

Міністерство освіти і науки України

Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника»

Кафедра психології розвитку

ПАРКУЛАБ О.Г.

МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ СТУДЕНТАМ
ЩОДО ВИКОНАННЯ КУРСОВИХ РОБІТ

Напрямок підготовки: 053 — Психологія

для студентів II –IV курсів

Івано-Франківськ – 2024

МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ЩОДО ВИКОНАННЯ КУРСОВОЇ РОБОТИ

Курсова робота – це самостійне навчально-наукове дослідження студента, яке виконується з певного навчального курсу або з його розділів.

Послідовність (етапи) виконання курсової роботи:

- вибір теми (при цьому треба враховувати, що в недалекій перспективі ви виконуватимете бакалаврську і магістерську роботи);
- з'ясування об'єкта і предмета дослідження;
- визначення мети і завдань дослідження;
- вивчення наукових джерел та відбір літератури з обраної теми;
- складання попереднього плану;
- написання **вступу** (актуальність, мета і завдання, гіпотеза, об'єкт, предмет, методи дослідження, практичне значення, структура роботи);
- виклад теорії (**РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ**)
- аналіз методів і опис методики дослідження; проведення емпіричного дослідження (**РОЗДІЛ 2. МЕТОДИ ТА МЕТОДИКА ДОСЛІДЖЕННЯ**);
- аналіз результатів дослідження із застосуванням методів математичної статистики (експериментальна психологія), розробка методичних рекомендацій для батьків, вчителів тощо (**РОЗДІЛ 3.**). **УВАГА!** Цей розділ можна об'єднати з другим, тоді робота матиме лише два розділи;
- формулювання висновків (короткі узагальнення з кожного розділу, відповідно до завдань дослідження, зазначити перспективи ваших досліджень);
- літературне оформлення (**СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ** має налічувати 25-30 найменувань);
- **ДОДАТКИ** (позначати буквами від А до Я, **УВАГА!** не використовувати для позначення додатків букви Г, Є, І, Й, О, Ч, Ь);
- технічне оформлення (тительна сторінка, поля – зверху, знизу, зліва – 2-2,5 см, справа – 1-1,5 см, шрифт - 14, абзаци та ін.);
- рецензування роботи, відгук наукового керівника (для бакалаврської та магістерської робіт);
- підготовка до захисту (підготовка виступу, презентації тощо – 5-7 хв.);
- процедура захисту (виступ на 5-7 хв. містить інформацію зі вступу (актуальність і тд.), виклад результатів емпіричного дослідження, формулювання рекомендацій, висновків і перспективи досліджень.

Структура курсової роботи :

- вступ;
- розділи 1, 2, 3 (підрозділи 1.1, 1.2, 1.3);
- висновки;
- список використаних джерел;
- додатки.

**Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника
Факультет психології**

Кафедра психології розвитку

КУРСОВА РОБОТА

на тему:

**«Психологічні чинники розвитку суб'єктної позиції
студентської молоді»**

Студентки 2-го курсу, групи ПС(з)-21

Напряму підготовки 053–Психологія

Кириченко М. В.

Керівник: доц. Паркулаб О.Г.

Національна шкала: _____

Університетська шкала: _____

Оцінка ECTS: _____

Члени комісії: _____

(підпис) (прізвище та ініціали)

(підпис) (прізвище та ініціали)

(підпис) (прізвище та ініціали)

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1	
ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ СУБ'ЄКТНОЇ ПОЗИЦІЇ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ	5
1.1 Розвиток суб'єктності як умова становлення майбутнього фахівця у просторі вищої школи.....	5
1.2 Поняття суб'єктної позиції студента у психолого-педагогічному дискурсі	9
1.3 Компоненти та критерії розвитку суб'єктної позиції студента.....	15
РОЗДІЛ 2	
ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ СУБ'ЄКТНОЇ ПОЗИЦІЇ СТУДЕНТІВ... ..	16
2.1 Організація та методика проведення емпіричного дослідження суб'єктної позиції студентів... ..	21
2.2 Емпіричні показники розвитку суб'єктної позиції студентської молоді ..	27
2.3 Фактори і взаємозв'язки показників суб'єктної позиції майбутніх фахівців	34
РОЗДІЛ 3	
ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНИЙ СУПРОВІД РОЗВИТКУ СУБ'ЄКТНОЇ ПОЗИЦІЇ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ... ..	35
3.1 Модель психолого-педагогічного супроводу розвитку суб'єктної позиції студентської молоді	39
3.2 Система заходів з психолого-педагогічного супроводу розвитку суб'єктної позиції студентської молоді	47
3.3 Програма тренінгу для студентів «Розвиток суб'єктної позиції студентської молоді»	54
ВИСНОВКИ	61
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	63
ДОДАТКИ.....	65

ВСТУП

Актуальність дослідження. (2-3 абзаци, вказати, що зроблено у висвітлені досліджуваної проблеми іншими авторами та невисвітлені аспекти)

Мета (пов'язана з об'єктом і предметом дослідження, а також з його кінцевим результатом, що передбачає вирішення проблемної ситуації)

Завдання (як правило, формулюють 3 завдання – відповідно до кількості розділів)

Об'єкт (що розглядається? – процес, явище тощо)

Предмет (що в цьому об'єкті має наукове пояснення? – підлягає безпосередньому вивченні у курсовій роботі)

Методи дослідження (перерахувати методи (теоретичні та емпіричні) й вказати назви методик, які використовувалися та їх авторів)

Практичне значення (як можна використовувати отримані вами дані?)

Апробація роботи (чи застосовані результати вашого дослідження на практиці, чи доповідались на студентських наукових конференціях, чи висвітлені в тезах, статтях?)

