

ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ПРИВАТНИЙ ЗАКЛАД
«ДНІПРОВСЬКИЙ ГУМАНІТАРНИЙ УНІВЕРСИТЕТ»
НАВЧАЛЬНО-НАУКОВИЙ ІНСТИТУТ

На правах рукопису

КУХАРЕНКО АРТЕМ ЗАХАРОВИЧ
ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ЦІНІСНОЇ СФЕРИ СТУДЕНТІВ-
ПСИХОЛОГІВ

Спеціальність 053 «Психологія»

Освітня програма Психологія

Кваліфікаційна робота на здобуття освітнього ступеня: **бакалавр**

 Науковий керівник
ПАНФІЛОВА Г.Б.,
канд.психол.наук, доцент

РЕКОМЕНДОВАНО ДО ЗАХИСТУ

Протокол засідання кафедри психології

№ 15 від 15.05.2025

Завідувач кафедри психології

 Людмила ПРИСНЯКОВА

Нормаконтроль Наталія СЕРГІЄНКО

Дніпро 2025

**ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ПРИВАТНИЙ ЗАКЛАД
«ДНІПРОВСЬКИЙ ГУМАНІТАРНИЙ УНІВЕРСИТЕТ»
НАВЧАЛЬНО-НАУКОВИЙ ІНСТИТУТ**

Кафедра психології
Освітній ступінь
Спеціальність 053 Психологія»
Освітня програма Психологія

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач кафедри психології

 Людмила ПРИСНЯКОВА
« 16 » 06 2025 р

**ЗАВДАННЯ НА КВАЛІФІКАЦІЙНІ РОБОТУ
КУХАРЕНКО АРТЕМ ЗАХАРОВИЧ**

1. Тема роботи **«ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ЦІНІСНОЇ СФЕРИ
СТУДЕНТІВ-ПСИХОЛОГІВ»**

2. Науковий керівник роботи Панфілова Г.Б., канд. психол. наук, доцент

Затверджені наказом вищого навчального закладу від « 10 » 05

2025 р. № 14-02

2. Строк подання роботи на кафедру 16.06.2025р.

3. Мета кваліфікаційної роботи: теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити особливості ціннісної сфери студентів-психологів.

4. Завдання кваліфікаційної роботи:

- Проаналізувати погляди науковців стосовно закономірностей розвитку ціннісної сфери, особливостей розвитку студентів, особливостей сучасних ціннісних орієнтацій студентів;
- (2) Підготувати та провести емпіричне дослідження присвячене особливостям ціннісної сфери студентів-психологів;
- (3) Обробити результати, зробити висновки та написати звіт.

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН ВИКОНАННЯ КВАЛІФІКАЦІЙНОЇ РОБОТИ

№	Назва етапів дипломного проекту (роботи)	Строк виконання етапів дипломного проекту (роботи)	Примітка
1	Вступ	Жовтень 2024 р	Виконано
2	Розділ 1	Грудень 2024 р	Виконано
3	Розділ 2	Березень 2025 р	Виконано
4	Робота в цілому	Квітень 2025 р	Виконано

Науковий керівник _____ ПАНФІЛОВА Г.Б.

Здобувач вищої освіти _____ КУХАРЕНКО А.З.

Дата видачі завдання 03.09.24 р.

АНОТАЦІЯ

Актуальність нашого дослідження пов'язана з впливом економічної та політичної кризи на формування нових життєвих цінностей молоді та нових способів адаптації до сьогодення. На цьому етапі розвитку суспільства важливо зрозуміти цінності молоді оскільки не можливо побудувати ефективне суспільство без її зацікавленого ставлення до проблем своєї країни та активної участі у їх вирішенні. Молодь є досить широкою соціально-демографічною групою яка становить основу майбутнього. Їй належить особлива роль у суспільстві, а саме від орієнтації сучасної молоді залежить майбутнє суспільства в цілому. Тому дослідження ціннісних орієнтацій молоді є актуальним для сучасного розвитку суспільства.

Тематика розвитку та формуванню ціннісних орієнтацій знайшла своє відображення в роботах Т. Аболіна, В. Брожик, А. Здравомислова, Б. Ліхачова, В. Оссовського, Л. Печко, А. Ручки, Л. Столовича, В. Тугарінова, С. Френч, Т. Фролова, П. Якобсона, де висвітлені проблеми формування, розвитку та діагностики ціннісних орієнтацій молоді. Б. Ананьєв, Л. Божович, Л. Виготський, Д. Кікнадзе, Г. Костюк, О. Леонтьєв розглядають їх – як складову структуру особистості. Як провідний механізм впливу на людину та розвиток духовного потенціалу - ціннісні орієнтації розглядаються в роботах І. Беха, А. Богуша, Т. Бутківської, І. Зязюн, П. Ігнатенко, Л. Крицької, В. Моляко, Р. Скульського, О. Сухомлинської, Л. Хомича та ін.

