

**ДЕРЖАВНА СЛУЖБА УКРАЇНИ З НАДЗВИЧАЙНИХ СИТУАЦІЙ  
ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
БЕЗПЕКИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ  
НАВЧАЛЬНО-НАУКОВИЙ ІНСТИТУТ  
ПСИХОЛОГІЇ ТА СОЦІАЛЬНОГО ЗАХИСТУ**

**ВИДАТНІ ПОСТАТІ ПСИХОЛОГІЇ:  
ІСТОРІЯ, СУЧАСНІСТЬ І ПЕРСПЕКТИВИ**

Матеріали  
VI регіонального наукового семінару  
до дня психолога

23 квітня 2019 р., м. Львів

Львів – 2019

Рекомендовано до друку вченою радою Навчально-наукового інституту психології та соціального захисту Львівського державного університету безпеки життєдіяльності 16 квітня 2019 року, протокол № 3.

Видатні постаті психології: історія, сучасність і перспективи : матеріали VI регіонального наукового семінару до дня психолога (23 квітня 2019 р., м. Львів). Львів, 2019. 112 с.

**Редакційна колегія:** *Литвин Андрій Віленович* – завідувач кафедри практичної психології та педагогіки Навчально-наукового інституту психології та соціального захисту Львівського державного університету безпеки життєдіяльності, доктор педагогічних наук, професор (*голова*); *Вдович Світлана Михайлівна* – доцент кафедри практичної психології та педагогіки Навчально-наукового інституту психології та соціального захисту Львівського державного університету безпеки життєдіяльності, кандидат педагогічних наук, старший науковий співробітник (*упорядник, відповідальний секретар*); *Кривопишина Олена Анатоліївна* – професор кафедри практичної психології та педагогіки Навчально-наукового інституту психології та соціального захисту Львівського державного університету безпеки життєдіяльності, доктор психологічних наук, професор; *Руденко Лариса Анатоліївна* – професор кафедри практичної психології та педагогіки Навчально-наукового інституту психології та соціального захисту Львівського державного університету безпеки життєдіяльності, доктор педагогічних наук, старший науковий співробітник; *Сірко Роксолана Іванівна* – заступник завідувача кафедри практичної психології та педагогіки Навчально-наукового інституту психології та соціального захисту Львівського державного університету безпеки життєдіяльності, кандидат психологічних наук, доцент.

У збірнику матеріалів регіонального наукового семінару до дня психолога представлені досягнення видатних психологів і їх вплив на розвиток цивілізації, розглянуто провідні напрями психології, їх сучасний стан і перспективи, а також міждисциплінарні аспекти психології.

Рекомендовано для науковців, психологів-практиків і педагогів вищих навчальних закладів, докторантів, аспірантів.

Матеріали подаються в авторській редакції.

**Рецензенти:**

**Кривопишина Олена Анатоліївна** – доктор психологічних наук, професор;  
**Васянович Григорій Петрович** – доктор педагогічних наук, професор.

<b>Віктор Повстин, науковий керівник – Андрій Ковальчук</b> Психологічний стан людини при удосконаленні техніки стрільби	79
<b>В'ячеслав Сурін, науковий керівник – Роксолана Сірко</b> Плацебо як вид психологічного феномена .....	81

### Розділ 3 Міждисциплінарні аспекти психології

<b>Світлана Біняшевська, науковий керівник – Роксолана Сірко</b> Брехня як соціально-психологічний феномен .....	83
<b>Дар'я Кліщ, науковий керівник – Тетяна Конівіцька</b> Риторичні аспекти психологічного консультування .....	85
<b>Тетяна Конівіцька</b> Підготовка до публічного виступу крізь призму психології .....	87
<b>Зоряна Кремінь, науковий керівник – Роксолана Сірко</b> Маніпулятивний вплив у спілкуванні .....	91
<b>Діана Мельничайко, науковий керівник – Андрій Цюприк</b> Соціально-психологічні причини конфліктів у сім'ї .....	93
<b>Надія Урбанська, науковий керівник – Роман Яремко</b> Проблема професійної спрямованості старшокласників .....	95
<b>Галина Федюк</b> Психолого-педагогічні ідеї академіка І. Зязюна .....	97
<b>Інна Шишова</b> Дитиноцентризм вчення В. Сухомлинського й інклюзивна освіта	100
<b>Наші автори</b> .....	104