Структура роботи. Робота складається зі вступу, двох (трьох) розділів, висновків, додатків і списку використаних джерел (27 найменувань, із них 5–іноземними мовами). Робота містить 2 таблиці й 3 рисунки. Основний зміст роботи викладено на 28 сторінках, загальний обсяг роботи – 35 сторінок.

Зразок оформлення змісту роботи

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ ...

1.1 Особливості розвитку ..

Т е к с т

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ СУБ'ЄКТНОЇ ПОЗИЦІЇ СТУДЕНТІВ

1.2 Поняття суб'єктної позиції ...

Т е к с т

**Зразки оформлення таблиць і рисунків
для курсових і дипломних робіт**

Таблиця 1.1

**Авторські підходи до розуміння визначення, структурних компонентів
та критеріїв суб'єктної позиції студента**

Автор	Визначення	Компоненти	Критерії
Г. І. Аксьонова	Суб'єктна позиція – це складна інтегральна характеристика особистості, яка відображає ініціативне, відповідальне перетворювальне ставлення до самого себе, до діяльності, до світу і життя в цілому.	Мотиваційно - ціннісний Ставленнєвий Регулятивно-діяльнісний	-ціннісні орієнтації, професійні мотиви і професійна спрямованість; учбово-пізнавальні мотиви та інтереси -самоставлення, ставлення в системах «викладач – студент», «студент – навчальна група» -здатність до управління своєї особистості, власної життєдіяльності, поведінки
К. Батарсех	Суб'єктна позиція – це стійке комплексне утворення в структурі особистості, що відображається в суб'єктивному, творчому, ціннісному ставленні до своєї діяльності і якості її виконання, в прагненні до досягнення вершин.	Ціннісні орієнтації Спрямованість на самовдосконалення Креативність	-ціннісне ставлення до учбово-професійної діяльності, самовизначення -спрямованість на професію, на досягнення вершин професійності -професійна активність, самостійність, готовність до ризику, незалежність, потреба у самоповазі, професійному саморозвитку, активно-перетворююча стратегія, креативність, відповідальність
Г. Радчук	Суб'єктна позиція – це цілісна система напрацьованих особистістю способів активної реалізації ціннісних ставлень до себе, інших суб'єктів і власної професійної діяльності.	Мотиваційно-ціннісний Емоційно-оцінковий Діяльнісно-регулятивний	-ієрархія цінностей і смисложиттєві орієнтації -рівень розвитку мотивації досягнення, толерантності, рефлексії, самоповага, самоприйняття, здатність до суб'єкт-суб'єктної взаємодії, автономність, стресостійкість -життєвий тонус, рівень напруженості, емоційна стійкість, активне ставлення

Констатувальний етап емпіричного дослідження передбачав вирішення наступних завдань:

1. Сформувати комплекс взаємодоповнювальних методик вивчення особливостей суб'єктної позиції студентів та розробити карту емпіричного дослідження даного феномена.

2. За допомогою карти провести діагностичний зріз особливостей розвитку суб'єктної позиції у майбутніх фахівців

3. Здійснити кількісну та якісну інтерпретацію отриманих результатів, визначити та обґрунтувати рівні розвитку суб'єктної позиції студентів, зробити висновки.

Для проведення констатувального етапу емпіричного дослідження було розроблено карту емпіричного дослідження особливостей розвитку суб'єктної позиції студентів, у якій відповідно до емпіричних показників суб'єктної позиції підібрано комплекс діагностичних методик (табл. 2.1)

Таблиця 2.1

Карта емпіричного дослідження особливостей розвитку суб'єктної позиції студентів

Компоненти	Критерії	Показники	Методики діагностики
Мотиваційно-ціннісний	Професійна спрямованість	Осмиленість життя та майбутніх перспектив, внутрішня мотивація учбово-професійної діяльності, прагнення до самоактуалізації	Тест смисложиттєвих орієнтацій Джеймса Крамбо і Леонарда Махолика, Методика вивчення мотивації навчання у вузі Т.І. Ільїної, методика САМОАЛ (тест “Визначення рівня самоактуалізації особистості”)

Особистісно-діяльнісний	Властивості особистості як суб'єкта діяльності	Відповідальність, автономність, інтернальність, саморегуляція	Методика дослідження локусу контролю Джуліана Роттера, Опитувальник самоорганізації діяльності (ОСД) Н. Фішера та М. Бонда Опитувальник академічної саморегуляції Р.М.Райана і Д.Р.Коннелла
Рефлексивно-оцінювальний	Рефлексивність	Позитивне самоставлення, рефлексивність	Методика «Особистісний диференціал», опитувальник рефлексивності А. В. Карпова, Шкала «Психологічної розумності» (psychological mindedness) Конте,

Таблиця 2.1

**Розподіл показників сенсожиттєвих орієнтацій студентів за рівнями
(n=63)**

Шкали	Низький рівень		Середній рівень		Високий рівень	
	п	%	п	%	п	%
ОЖ	21	33,3%	33	52,3%	9	14,4%
Цілі в житті	35	55,6%	28	44,4%	0	0%
Процес життя	23	36,5%	29	46%	11	17,5%
Результативність життя	9	14,3%	44	69,8%	10	15,9%
Локус–Я	38	60%	24	38%	1	2%
Локус–Ж	10	15,9%	40	63,5%	13	20,6%