Мета нашого дослідження: теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити особливості ціннісної сфери студентів-психологів.

Об'єкт нашого дослідження: поведінка та діяльність студентів.

Предмет нашого дослідження: ціннісні орієнтації студентів-психологів.

Завдання нашого дослідження:

1. Проаналізувати погляди науковців стосовно закономірностей розвитку ціннісної сфери, особливостей розвитку студентів, особливостей сучасних ціннісних орієнтацій студентів.

2. Підготувати та провести емпіричне дослідження присвячене особливостям ціннісної сфери студентів-психологів.

3. Обробити результати, зробити висновки та написати звіт.

Гіпотеза нашого дослідження було: сучасні цінності орієнтації студентів-психологів характеризуються різноманітністю.

Методи нашого дослідження:

теоретичні (порівняння поглядів вчених на вивчаємо проблематику, узагальнення думок, конкретизування понять, формування індуктивних умовиводів та ін.);

емпіричні (методичний інструментарій емпіричного дослідження за тематикою дослідження);

математико-статистичні (табулювання, діаграмування, визначення середніх, ранжування).

Структура нашого дослідження включає до себе вступ, два розділу, висновки до кожного розділу, загальні висновки, список використаних джерел, додатки.

ABSTRACT

The relevance of our research is related to the influence of the economic and political crisis on the formation of new life values of youth and new ways of adapting to the present. At this stage of society's development, it is important to understand the values of youth, since it is impossible to build an effective society without their interested attitude to the problems of their country and active participation in solving them. Youth is a fairly broad socio-demographic group that forms the basis of the future. It has a special role in society, namely, the future of society as a whole depends on the orientation of modern youth. Therefore, the study of youth value orientations is relevant for the modern development of society.

The topic of development and formation of value orientations was reflected in the works of T. Abolin, V. Brozhyk, A. Zdravomyslov, B. Likhachev, V. Ossovsky, L. Pechko, A. Ruchka, L. Stolovych, V. Tugarinov, S. French, T. Frolov, P. Yakobson, which highlight the problems of formation, development and diagnostics of youth value orientations. B. Ananiev, L. Bozhovych, L. Vygotsky, D. Kiknadze, G. Kostyuk, O. Leontiev consider them - as a component structure of the personality. As a leading mechanism of influence on a person and the development of spiritual potential - value orientations are considered in the works of I. Bekh, A. Bogush, T. Butkivska, I. Zyazyun, P. Ignatenko, L. Krytska, V. Molyako, R. Skulsky, O. Sukhomlynska, L. Khomych and others.

The purpose of our study: to theoretically substantiate and empirically investigate the features of the value sphere of psychology students.

The object of our study: the behavior and activity of students.

The subject of our study: value orientations of psychology students.

The tasks of our study:

1. To analyze the views of scientists regarding the regularities of the development of the value sphere, the features of students' development, the features of modern value orientations of students.

2. Prepare and conduct an empirical study devoted to the peculiarities of the value sphere of psychology students.

3. Process the results, draw conclusions and write a report.

The hypothesis of our study was: the modern values of the orientation of psychology students are characterized by diversity.

The methods of our study:

theoretical (comparison of the views of scientists on the issues under study, generalization of thoughts, specification of concepts, formation of inductive conclusions, etc.);

empirical (methodological tools of empirical research on the topic of research);

mathematical and statistical (tabulation, diagramming, determination of averages, ranking).

The structure of our study includes an introduction, two sections, conclusions to each section, general conclusions, a list of sources used, appendices.

ЗМІСТ

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДЛОГІЧНІ ОСНОВИ ВИВЧЕННЯ ЦІНІСНОЇ СФЕРИ СТУДЕНТІВ-ПСИХОЛОГІВ.....	10
1.1. Ціннісна сфера особистості як предмет психологічного дослідження	10
1.2. Фактори, які впливають на розвиток ціннісної сфери студентів	22
1.3. Сучасні наукові погляди на особливості формування ціннісної сфери студентів	29
Висновки до розділу 1	34
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ЦІНІСНОЇ СФЕРИ СТУДЕНТІВ-ПСИХОЛОГІВ	38
2.1. Організація емпіричного дослідження.....	38
2.2. Аналіз полігону досліджуваних.....	39
2.3. Використаний методичний інструментарій.....	40
2.4. Аналіз результатів дослідження.....	47
Висновки до розділу 2	61
ВИСНОВКИ	65
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	71
ДОДАТКИ	

ВСТУП

Актуальність нашого дослідження пов'язана з впливом економічної та політичної кризи на формування нових життєвих цінностей молоді та нових способів адаптації до сьогодення. На цьому етапі розвитку суспільства важливо зрозуміти цінності молоді оскільки не можливо побудувати ефективне суспільство без її зацікавленого ставлення до проблем своєї країни та активної участі у їх вирішенні. Молодь є досить широкою соціально-демографічною групою яка становить основу майбутнього. Їй належить особлива роль у суспільстві, а саме від орієнтації сучасної молоді залежить майбутнє суспільства в цілому. Тому дослідження ціннісних орієнтацій молоді є актуальним для сучасного розвитку суспільства.