*Віктор Повстин,  
науковий керівник – Андрій Ковальчук*

### **Психологічний стан людини при удосконаленні техніки стрільби**

Вдосконалення техніки виконання пострілу є одним з головних пріоритетів і резервів покращення результативності на стрільбах. Головні завдання емоційної підготовки стрільця – створення ентузіазму і любові до стрільби, готовності до тренувальної та змагальної активності, що вимагає вольових зусиль для подолання зовнішніх і внутрішніх перешкод, поліпшення психологічних параметрів особи, формування і поліпшення інтелекту спортсмена. Вдале укладання цих задач залежить від знань і педагогічного професіоналізму тренера, від володіння спортсменами системою особливих знань про нервову систему людини. Спортсмени зобов'язані знати, що це сприйняття, уявлення, інтерес, його види та характеристики, пам'ять, мислення, свобода, вольові властивості, відчуття, враження, який їхній сенс, роль і вплив на активність людини. Очевидно, що стрільці повинні володіти спеціальними якостями, взаємозв'язаний комплекс яких приводить до досягнення максимальних результатів під час стрільб. Такими якостями є: висока точність відтворення рухів і положень тіла під час підготовки до стрільби; тонка координація дрібних рухів, яка забезпечує; здатність тонко дозувати зусилля м'язів, за рахунок яких безпосередньо здійснюється реалізація пострілу; витривалість до статичних навантажень; здатність керувати своїм психологічним станом і поведінкою. Водночас влучний постріл і техніка його виконання безпосередньо пов'язані з підготовчими етапами, до яких ми відносимо: техніку утримання прицілу в районі виконання пострілу, техніку натискання на спусковий гачок і психологію виконання пострілу. Відповідно до цього дуже часто виникає риторичне питання: як правильно навчити людину стріляти зі зброї.

По-перше, важливу роль відіграє застосування методу візування при виконанні прицільного пострілу. Можна зробити припущення, що на підсвідомому рівні стрільці-початківці зосереджують увагу на цілі, а не на мушці в прорізі, як радять їм це робити тренери та інструктори. При застосуванні візування також потрібно враховувати таку специфіку, як монокулярний та бінокулярний зір людини [1, 17]. По-друге, у ході підготовки й практичного виконання технічних дій з реалізації пострілу досить швидко відбувається автоматизація рухів стрільців. Знаючи та очікуючи, що постріл супроводжується ударом в плече, стрілець разом з на-

тисненням на спусковий гачок мимоволі буде напружувати м'язи й подаватиме плече вперед, щоб протидіяти удару [3, 20]. Отже, у цьому разі в стрільця на базі безумовного рефлексу буде сформовано умовний рефлекс на очікуваний удар. По-третє, розглянемо загальноприйняте висловлювання “рівна мушка, повільний спуск”. Як показує досвід, чіткий контроль за мушкою в прорізі цілика та утримання її всередині мішені є одним з основних факторів виконання пострілу. Людина фізично не в змозі сфокусувати свій зір одночасно на трьох рівновіддалених предметах. Загальновідомо, що мушка повинна розташовуватися посередині прорізу цілика. Вершина її знаходиться на одному рівні з верхніми краями цілика, поряд із цим утримуються однакові просвіти в прорізі. Отже, постріл необхідно проводити, тобто м'яко натискувати на спусковий гачок, при цьому приціл (рівну мушку з ціликом) утримувати в районі виконуваного пострілу. Одним із вирішальних факторів успіху на стрільбах є психічна готовність стрільця, яка формується в процесі психологічної підготовки людини. У контексті викладення обраної теми вважаємо за необхідне перейти до психологічних аспектів виконання пострілу. Згідно з викладеним визначимо декілька основних причин непідготовленості до стрільби: “боязнь пострілу”, “очікування пострілу”, “вицілювання”. Усі ці психологічні стани сприяють безконтрольній роботі м'язів у момент виконання пострілу. Дуже часто постріл асоціюється в стрільців з почуттям тривоги й страху, які часом домінують у роботі центральної нервової системи. Ці почуття загальмовують усю її функціональну діяльність і викликають стан зайвої напруженості психіки й усіх систем організму стрільця. Загальновідомим є те, що в природі існують тільки два природжені страхи в кожній людині: падіння і гучного звуку. Психологічні особливості навчання стрільбі полягають у формуванні й удосконаленні в стрільців спонукальної вольової функції – вибору цілі та її враження за проміжок часу, визначений умовами виконання вправи; у вихованні у стрільців можливості перебороти природне хвилювання як на вогневому рубежі в тирі, так і при можливому застосуванні зброї в бойових умовах; у виробленні адаптації до звуку пострілу й віддачі.