**Середньостатистичні показники сенсожиттєвих орієнтацій студентів
(n=63)**

Шкали	Середнє значення	Стандартне відхилення	Експериментальні групи відповідних курсів			
			1	2	3	4
Цілі в життє	31,01	6,70	32,19	29,94	33,32	28,64
Процес життє	30,04	5,85	31,39	29,03	31,53	27,95
Результативність життє	24,46	5,45	25,77	23,64	25,76	22,38
Локус-Я	21,21	4,49	21,80	20,17	22,39	20,41
Локус-Життє	30,82	6,24	33,01	28,82	32,48	28,25
ОЖ	101,25	17,04	106,26	97,19	106,60	93,85

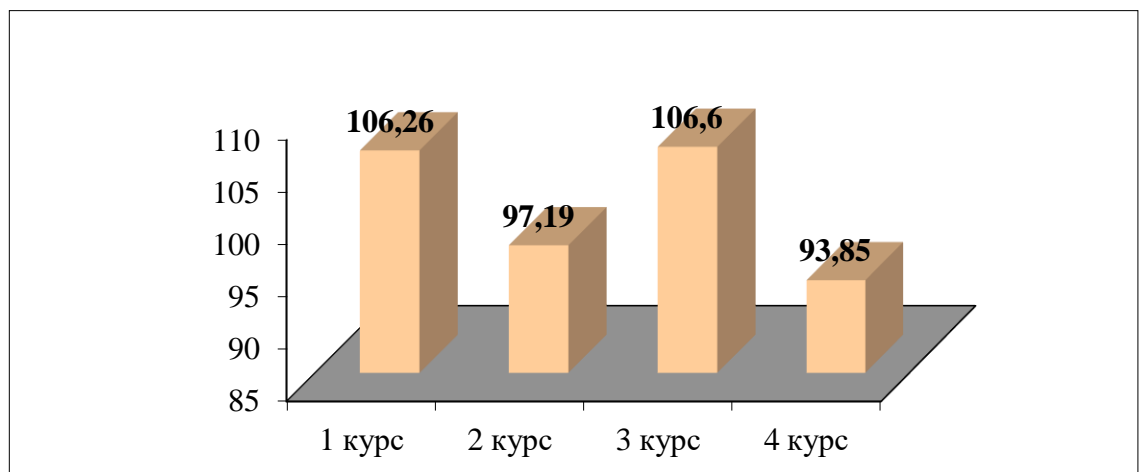


Рис. 2.1. Динаміка загальних показників осмисленості життя у студентів 1,2,3,4 курсів (n=63)

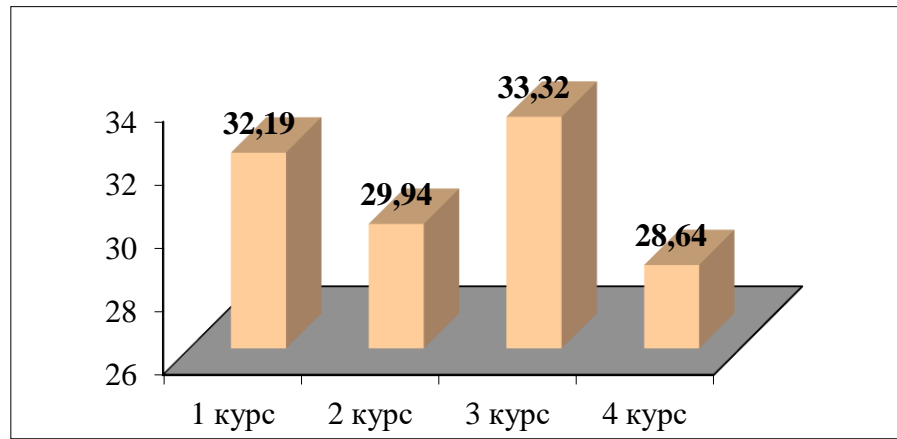


Рис. 2.2. Динаміка показників осмислення майбутнього у студентів 1,2,3,4 курсів (n=63)

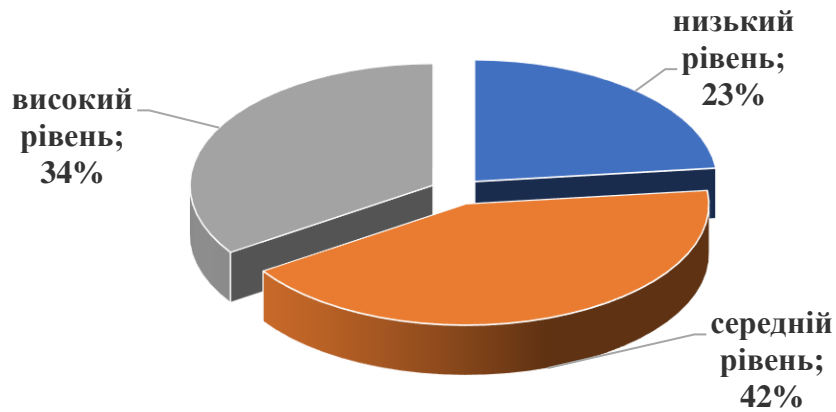


Рис. 2.3. Рівень розвитку автономності у майбутніх фахівців (n=63)



Рис. 2.4. Рівень розвитку загальної інтернальності у майбутніх фахівців (n=63)

Таблиця 2.3

Розподіл мотивів навчання майбутніх фахівців (n=63)

Курс	Вираження мотивації (у %):		
	учбово-професійна	навчальна	зовнішня
I курс	39%	40%	21%
II курс	20%	37%	43%
III курс	46%	44%	10%
IV курс	22%	47%	31%
Уся вибірка	32%	42%	26%

Таблиця 2.4

Розподіл показників САТ у студентів за рівнями розвитку (n=63)