Тематика розвитку та формуванню ціннісних орієнтацій знайшла своє відображення в роботах Т. Аболіна, В. Брожек, А. Здравомислова, Б. Ліхачова, В. Оссовського, Л. Печко, А. Ручки, Л. Столовича, В. Тугарінова, С. Френч, Т. Фролова, П. Якобсона, де висвітлені проблеми формування, розвитку та діагностики ціннісних орієнтацій молоді. Б. Ананьєв, Л. Божович, Л. Виготський, Д. Кікнадзе, Г. Костюк, О. Леонтьєв розглядають їх – як складову структуру особистості. Як провідний механізм впливу на людину та розвиток духовного потенціалу - ціннісні орієнтації розглядаються в роботах І. Бека, А. Богуша, Т. Бутківської, І. Зязюн, П. Ігнатенко, Л. Крицької, В. Моляко, Р. Скульського, О. Сухомлинської, Л. Хомича та ін.

Мета нашого дослідження: теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити особливості ціннісної сфери студентів-психологів.

Об'єкт нашого дослідження: поведінка та діяльність студентів.

Предмет нашого дослідження: ціннісні орієнтації студентів-психологів.

Завдання нашого дослідження:

4. Проаналізувати погляди науковців стосовно закономірностей розвитку ціннісної сфери, особливостей розвитку студентів, особливостей сучасних ціннісних орієнтацій студентів.

5. Підготувати та провести емпіричне дослідження присвячене особливостям ціннісної сфери студентів-психологів.

6. Обробити результати, зробити висновки та написати звіт.

Гіпотеза нашого дослідження було: сучасні цінності орієнтації студентів-психологів характеризуються різноманітністю.

Методи нашого дослідження:

теоретичні (порівняння поглядів вчених на вивчаємо проблематику, узагальнення думок, конкретизування понять, формування індуктивних умовиводів та ін.);

емпіричні (методичний інструментарій емпіричного дослідження за тематикою дослідження);

математико-статистичні (табулювання, діаграмування, визначення середніх, ранжування).

Структура нашого дослідження включає до себе вступ, два розділу, висновки до кожного розділу, загальні висновки, список використаних джерел, додатки.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДЛОГІЧНІ ОСНОВИ ВИВЧЕННЯ ЦІНІСНОЇ СФЕРИ СТУДЕНТІВ-ПСИХОЛОГІВ

1.1. Ціннісна сфера особистості як предмет психологічного дослідження

Під ціннісною сферою особистості і власне під цінностями науковці розуміють значимість, особистісний смисл, переконання, структуру потреб, утворення свідомості й самосвідомості людини, в якому віддзеркалені актуальні життєві потреби, інтереси, погляди і ставлення до дійсності й себе, соціальні установки, ідеал – ідея, зміст якої виражає щось значиме для людини, усі об'єкти оточуючого світу, що можуть задовольнити потреби тощо [33].

Цінності та ціннісні орієнтації ґрунтовно досліджуються як елементи структури особистості О.Ф. Бондаренко, Л.В. Долинською, З.С. Карпенко, Д.О. Леонтьєвим, В.М. Мицько, М.С. Пряжніковим, С.О. Ставицькою, Н.Ф. Шевченко, Н.В. Чепелевою, Є.Б. Моргуновим, О.В. Сірим, М.С. Яницьким та ін. Сучасні дослідники розглядають ціннісні орієнтації у вигляді системи певних норм, прийнятих групою свідомістю.

Ціннісний компонент особистості передбачає орієнтацію на власну, автономну систему цінностей, пов'язану з усвідомленням відповідальності за результати своєї професійної діяльності.

Ціннісний компонент особистості, за М.С. Яницьким, виступає як основний регулятор активності фахівця та спрямованості його розвитку [14].

На думку Н.Ф. Шевченко, «цінність припускає вибір, і тому саме в ситуаціях вибору найбільш яскраво виявляються характеристики, які відносяться до ціннісно-змістового компонента свідомості людини» [13, с.50].