Отже, психологічна підготовленість і техніка виконання пострілу вимагають від початківців-стрільців індивідуально-психологічної та психофізичної готовності. Проблематика, розглянута в даній науковій статті, є актуальною й вимагає більшого вивчення та вдосконалення, оскільки від техніки виконання пострілу та психологічної підготовки стрільців залежить вміння контролювати внутрішній стан у критичних ситуаціях, постійно підвищувати свою майстерність і психологічну

підготовленість при поводженні зі зброєю та сприяє закріпленню в останніх таких якостей: уміння керувати собою, відключатися від різних сторонніх факторів, що заважають здійсненню влучного пострілу; здатність концентрувати свою увагу, зосереджуючись на головному в стрільбі – максимально точному виконанні вправи.

### ЛІТЕРАТУРА:

1. Калиніченко О.М. Психофізіологічні особливості цільової точності під час виконання пострілу з сучасних стрілецьких видів зброї / О.М. Калиніченко, А.О. Лопатєв // Теорія та методика фізичного виховання. – 2010. С. 16–41.
2. Юрьев А.А. Пулевая стрельба / А.А. Юрьев. – М.: Физкультура и спорт, 1973. – 431 с.
3. Калиниченко Н.А. Основные условия повышения точности прицеливания при стрельбе из винтовки с диоптрическим прицелом: автореф. дисс.... канд. пед. наук: 13.00.04. – М., 1969. – 24 с.

*В'ячеслав Сурін,  
науковий керівник – Роксолана Сірко*

### Плацебо як вид психологічного феномена

У медицині плацебо (лат. *Placere* – подобатися) означає препарат, у якого немає лікувальних властивостей. Термін «ефект плацебо» введений в науковий обіг американським лікарем Генрі Бічер в 1955 р, який з'ясував, що приблизно третина пацієнтів одужують від таблеток-«пустихок», які не містять діючих речовин. Серйозне вивчення ефекту плацебо розгорнулося під час Другої світової війни. Коли у фронтовому госпіталі не вистачало знеболюючих засобів, анестезіолог Генрі Бічер переконався, що в окремих випадках ін'єкція фізіологічного розчину має практично ту саму дію, що і справжні ліки. Повернувшись з війни, лікар з групою колег з Гарвардського університету приступив до вивчення цього феномена. Результати своїх досліджень він підсумував в 1955 р в статті «Сильнодіючі плацебо».

Феноменальні наукові дослідження, засновані на відкриттях в області нейробіології, психології, гіпнозу і квантової фізики, довели: для мозку немає різниці між уявним переживанням і реальністю. Це дає нам можливість будувати своє життя так, як ми цього хочемо. У кожного з нас вбудована можливість зцілення.

Вчені припускають, що плацебо впливає на всіх людей, але більш виражений ефект спричинює на тих, хто проявляє себе як неспокійні,