Шкали	Низький рівень, %	Середній рівень, %	Високий рівень, %
Компетентність у часі	32	61	7
Підтримка	15	71	14
Ціннісна орієнтація	19	58	23
Гнучкість поведінки	26	61	13
Сенситивність до себе	22	53	25
Спонтанність	20	65	15
Самоповага	16	57	25
Самоприйняття	27	60	13
Уявлення про природу людини	7	73	20
Синергія	8	77	15
Прийняття агресії	28,3	50	21
Контактність	14	71	15
Пізнавальні потреби	32	58	10
Креативність	24	63	16

Розподіл середніх показників студентів за шкалами САТ (n=63)

Шкали	Одержані результати (%)				
	I курс	II курс	III курс	V курс	Уся вибірка
Компетентність у часі	46,14	45,58	42,23	44,69	44,96
Підтримка	47,35	48,58	50,13	53,80	49,75
Ціннісна орієнтація	49,90	48,56	51,74	52,64	50,65
Гнучкість поведінки	44,62	47,39	47,96	48,08	46,67
Сенситивність до себе	49,34	48,90	52,13	49,64	49,82
Спонтанність	45,79	49,49	52,48	50,95	49,06
Самоповага	51,43	54,54	51,81	52,19	52,34
Самоприйняття	45,22	46,33	44,90	48,72	46,29
Уявлення про природу людини	54,82	48,47	51,30	55,16	52,95
Синергія	50,66	49,37	49,48	56,75	51,74
Прийняття агресії	48,27	47,66	48,88	49,32	48,52
Контактність	50,68	49,11	45,60	50,95	49,52
Пізнавальні потреби	42,01	42,50	38,86	47,66	43
Креативність	47,83	49,31	45,81	46,95	47,56

Таблиця 2.1

Результати вимірювань самооцінки підлітків (у %), n=46

Рівні самооцінки:	1 група (дівчата)	2 група (хлопці)	ϕ
занижена	12,4	9,5	0,3
адекватна	32,7	38,2	0,4
Завищена за невротичним типом	41,5	33,1	0,7
завищена	12,4	19,2	0,5

Таблиця 2.2

Статистичні показники самоповаги студентів (бали), n=38

Шкала	1 група (дівчата)	2 група (хлопці)	t
Самоповага	23,9+3,6	32,7+4,5	1,94

Таблиця 3.7

Розподіл майбутніх фахівців за виокремленими показниками рівнів розвитку суб'єктної позиції% (n = 243)

Рівні Показники		Пасивно-адаптивний	Ситуативно-активний	Активно-професійний
1.	Осмисленість життя та майбутніх перспектив	33	52	14
2.	Внутрішня мотивація учбово-професійної діяльності	26	42	32
3.	Прагнення до самоактуалізації	15	71	14
4.	Відповідальність	42	47	11
5.	Автономність	23	42	34
6.	Інтернальність	38	58	4
7.	Саморегуляція	12	70	18
8.	Рефлексивність	37	58	5
9.	Позитивне самоставлення	16	62	22

**Особливості розвитку компонентів суб'єктної позиції
майбутніх фахівців (n = 243)**

Компоненти суб'єктної позиції	Рівні розвитку (у % від кількості обстежуваних)		
	низький	середній	Високий
Мотиваційно-ціннісний	61 (25%)	133 (55%)	49 (20%)
Особистісно-діяльнісний	70 (29%)	133 (55%)	40 (16%)
Рефлексивно-оцінювальний	65 (27%)	145 (60%)	33 (13%)

Факторні навантаження змінних суб'єктної позиції

Змінні суб'єктної позиції	Факторні навантаження			
	Factor 1	Factor 2	Factor 3	Factor 4
Загальна інтернальність	0,744	-0,400	0,194	-
Інтернальність при описі особистого досвіду	0,708	-0,291	0,225	-0,111
Осмисленість життя	0,688	0,357	-0,432	0,292
Інтернальність у професійній діяльності	0,673	-0,372	-	-0,107
Підтримка	0,189	0,605	0,617	-
Самоприйняття	-	0,507	0,298	-
Компетентність у часі	0,163	0,502	0,195	-

Самоповага	0,291	0,500	0,350	0,250
Вік досліджуваних	-0,190	-0,168	0,500	0,559
Спонтанність	0,124	0,381	0,442	0,105
Ціннісні орієнтації	0,357	0,481	0,441	-0,199
Загальна саморегуляція	-	-0,160	0,405	0,749
Планування	-0,126	-	0,238	0,561
Моделювання	-	-0,106	0,343	0,462

ВИСНОВКИ

Актуальність дослідження суб'єктної позиції студентської молоді обумовлена високою значущістю розвитку вітчизняної вищої освіти на сучасному етапі розвитку українського суспільства та у контексті приєднання України до європейського освітнього простору, що актуалізує необхідність становлення особистості майбутнього фахівця як активного суб'єкта професійної діяльності. Відтак, одним із основних завдань вищої школи є створення сприятливих умов для актуалізації суб'єктного потенціалу студентів, розвитку активного, ініціативного та відповідального ставлення щодо реалізації себе у майбутній професії.

На основі здійсненого теоретичного аналізу психолого-педагогічних досліджень проблеми суб'єктної позиції майбутнього фахівця уточнено її основний психологічний зміст. Це складний феномен, який має багатокomпонентну структуру і відображається у системі особистісно-значущих ставлень студента до себе як до фахівця, до обраної професії і до своєї майбутньої професійної діяльності, що детермінує активно-розвивальний характер його професійно-особистісного становлення в освітньому просторі. Суб'єктна позиція є інтегративним вираженням всіх

підструктур особистості і включає мотиваційно-ціннісний, особистісно-діяльнісний та рефлексивно-оцінювальний компоненти.