Цінності можна вважати вузловим моментом професійної реалізації особистості, оскільки саме вони детермінують загальне ставлення особистості до професійних цілей, завдань і вимог, можливість її професійної самореалізації. Більш того, чітке визначення професійної спрямованості обумовлює ідентифікацію особистості з професійними завданнями, цілями і

вимогами та, відповідно, формування у неї системи цінностей, в якій професія займає пріоритетне місце.

Цінності та ціннісні орієнтації є визначальними, значущими, спонукальними для особистості. Саме у залежності від них фахівець здійснює вибір стратегії та засобів продуктивного вирішення завдань. Цінність особистості перетворюється у ціннісну спрямованість професійного мислення, коли йдеться про вирішення професійних завдань [10].

Систему цінностей людини у цілому, як підкреслює Л.В. Косова, можна визначити як «універсальну, пролонговану, консервативну структуру пріоритетів, що визначає бажаний життєвий проект і систему орієнтацій індивіда» [8, с.114].

Ціннісний компонент виконує функцію провідного в ключових компетенціях професіонала, забезпечуючи не тільки успіх в професійній діяльності, конкурентоспроможність, але й його життєздатність в нових соціально-економічних умовах.

Особистісні цінності, на думку І.Д. Бежа, виступають унормованими утвореннями як приписи чи заборони, котрі задають очікувану, належну, необхідну чи бажану поведінку, або існують у вигляді ідеалу, зразка для наслідування [4, с.95].

Як загальновживане, поняття цінність визначено як позитивна чи негативна значимість об'єктів навколишнього світу для людини, соціальної групи, суспільства в цілому, що визначається не їх властивостями самими по собі, а їх залученості у сферу людської життєдіяльності, інтересів та потреб, соціальних відносин, критеріїв та способів оцінки цієї значимості, виражені в моральних принципах і нормах, ідеалах, установках, цілях [6].

Е. Толмен розглядає цінність як привабливість цільового об'єкта, оскільки поряд із потребою вона визначає потребу мети [2].

Вивченню ціннісної сфери особистості присвячені й праці А. Маслоу, який визначав, що цінності належать до внутрішніх характеристик природи

людини. Формування ціннісної сфери особистості, на думку автора, є як генетично та біологічно, так і культурно обумовленим [2].

Через призму пошуку сенсу життя, проблему цінностей у розумінні універсальї сенсу, що ґрунтуються на узагальненому досвіді людства, досліджував В. Франкл. Автор на основі можливості надати життю людини сенсу пропонує свою класифікацію цінностей: творчість (праця); переживання (любов, співчуття); ставлення (усвідомлене ставлення до обставин, які неможливо змінити) [44].

Обґрунтовуючи значення цінностей у контексті соціальної проблематики, М. Вебер указував на характеристику історичності як основну межу цінностей, оскільки цінності є тільки вираженням загальних установок для свого часу. Під цінностями вчений розумів "узагальнені цілі і засоби їх досягнення, що забезпечують інтеграцію суспільства і допомагають індивідам здійснювати соціально схвалений вибір своєї поведінки в життєво значущих ситуаціях" [9].

Розвитку ціннісних теорій сприяв внесок М. Рокича, який визначав особистісну цінність як «стійке переконання, що певний спосіб поведінки або певний кінцевий результат, або ж мета існування є більш особистісно та соціально бажаною, ніж протилежна мета існування або кінцевий результат» [13]. Свідомо чи несвідомо засвоєна цінність стає для особистості критерієм, що спрямовує активність на формування чи підтримання ставлення до об'єктів або ситуацій, для обґрунтування власних вчинків або поведінки навколишніх, оцінювання та порівняння себе та інших. М. Рокич стверджував, що саме цінності виступають психологічними детермінантами, які регулюють поведінку людей [13].

Зазначені ідеї дали поштовх для розвитку теорії базових індивідуальних цінностей Ш. Шварца. Ціннісна система особистості розглядається як мотиваційний конструкт, що підлягає безпосередньому впливу середовища, менталітету та культури суспільства, до якого належить особистість. У концепції Ш. Шварца категорія цінності описана за допомогою таких характеристик, які: є переконаннями, що нерозривно пов'язані із емоційною

сферою; спрямовують активність на досягнення бажаних цілей; необмежені обставинами, трансцендентні; є еталонами у визначенні особливостей поведінки, оцінювання та тлумачення подій, вчинків; упорядковані одна щодо одної за їхньою значущістю для особистості [28].

Ці характеристики стосуються усіх цінностей. Відмінною ознакою для кожної цінності є її мотиваційне підґрунтя. Відповідно до характеру мотивації Шварц виокремлює десять типів цінностей: «Самостійність», «Стимуляція», «Гедонізм», «Досягнення», «Влада», «Безпека», «Конформність», «Традиція», «Добро», «Універсалізм» [28].

