotorika sportsmena / E. N. Surkov. – M. : Fizkultura i sport, 1984. – 126 s.
5. Nikandrov V. V. Psihomotorika : uchebnoe posobie dlya vuzov/ V. V. Nikandrov. – SPb. : Rech, 2004. – 14 s.
6. Lomov B. F. Metodologicheskie i teoreticheskie problemy psihologii / B. F. Lomov ; otv. red. Yu. M. Zabrodin, E. V. Shorohova. – M. : Nauka, 1984. – 444 s.

7. Bernshteyn N. A. Ocherki po fiziologii dvizheniy i fiziologii aktivnosti / N. A. Bernshteyn. – M. : Meditsina, 1966. – 349 s.
8. Shmargun V. M. Kognitivni mehanizmi psihomotornih diy / V. M. Shmargun // Aktualni problemi navchannya ta viovannya lyudey z osoblivimi potrebami : zb. nauk. pr. / gol. red. P. M. Talanchuk. – K. : Universitet «Ukraina». – 2010. – #7 (9). – S. 307–319.
9. Ilin E. P. Psihomotornaya organizatsiya cheloveka : uchebnik dlya vuzov / E. P. Ilin. – SPb. : Piter, 2003. – 384 s.
10. Kossov B. B. Psihomotornoe razvitie mladshih shkolnikov / B. B. Kossov. – M. : Nauka, 2004. – 254 s.
11. Ozerov V. P. Formirovanie psihomotornykh sposobnostey u shkolnikov / V. P. Ozerov. – Kishinev : Lumina, 1989. – 112 s.
12. Stankin M. I. Professionalnyie sposobnosti pedagoga: Akmeologiya vospitaniya i obucheniya. Akademiya ped. i sots. nauk / M. I. Stankin. – M. : Flinta, 1998. – 386 s.
13. Ananov B. G. O problemakh sovremennogo chelovekoznaninya / B. G. Ananov. – 2-e izd. – SPb. : Piter, 2001. – 272 s. – (Seriya «Mastera psihologii»).
14. Shadrikov V. D. Psihologiya deyatelnosti i sposobnosti cheloveka : uchebnoe posobie / V. D. Shadrikov. – 2-e izd, pererab. i dop. – M. : Izdatelskaya korporatsiya «Logos», 1996. – 320 s.
15. Fizichna pidgotovlenist ta zdorovya naselennya: Zb. materialiv Mizhnar. nauk simpoziumu / Zagalniy uklad. I nauk. red. prof. R. T. Raevskiy. – Odesa, 1998. – 260 s.
16. Shinkaryuk A. I. Psihomotorno-rivneva struktura aktivnosti ta svobodi sub'ekta / A. I. Shinkaryuk. – Kam'yanets-Podilskiy : Olyum, 2005. – 448 s.
17. Karpilovska S. Ya. Osnovi profesiografii : Navch. posibnik. / S. Ya. Karpilovska, R. Y. Mitelman, V. V. Sinyavskiy, O. M. Tkachenko, B. O. Fedorishin, O. O. Yaschishin. – K. : MAUP, 1997. – 148 s.
18. Profesiogrami i profesiokarti profesiy. Metodichniy posibnik (kniga UP), – Kiiiv, 2002. – 127 s.
19. Psihologicheskaya diagnostika : Uchebnik dlya vuzov / Pod red. M. K. Akimovoy, K. M. Gurevicha. – SPb. : Piter, 2006. – 652 s.

**S.M. Kondratiuk. The psychomotor manifestation in different spheres of life.** The analysis of theoretical approaches to the study of the psychomotor of the personality, including its psychomotor skills was made. Psychomotor was reviewed in general and in the context of different spheres of

activity. We singled out the psychomotor abilities in different kinds of occupations, such as «man–man», «man–nature», «man–technology», «man–sign system», «man–artistic image». We analyzed the psychological study of professional activity in order to identify individual requirements for the person and the requirements for the professionally important qualities (properties, functions, etc.) of a person. The degree of importance of individual peculiarities for effective execution of activity was estimated.

We consider the professional activity of workers of different professions that require the usage of a wide range of knowledge, intellectual skills, good imagination, memory, thinking, attention, and for solution of specific tasks with considerable variation of goals and conditions of activity needed psychomotor abilities. Psychograms, in which psychomotor qualities are presented, which are professionally important for this profession are reviewed. Psychomotor of the worker plays an important role in execution of professional activity, because the development of motor skills indicates his professional suitability. Modern scientific and technological progress requires formation for the opportunities of restructuring of psychomotor skills of workers.

**Key words:** psychomotor, psychomotor qualities, psychomotor acts, psychomotor abilities, psychogram, professionogram, human activity, types of occupations.

*Отримано: 22.01.2014 р.*

**УДК 159.923.2**

*О.В. Крюкова*

## **Тренінг «Психологічні основи соціального розвитку особистості в ранньому юнацькому віці»: зміст і структура**

**О.В. Крюкова. Тренінг «Психологічні основи соціального розвитку особистості в ранньому юнацькому віці»: зміст і структура.** У статті розкрито сутність соціального розвитку особистості в ранньому юнацькому віці. Представлено зміст і структуру тренінгу «Психологічні основи соціального розвитку особистості в ранньому юнацькому віці», апробованого у загальноосвітніх навчальних закладах. Описано вимоги до рівня загальноосвітньої підготовки учнів, змістовний і розвивальний компоненти кожного з шести розділів тренінгу: «Поняття про соціальний розвиток і соціальне самовизначення старшокласника», «Беру відповідаль-