Мотиваційно-ціннісний компонент розкривається у професійній спрямованості через осмислене ставлення до себе в контексті учбово-професійної діяльності і ставлення до самої діяльності у цілісному контексті життя, через характер мотивів учбово-професійної діяльності і бажання вдосконалювати свою підготовку та досягати максимальних звершень у професії. Показниками даного компоненту є осмисленість життя і майбутніх перспектив, внутрішня мотивація учбово-професійної діяльності та прагнення до самоактуалізації. Особистісно-діяльнісний компонент відображає практично-дієвий, регулятивний характер суб'єктної позиції та охоплює властивості особистості як суб'єкта діяльності. Показниками означеного компоненту є відповідальність, автономність, інтернальність та саморегуляція. Рефлексивно-оцінювальний компонент передбачає осмислення власного досвіду учбово-професійної діяльності, розвиток самоаналізу та самооцінки власної особистості в контексті професійної діяльності, спрямованість на професійне самовдосконалення і відображається в таких показниках, як рефлексивність та позитивне самоствавлення.

Емпіричне дослідження показало, що у майбутніх фахівців переважає навчальна мотивація, недостатня осмисленість майбутніх професійних перспектив та неготовність зайняти активну позицію у своїй учбово-професійній діяльності. Студенти поділяють цінності самоактуалізованої особистості, але ще не реалізують їх у своїй поведінці, недостатньо усвідомлюють і використовують свої можливості, часто негнучкі у поведінці і взаємодії з навколишніми, несамостійні, орієнтовані не на внутрішній, а на зовнішній контроль. Характерними є труднощі у прийнятті себе та дещо поверховий і фрагментарний аналіз власної особистості в контексті майбутньої професійної діяльності.

Узагальнення емпіричних показників суб'єктної позиції студентської молоді дозволило виокремити три рівні її розвитку: пасивно-адаптивний,

ситуативно-активний та активно-професійний. Встановлено, що фактично у половини студентів розвиток суб'єктної позиції перебуває на ситуативно-активному рівні.

Для реалізації моделі психолого-педагогічного супроводу розвитку суб'єктної позиції використовувалися такі засоби, як тренінг розвитку суб'єктної позиції студентської молоді, методичні семінари для викладачів вищих навчальних закладів, освітній діалог як інноваційна психодидактична технологія, розвивальний потенціал психологічних дисциплін.

Перспективи дослідження вбачаємо у теоретичному та емпіричному вивченні психолого-педагогічних умов розвитку суб'єктної позиції студентів в контексті реалізації освітнього діалогу як інноваційної психодидактичної технології.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Абульханова К. О. Методологічне значення категорії суб'єкта для сучасної психології. *Людина. Суб'єкт. Вчинок: філософсько-психологічні студії* / за заг. ред. В. О. Татенка. Київ, 2006. С.37-52.
2. Агулов М. В. Поняття суб'єктності в психологічній науці. *Вісник Харківського національного педагогічного університету ім. Г. С. Сковороди*: зб. наук. праць. Слов'янськ, 2013. Вип. 2 (46). С. 7-11.
3. Адамська З. М. Особливості становлення суб'єктних якостей у студентів – майбутніх психологів. *Проблеми загальної та педагогічної психології*: [зб. наук. праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України / ред. С. Д. Максименко]. Т. 10, Ч.5. Київ, 2008. С. 22 - 30.
4. Адамська З. М. Психолого-педагогічні засади розвитку суб'єктності майбутніх: дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук: спец. 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія». Івано-Франківськ, 2010. 222 с.

5. Адамська З. М. Соціально-психологічний тренінг професійно- особистісного самовизначення майбутніх психологів. Навчально- методичний посібник для студентів вищих начальних закладів. Тернопіль, 2012. 106 с.
6. Андрійчук І. П. Формування позитивної Я – концепції особистості майбутніх практичних психологів в процесі професійної підготовки: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук: спец. 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія». Київ, 2003. 17 с.
7. Андрущенко В. П. Про концептуальні засади філософії освіти України. *Практична філософія*. 2004. №2. С. 35-43.
8. Андрущенко Е М. Саморозвиток особистості підлітка. *Психологічні тренінги в школі* / уряд. Т. К. Шаповал. Київ, 2006. С.4-28.
9. Балл Г. О. До обґрунтування раціогуманістичного підходу в психології. *Психологія і суспільство*. 2004. № 4. С. 60-74.
10. Борисенко В. В., Гагіна Н. В Діалог у контексті сучасної освітньої парадигми. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія: Педагогічні науки*. 2015. Вип. 124. С. 8-10. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/VchdpuP_2015_124_4. (дата звернення: 15.02.2024).
11. Вольнова Л.В. Профілактика девіантної поведінки підлітків: навч.- метод. посібник до спецкурсу «Психологія девіацій» для студентів спеціальності «Соціальна педагогіка» у двох частинах. Ч. II. Практична частина. 2-ге вид., перероб і доповн. Київ, 2016. 193 с.
12. Заграй Л. Д. Молодіжна субкультура : гендерний досвід [текст] : монографія. Івано-Франківськ : Нова зоря, 2012. 376 с.
13. Заграй Л.Д. Теорії гендеру: гендерні дослідження у психології : навч. посіб. Івано-Франківськ, 2019. 264 с.