За С. Рубінштейном, цінності є одним зі способів відображення дійсності у свідомості особистості. Він вважав, що цінності визначають характер спрямованості особистості і, як наслідок, породжують, спрямовують і регулюють активність щодо предметів та явищ об'єктивної дійсності [28]. Учений довів, що цінності – не первинні, вони похідні від співвідношення людини і світу, виражаючи те, що у світі (включаючи й те, що створює людина в процесі історії) є значущим для людини. В основі поняття «цінність» лежить ступінь значущості того чи іншого явища або предмета для суб'єкта, який сприймає його. Значущість, у свою чергу, визначається здатністю задовольняти певні потреби або якусь одну потребу, причому ця значущість має в цінності моральний характер, оскільки виражає таке ставлення людини до предметної реальності, що ґрунтується на уявленнях про добро і зло. Цінності набирають особистісного змісту, реалізуються і чинять мотиваційний вплив на усвідомлення та поведінку лише тоді, коли вони глибоко усвідомлюються і сприймаються особистістю.

Цінності конкретної особистості формуються під впливом соціального середовища і навіть особливостей тих соціальних груп, до яких належить ця особистість.

Система цінностей окремої особистості чи соціальної групи залежить від вікових, статевих та психологічних особливостей, соціального, економічного, політичного, професійного, національного, етнічного статусу [35].

В виділяють три основних варіанта розуміння психологічної природи індивідуальних цінностей [13].

У першому варіанті, прихильниками якого є В. Брожик, М. Рокіч, А.О. Ручка, цінності розглядають через їх зв'язок з такими поняттями, як думка, уявлення чи переконання. Погляди М. Рокіча [18], який розглядає систему цінностей як стійку сукупність переконань в пріоритетах певного способу поведінки чи кінцевої мети існування певної поведінки або інших цілей підтримують С. Шварц и У. Білски і пояснюють цінності як поняття чи переконання, що стосуються бажаності кінцевих цілей чи поведінки людини.

У теорії «універсальних типів цінностей», яка базується на гіпотезі про «універсальність структури цінностей» розкрито структурну організацію системи цінностей, яка відображає рівні, одночасну перевагу різних мотиваційних потоків, на яких виникають протиріччя, що призводять людину до стану фрустрації [19]. «Цінності збереження» до яких відносяться безпека, традиції, конформність протистоять «цінностям змін» (саморегуляція), а «цінності самовизначення» (універсалізм, прихильність) є протилежними до «цінностей самовозвищення» (досягнення, гедонізм, влада). Тобто відношення між цінностями визначають, певним чином, стратегію поведінки людини, але власне цінності розглядаються як пасивне утворення.

Другий варіант, в якому цінності ототожнюють з поняттям ціннісної орієнтації і розглядаються як різновид соціальних установок чи інтересів, підтримують такі дослідники як Д.М. Узнадзе, Е. Шпрангер, В.О. Ядов. В такому розумінні цінності, вже виконують регуляторну, направляючу функцію але, в той же час, Д.О. Леонтьєв стверджує, що розуміння цінностей і установок як однорідних утворень не можливе, оскільки існує уявлення про особливий статус, місце та роль цінностей в житті людини, що проявляються на рівні як повсякденної свідомості так і на теоретичному рівні [12].

Д.О. Леонтьєв вважає, що зв'язок ціннісних орієнтацій і установок дійсно існує, оскільки і ті і інші виникають на основі потреб і конкретних ситуацій, а також регуляція взаємовідношень між суспільством і особистістю відбувається

за допомогою як ціннісних орієнтацій так і установок. Але, як відомо (представники психологічної школи Д.М. Узнадзе) поняття «установка» розглядається як явище несвідоме, а звідси витікає і несвідомий характер ціннісних орієнтацій [12].

Інші дослідники вважають що ціннісні орієнтації виникли на основі установки, але не тотожні їй, так як ціннісні орієнтації – це усвідомлення особистістю свого відношення до суспільства, самої себе, до оточуючої дійсності, регуляція поведінки як усвідомленої дії [12].

Отже, думка про те, що ціннісні орієнтації впливають як на вищі структури свідомості, так і на явища підсвідомі, тобто при дослідженні розвитку ціннісної структури особистості слід враховувати єдність свідомого і несвідомого, є життєздатною і актуальною.

У третьому варіанті поняття «цінність» зближується з поняттями «потреба», «мотив» (Б.С. Братусь, Ф.Є. Василюк, Ю.М. Зінченко, Ю.М. Жуков, А. Маслоу, Ю.А. Шерковін та ін.).

На думку Д.О. Леонтьєва, такий підхід є найбільш продуктивним і має неабиякий пояснювальний потенціал, оскільки цінності наділяються рушійною силою [13], але, незважаючи на це, він наголошує на необхідність чіткого розмежування понять «цінність» і «потреба», оскільки «потреби» являють собою форму безпосередніх життєвих відносин індивіда зі світом. Вони діють «тепер», відбиваючи поточний стан цих динамічних відносин. Особистісні цінності являють собою «консервовані» відносини зі світом, узагальнені і перероблені сукупним досвідом соціальної групи. Вони асимілюються в структурі особистості й надалі, у своєму функціонуванні, практично не залежать від ситуативних факторів. На відміну від потреб, цінності не обмежені даним моментом і не тягнуть до чогось зсередини, а «притягують ззовні» [13].

Проаналізувавши дослідження ціннісної проблематики у філософії, соціології, психології та етиці, Д.О. Леонтьєв формулює припущення про наявність трьох форм існування цінностей:

По-перше, цінності існують як суспільні ідеали, які є продуктом суспільної свідомості і суспільні уявлення про досконалість у різних сферах життя.

По-друге, як предметне втілення цих ідеалів у діях чи творіннях конкретних людей.

По-третє, як мотиваційні структури особистості, які спонукають до предметного втілення у поведінці і діяльності суспільних ціннісних ідеалів.

Зазначені форми є перехідними, а саме: суспільні ідеали засвоюються особистістю і в якості моделей «належного», спонукають її активність, в процесі якої відбувається предметне втілення цих моделей. З часом предметно втілені цінності стають основою для формування суспільних ідеалів і т.д. по безкінечній спіралі [12].

Таким чином можна стверджувати, що цінності, їх структура в психологічній науці розглядаються як особистісне утворення, як динамічна складова у структурі особистості.

За А. Адлером структура системи цінностей особистості унікальна та складна [13].

Одну з найперших класифікацій цінностей запропонував Г. Олпорт, в якій виділив шість типів цінностей: теоретичні, економічні, естетичні, соціальні, політичні, релігійні.

На сьогодні існує декілька видів класифікації цінностей, які відрізняються між собою ведучою характеристикою. Серед найбільш розповсюджених класифікацій можна назвати наступні:

1. За функціональним значенням цінності поділяються на термінальні (цілі) та інструментальні (принципи та засоби досягнення мети) (М. Рокіч);
2. Цінності буття (Б-цінності) – істина, добро, справедливість, краса тощо; Дефіцієнтні цінності (Д-цінності) – мир, спокій, безпека тощо (А. Маслоу);
3. За ступенем генералізації та присвоєння цінностей: ситуативні, стійкі, особистісні (усвідомлені смисли життя);

4. Декларовані, реальні (Б.С. Братусь);
5. Духовні (освіта, наука, мистецтво); суспільно-політичні (свобода, рівність, справедливість); матеріальні (матеріальні блага) (В.П. Тугаринов);
6. Цінності життя (природні) – здоров'я, радість життя, спілкування тощо; і цінності культури (суспільні) – матеріальні, соціально-політичні, духовні (О.Г. Дробницький);
7. Вітальні (здоров'я, безпека тощо); соціальні (статус, професія, сім'я); політичні (свобода слова, законність); моральні (добро, чесність, порядність); релігійні (віра); естетичні (краса, гармонія) (Б.Х. Ерасов);
8. Ієрархічні рівні в системі цінностей: цінності абстрактні, цінності-властивості і цінності – способи поведінки (С.С. Бубнова);
9. Цінності творчості, цінності переживання, цінності відношення (В. Франкл). Слід зазначити, що важливою рисою структурної організації цінностей є їх ієрархічна побудова, яка полягає в тому, що різні цінності володіють різним ступенем суспільності і одні являються конкретизацією інших.

На думку таких психологів, як О.Г. Асмолов, Б.С. Братусь, Д.О. Леонтьєв, В.Ф. Сержантов, структура цінностей являє собою одне з найважливіших утворень в психіці людини (є своєрідним ядром цілісної структури особистості) [5; 9; 12], і є найвищим рівнем саморегуляції особистості.

О.Т. Москаленко і В.Ф. Сержантов відзначають, що «система цінностей, перш ніж виявити себе в ролі регулятора зовнішньої поведінки індивідів і їх взаємних суспільних зв'язків, породжує в їхній свідомості специфічну ціннісну систему ціннісних орієнтацій і тільки за посередництвом останньої виявляє свою соціально-регуляторну функцію» [14].

М.Й. Боришевський стверджує, що «певна система цінностей втілюється, опредмечується в тих чи інших конкретних феноменах, пов'язаних із відповідними формами життєдіяльності у якій і здійснюється оволодіння цінностями, їх поступове перетворення з явища «зовнішнього» у явище «для

себе», тобто відбувається переведення цінностей суспільних у цінності суб'єктно значущі для самого індивіда» [7].