14. Карпенко Є.В. Емоційний інтелект у дискурсі життєздійснення особистості: монографія. Дрогобич : Посвіт, 2020. 436.
15. Климишин О.І. Психологія духовності особистості: християнсько-орієнтований підхід. Івано-Франківськ, 2010. 440 с.
16. Міщиха Л. П. Творчий потенціал особистості у період пізньої дорослості : монографія. Івано-Франківськ : Місто НВ, 2014. 400 с.
17. Моляко В. О. Методологічні та теоретичні проблеми дослідження психології творчої діяльності. Стратегії творчої діяльності : школа В.О. Моляко / за ред. В. О. Моляко. Київ : Освіта України, 2008. С. 7 – 51.149.
18. Москалець В. П. Види діяльності з позицій суб'єктного підходу в психології. *Психологія і суспільство*. 2012. №4 (52). С. 66 – 78.
19. Москалець В. П. Сутність інтелекту, мислення, мовлення, свідомості як психофункціональних данностей. *Психологія і суспільство*. 2014. № 4. С. 114 – 131.
20. Москалець В.П. Психологія особистості: навчальний посібник. Київ, 2019. 416 с.
21. Паркулаб О. Г. Відчуття Dasein як універсальний екзистенційний чинник розуміння процесу людського життя. *Збірник наукових праць : психологія*. Івано-Франківськ, 2019. Вип. 25. С.135-142.
22. Паркулаб О.Г., Герич Я.М. Психолого-педагогічні засоби розширення емоційного досвіду підлітків в умовах освітнього середовища. *Габітус*. 2022. Випуск 38. С. 32-36. URL: http://habitus.od.ua/journals/2022/38-2022/38_2022.pdf (дата звернення:17.02.2024).
23. Психологічна допомога постраждалим внаслідок кризових травматичних подій: навч.-метод. посібник / З. Г. Кісарчук, Я. М. Омельченко, Г. П. Лазос та ін. / за ред. З. Г. Кісарчук. Київ, 2015. С.26-100. URL: <http://inpsy.naps.gov.ua/userfiles/files> (дата звернення:15.01.2024).
24. Савчин М. Здатності особистості : монографія. Київ, 2016. 288 с.

25. Савчин М. Здоров'я людини: духовний, особистісний і тілесний виміри : монографія. Дрогобич : ПП ПОСВІТ, 2019. 232 с.
26. Томчук М.І., Яцюк М.В. Розвиток автономності особистості в юнацькому віці у системі сімейних взаємостосунків: Монографія. Вінниця: ВОППОП, 2013. 240 с.
27. Турецька Х.І., Кунікевич Б.І. Україномовна адаптація опитувальника менталізації на неклінічній вибірці. *Габітус. Психологія особистості*. Випуск 17. 2020. С. 131-136.
28. Чуйко О.М., Куравська Н.В. Гендер і кар'єра : посібник. Івано-Франківськ : Супрун В.П., 2019. 364 с.
29. Яцюк, М.В. Психологія саморегуляції особистості. Психологічний практикум / Укладач: Марія Яцюк. КЗВО «Вінницька академія безперервної освіти». Вінниця. 2023. 81 с.
30. Bernat D.H., Resnick M.D. Healthy Youth Development: Science and Strategies. *Journal of Public Health Management and Practice*, November 2006. Vol. 12 (Suppl. 6). P. 810-816.
31. Hausberg M., Schulz H., Piegler T. Is a self-rated instrument appropriate to assess mentalization in patients with mental disorders? Development and first validation of the Mentalization Questionnaire (MZQ). *Psychotherapy Research*. 2012. № 22. P. 699–709.

ДОДАТКИ

Додаток А

Опитувальник «Смисложиттєві орієнтації»

Інструкція досліджуваному: «Вам будуть запропоновані пари протилежних тверджень. Ваше завдання – вибрати одне з двох тверджень, яке, на Вашу думку, більше відповідає дійсності, і відзначити одну з цифр 1, 2, 3, в залежності від того наскільки Ви впевнені у виборі (або 0, якщо обидва твердження на Ваш погляд однаково вірні).

	Зазвичай мені дуже сумно	3 2 1 0 1 2 3	Зазвичай я повний енергії
	Життя завжди здається мені хвилюючим і захоплюючим	3 2 1 0 1 2 3	Життя здається мені дуже спокійним і рутинним
	У житті я не маю певних цілей та намірів	3 2 1 0 1 2 3	У житті я маю дуже ясні цілі та наміри
	Моє життя здається мені вкрай неосмисленим та безцільним	3 2 1 0 1 2 3	Моє життя здається мені досить осмисленим і цілеспрямованим
	Кожен день здається мені завжди новим та несхожим на інші	3 2 1 0 1 2 3	Кожен день мені здається абсолютно схожим на усі інші
	Коли я піду на пенсію, я займуся цікавими речами, якими завжди мріяв зайнятися	3 2 1 0 1 2 3	Коли я піду на пенсію, я постараюсь не обтяжувати себе ніякими турботами
	Моє життя склалося саме так як я мріяв	3 2 1 0 1 2 3	Моє життя склалося зовсім не так як я мріяв
	Я не досягнув успіхів у здійсненні своїх життєвих планів	3 2 1 0 1 2 3	Я здійснив багато з того, що було мною заплановано

	Моє життя порожнє та нецікаве	3 2 1 0 1 2 3	Моє життя наповнене цікавими справами
.	Якщо б мені довелося підводити сьогодні підсумок мого життя, то я б сказав, що воно було досить осмисленим	3 2 1 0 1 2 3	Якщо б мені довелося підводити сьогодні підсумок мого життя, то я б сказав, що воно не мало смислу
.	Якщо я б міг вибирати, то я б побудував своє життя зовсім по іншому	3 2 1 0 1 2 3	Якщо б я міг вибирати, то я б прожив життя ще раз так само, як живу зараз
.	Коли я дивлюся на оточуючий світ, він часто приводить мене в розгубленість та занепокоєння	3 2 1 0 1 2 3	Коли я дивлюся на оточуючий мене світ, він зовсім не викликає у мене занепокоєння та розгубленості
.	Я людина дуже обов'язкова	3 2 1 0 1 2 3	Я людина зовсім не обов'язкова
.	Я вважаю, що людина має можливість здійснювати свій життєвий вибір за своїм бажанням	3 2 1 0 1 2 3	Я вважаю, що людина не має можливості вибирати через вплив природних здібностей та обставин
.	Я однозначно можу назвати себе цілеспрямованою людиною	3 2 1 0 1 2 3	Я не можу назвати себе цілеспрямованою людиною
.	У житті я ще не знайшов свого покликання і ясних цілей	3 2 1 0 1 2 3	У житті я знайшов своє покликання та цілі
.	Мої життєві погляди ще не визначилися	3 2 1 0 1 2 3	Мої життєві погляди досить визначені
.	Я рахую, що мені вдалося знайти покликання та цікаві цілі в житті	3 2 1 0 1 2 3	Я навряд чи можу знайти покликання та цікаві цілі у житті
.	Моє життя у моїх руках, і я сам керую ним	3 2 1 0 1 2 3	Моє життя не підвладне мені і воно управляється зовнішніми подіями
.	Мої повсякденні справи приносять мені задоволення і заспокоєння	3 2 1 0 1 2 3	Мої повсякденні справи завдають мені лише неприємності та переживання

Інтерпретація результатів

Обробка результатів зводиться до підсумовування числових значень для всіх 20 шкал і перенесення сумарного балу в стандартні значення (процентилі). Висхідна послідовність градацій (від 1 до 7) чергується у випадковому порядку з низхідною (від 7 до 1), причому максимальний бал

(7) завжди відповідає полюсу наявності мети в житті, а мінімальний бал (1) – полюсу її відсутності.

У висхідну шкалу 1 2 3 4 5 6 7 переводяться пункти – 1, 3, 4, 8, 9, 11, 12, 16, 17.

У низхідну шкалу 7 6 5 4 3 2 1 переводяться пункти – 2, 5, 6, 7, 10, 13, 14, 15, 18, 19, 20.

Загальний показник ОЖ – всі 20 пунктів.

Субшкала 1 (Цілі в житті) – 3, 4, 10, 16, 17, 18.

Субшкала 2 (Процес життя) – 1, 2, 4, 5, 7, 9.

Субшкала 3 (Результативність життя) – 8, 9, 10, 12, 20.

Субшкала 4 (Локус – Я) – 1, 15, 16, 19.

Субшкала 5 (Локус – життя) – 7, 10, 11, 14, 18, 19.

Середні та стандартні відхилення субшкал із загальними показника ОЖ (n= 200)

Шкали	Чоловіки		Жінки	
	М	σ	М	σ
Цілі в житті	32,90	5,92	29,38	6,24
Процес життя	31,09	4,44	28,80	6,14
Результативність життя	25,46	4,30	23,30	4,95
Локус–Я	21,13	3,85	18,58	4,30
Локус–Ж	30,14	5,80	28,70	6,10
ОЖ	103,10	15,03	95,76	16,54

Розподіл показників сенсожиттєвих орієнтацій студентів за рівнями (n=243)

Шкали	Низький рівень	Середній рівень	Високий рівень
ОЖ	> 93	94-120	121<
Цілі в житті	>32	33-43	44<
Процес життя	>27	28-35	36<
Результативність	>23	24-29	30<

життя			
Локус–Я	>22	23-29	30<
Локус–Ж	>25	26-36	37<

Якісна інтерпретація результатів (за субшкалам):

1. Цілі в житті. Бали по цій шкалі характеризують наявність або відсутність в житті випробуваного цілей в майбутньому, які надають життю осмисленість, спрямованість і часову перспективу. Низькі бали за цією шкалою навіть при загальному високому рівні ОЖ будуть властиві людині, яка живе сьогоднішнім або вчорашнім днем. Разом з тим високі бали за цією шкалою можуть характеризувати не лише про цілеспрямованість людини, але і плани які не мають реальної опори в сьогоденні і не підкріплюються особистою відповідальністю за їх реалізацію. Ці два випадки нескладно розрізнити, враховуючи показники по інших шкалах СЖО.

2. Процес життя, або інтерес та емоційна насиченість життя. Зміст цієї шкали збігається з відомою теорією про те, що єдиний сенс життя полягає в тому, щоб жити. Цей показник говорить про те, чи сприймає випробуваний процес свого життя як цікавий, емоційно насичений і наповнений змістом. Високі бали за цією шкалою і низькі по іншим будуть характерними для гедоніста, що живе сьогоднішнім днем. Низькі бали за цією шкалою – ознака незадоволеності своїм життям у сьогоденні; при цьому, їй можуть надавати повноцінний сенс спогади про минуле або націленість в майбутнє.

3. Результативність життя, або задоволеність самореалізації. Бали за цією шкалою відображають оцінку пройденого відрізка життя, відчуття того, наскільки продуктивна і осмислена була прожита її частина. Високі бали за цією шкалою і низькі по іншим будуть характеризувати людину, яка доживає своє життя, у якої все в минулому, але минуле здатне надати сенс залишку життя. Низькі бали – незадоволеність прожитою частиною життя.