У дослідженнях В. Франкла мотиваційно-ціннісна сфера – це власна ціннісна система. Її відсутність у людини зумовлює "екзистенційний вакуум", що проявляється як стан нудьги і є причиною "екзистенційних неврозів [44];

На виняткову важливість системи цінностей у структурі особистісних потреб як найбільш значущих детермінант указують дослідження М. Рокича [28].

З. Карпенко та І. Гоян серед форм репрезентації особистості визначають цінності як стійку мотиваційну структуру, яка є внутрішнім джерелом поведінкової регуляції. [19]

Про те, що цінності мають провідну роль у процесі свідомої регуляції поведінки особистості, писав й Д. Узнадзе. Він стверджував, що індивідуальні цінності утворюються шляхом відбору актуальних установок після об'єктивації та усвідомлення суб'єктом своєї поведінки відносно соціальних норм та цінностей [29].

І. Бех серед духовних цінностей особистості виокремлював вищі. Він їх називає усвідомленими узагальненими самовартісними смисловими утвореннями особистості [6].

За місцем та значущістю у структурі мотивації особистості, відповідно до Д. Леонтьєва, вищі цінності належать до категорії стійких мотиваційних утворень, джерел мотивації [28].

Таким чином, можна зробити висновки про те, що, сучасні дослідники розглядають особисті цінності як складну ієрархічну систему, яка виконує регуляторну функцію активності людини, перебуваючи на перетині мотиваційно-потребової сфери та світоглядних структур свідомості особистості, а найвищий рівень даної структури займають ціннісні орієнтації.

Найвищий рівень в системі цінностей займають ціннісні орієнтації – спрямованість особистості на засвоєння певних цінностей та задоволення своїх потреб.

Ціннісні орієнтації виступають як особистісно утворюючі системи та пов'язані, своєю чергою, з розвитком самосвідомості та усвідомлення власного «Я» у системі суспільних відносин. Ступінь сформованості ціннісних орієнтацій дає змогу визначити рівень сформованості особистості [33].

Ціннісні орієнтації можуть виступати як узагальнені принципи, на основі яких приймаються важливі рішення, долаються складні соціокультурні проблеми. «Ціннісні орієнтації (як загальні смислові утворення) є основними смисловими конституючими одиницями особистості, які визначають відношення між цілями і засобами їх досягнення. Вони регулюють і переводять будь-який вид діяльності в її морально-смысловий план» [4].

Нині під ціннісними орієнтаціями слід розуміти стійке, вибіркове ставлення людини до сукупності матеріальних та духовних благ та ідеалів, які розглядають як предмети, цілі або засоби для задоволення життєвих потреб людини. Таке визначення, на нашу думку, найбільш повно відображає зміст ціннісних орієнтацій людини, а також їх динамічний характер, функції та значення в житті людини, оскільки у цьому визначенні відзначається найважливіша роль ціннісних орієнтацій людини як один із регуляторів її поведінки та діяльності.

У психологічній літературі під поняттям «ціннісні орієнтації» часто розуміють компонент спрямованості особистості, схильність до сприйняття умов життя та діяльності у їх суб'єктивній значущості. Тобто кожна особистість здатна розділяти та приймати матеріальні та духовні цінності. Виходить, що ціннісні орієнтації виступають як опорні установки для прийняття тих чи інших рішень, а також для регуляції поведінки.

Є.І. Головаха вважає, що ціннісні орієнтації виконують регулятивну функцію, оскільки вони «не мають тієї визначеності (однозначності), яка властива сформованим на належному рівні цілям та планам» [6, с.258–259]. «Ціннісні орієнтації, життєві цілі і плани становлять ядро життєвої перспективи...» [6, с.267].

Ціннісні орієнтації визначають активність та спрямованість особистості, систему відносин, а також, як справедливо зазначає А.М. Лазурак, «загальний підхід людини до світу, до себе, надають сенсу особистісним позиціям, поведінці, вчинкам» [9, с.23].

Для більш цілісного розуміння ціннісних орієнтацій В.В. Гаврилюк та Н.О. Трикоз виділяють чотири основних типи систем цінностей [10]:

- 1) смисложиттєву систему, яка визначає цілі буття, людської сутності, цінності свободи, правди, краси, тобто загальнолюдські цінності;
- 2) вітальну систему – цінності збереження і підтримки повсякденного життя, здоров'я, безпеки, комфорту;
- 3) інтеракційну систему – цінності та судження, важливі у міжособистісному та груповому спілкуванні: гарні відносини, спокійна совість, влада, взаємодопомога...;
- 4) соціалізаційна система – цінності, що визначають процес формування особистості.