4. Локус контролю–Я (Я – господар свого життя). Високі бали відповідають уявленню про себе як про сильну особистість, що володіє

достатньою свободою вибору, щоб побудувати своє життя у відповідності зі своїми цілями та уявленнями про його сенс. Низькі бали – зневіра в свої сили контролювати події власного життя.

5. Локус контролю-життя, або керованість життя. При високих балах – переконання в тому, що людині дано контролювати своє життя, вільно приймати рішення і реалізовувати їх у життя. Низькі бали – фаталізм, переконаність у тому, що життя людини непідвладне свідомому контролю, свобода вибору ілюзорна і безглуздо що-небудь загадувати на майбутнє.

Додаток Б

Інтерпретація опитувальника СЖО Д.О. Леонтєва за А.В. Сєрим

Для визначення типу актуального смислового стану, необхідно співвіднести отримані емпіричні показники за шкалами опитувальника СЖО у стенайни. Для зручності інтерпретації вчений пропонує низькими вважати показники, нижчі за 5 стенайнів, а високими – вище 5 стенайнів.

Стандартні показники опитувальника СЖО

Субшкали	Стенайни								
	1	2	3	4	5	6	7	8	9
ОЖ	81	88	94	99	103	108	114	121	Вище
Цілі в житті	27	30	33	35	37	39	41	44	Вище
Процес життя	22	25	28	29	31	33	35	37	Вище
Результативність життя	19	22	24	25	26	27	29	30	Вище
Локус–Я	19	22	23	25	26	28	29	31	Вище
Локус–Ж	21	25	27	29	31	33	35	37	Вище

Розподіл обстежуваних за класами актуальних смислових станів

Клас АСС	Осмиленість минулого (результатив-ність життя)	Осмиленість теперішнього (задоволеність процесом)	Осмиленість майбутнього (наявність цілей)
1-ий	Низька	Низька	Низька
2-ий	Висока	Низька	Низька
3-ій	Низька	Висока	Низька
4-ий	Висока	Висока	Низька
5-ий	Низька	Низька	Висока
6-ий	Висока	Низька	Висока
7-ий	Низька	Висока	Висока
8-ий	Висока	Висока	Висока

Перший клас актуального смислового стану характеризується низькими показниками осмиленості минулого, теперішнього і майбутнього. Студентам притаманні незадоволеність прожитим відрізком життя, недостатнє осмилення свого теперішнього життя, відсутність цілей на майбутнє і, відповідно, дискретне сприймання своєї життєдіяльності загалом. Особистісні смисли досліджуваних позбавлені спрямованості і часової перспективи. Окрім того, для студентів цієї групи характерні зневіра у можливість власними силами контролювати події свого життя; фаталізм і переконаність у невідвладності життя свідомому контролю; свобода вибору ілюзорна і немає смислу щось загадувати на майбутнє (низькі бали за субшкалами «Локус контролю – Я» і «Локус контролю – життя»).

Другий клас вирізняють низькі показники осмиленості теперішнього і майбутнього та висока осмиленість минулого. Дана категорія студентів незадоволена процесом життя, не вміє бачити життєві перспективи та орієнтується тільки на минуле. Цей клас характеризується низькими показниками за шкалою «Локус контролю – Я» і середніми – за шкалою «Локус контролю – життя».

Третій клас вказує на стан з високою осмиленістю теперішнього і низькими показниками осмиленості минулого та майбутнього. Такий стан

характеризує людину як гедоніста, вона живе сьогоднішнім днем, не має цілей і не задоволена минулим. Можна сказати, що її особистісні смисли мають ситуативний і захисний характер.

Четвертий клас характеризується високими показниками осмисленості минулого й теперішнього і низькою осмисленістю майбутнього. Такий стан властивий студентам, які живуть сьогоднішнім і вчорашнім днями. Система їхніх особистісних смислів спрямована на те, щоб жити. Тут спостерігаються середні показники за субшкалами «Локус контролю – Я» і «Локус контролю – життя».

До *п'ятого класу* актуального смислового стану належать обстежувані з вираженою осмисленістю цілей і низькими показниками осмисленості теперішнього і минулого. Цей клас характеризує людину, плани якої не мають реальної опори у теперішньому і не підкріплюються особистісною відповідальністю за їх реалізацію. Тут виявляються низькі показники локусу контролю життя і середні – локусу контролю себе.

Шостий клас смислового стану характеризується незадоволеністю власним життям у теперішньому (низький рівень осмисленості процесу життя), при цьому особистісні смисли мають певну спрямованість на минулий досвід (високий рівень осмисленості минулого) і націленість у майбутнє (високі показники осмисленості майбутнього). Дану ситуацію можна характеризувати як прагнення обстежуваних вийти з несприятливого середовища, про що вказують стійкі середні показники локусів контролю – Я і життя.

Сьомий клас отримав високі показники осмисленості теперішнього і майбутнього та низькі значення осмисленості минулого. Незважаючи на те, що пройдений відрізок життя слабо осмислений, сам процес життя сприймається обстежуваними як цікавий, емоційно насичений і перспективний, що й робить життя осмисленим. Локуси контролю – Я і Життя, як і у попередньому стані, мають стійкі середні показники.

Восьмий клас смислового стану відображає позитивний полюс осмисленості. Усі три часові локуси мають високі показники осмисленості. Студенти відчують, що пройдений відрізок життя був продуктивним і осмисленим, процес життя сприймають як цікавий, емоційно-насичений, а осмисленість цілей майбутнього надає життю смислів, спрямованості і перспективи у майбутньому. Цей клас визначається високими балами за шкалою «Локус контролю – Я» і «Локус контролю – життя».