Одним з перших поняття ціннісні орієнтації використовує В.П. Тугаринов вказуючи, що «окрема людина використовує лише ті цінності, які є в суспільстві, тому ціннісні орієнтації окремої людини є по своїй сутності цінностями суспільства, що її оточує» [6].

Ціннісні орієнтації є найважливішими елементами внутрішньої структури особистості, що закріплені життєвим досвідом індивіда, всією сукупністю його переживань і виконують функцію відокремлення значимого, суттєвого для даної людини від не значимого. Сукупність усталених ціннісних орієнтацій утворює певну вісь свідомості, яка забезпечує стійкість особистості, спадкоємність певного типу поведінки і діяльності, вираженого в напруженості потреб та інтересів.

Таким чином ціннісні орієнтації є найважливішим регулюючим і детермінуючим мотивацію особистості фактором. У сучасній психологічній науці ціннісні орієнтації – це «вибіркова, відносно стійка система спрямованості інтересів і потреб особистості, націлена на певний аспект

соціальних цінностей. Детермінантами ціннісних орієнтацій виступають матеріальні умови життєдіяльності, а також індивідуально-типові риси, нахили і здібності людини» [6].

Сучасні науковці Н.О. Кирилова, Н.С. Розов, О.В. Сірий, М.С. Яницький та інші [17] розглядають систему ціннісних орієнтацій як компонент структури особистості, який характеризує направленість і зміст активності індивіда і визначає загальний підхід людини до світу, до себе, надає зміст та напрямок особистісним позиціям, поведінці, вчинкам. Тобто ціннісні орієнтації є свідомим регулятором соціальної поведінки особистості, своєрідним орієнтиром у житті.

Дане положення підтримує Н.Ф. Наумова, яка розглядає ціннісні орієнтації як один з механізмів цілепокладання, який орієнтує людину в навколишньому світі, створюючи впорядковану та усвідомлену картину світу.

Окрім регуляторної та направляючої функції ціннісні орієнтації здійснюють вплив на формування потреб індивіда, тобто визначають місце даної потреби у загальній системі потреб особистості [2], а В.Г. Алексеева називає ціннісні орієнтації основним каналом засвоєння духовної культури суспільства, перетворення культурних цінностей в стимули і мотиви практичної поведінки людини [1].

Отже, справедливо стверджує М.С. Яницький, що система ціннісних орієнтацій визначає життєву перспективу, «вектор» розвитку особистості, виступає у якості найважливішого джерела і механізму, пов'язує в єдине ціле особистість і соціальне середовище [17].

Доцільно зазначити, що багато сучасних дослідників (Л.І. Анциферова, В.Г. Асеев, В.Д. Шадриков, П.М. Якобсон) [3; 4; 16] акцентують увагу на динамічності даної системи.

Так В.Г. Асеев вказує на можливості ціннісних орієнтацій актуалізовуватися, змінювати свою напруженість, згасати та відновлюватися знову [4], а В.Д. Шадриков відмічає, що «ця система розвивається в часі та змінює складові компоненти і зв'язки між ними при збереженні функції».

Таким чином, як підкреслює С.Д. Сайко [15], система ціннісних орієнтацій є найважливішою характеристикою особистості і показником її сформованості. Рівень розвитку ціннісних орієнтацій, особливості їх становлення дозволяють судити про рівень розвитку особистості, цілісність та стійкість якої, виступає як стійкість її ціннісних орієнтацій.

1.2. Фактори, які впливають на розвиток ціннісної сфери студентів

Сьогодні молодий вік сприймається як самостійний період життя, що має власну цінність. У психології молодий вік традиційно вивчається з позицій вчення Л.С. Виготського про роль соціальної ситуації розвитку та провідної діяльності у розвитку особистості [36].

У молодому віці людина усвідомлює себе як члена суспільства, осмислює своє місце в людському суспільстві та своє призначення у житті.

У зв'язку із цим молодість розглядається як психологічний вік переходу до самостійності, період самовизначення, набуття психічної, ідейної та громадянської зрілості, формування світогляду, моральної свідомості та самосвідомості [25].

Соціальна ситуація розвитку в молодому віці визначається так: молода людина займає проміжний стан між дитиною та дорослою. З ускладненням життєдіяльності в молодості відбувається кількісне розширення діапазону соціальних ролей та інтересів, а також якісна їх зміна. З'являється все більше дорослих ролей, зростає рівень самостійності та відповідальності [42].

Характерною особливістю соціальної ситуації розвитку є вирішення важливого завдання професійного самовизначення, яке суспільство ставить перед молододою людиною.

Провідною діяльністю в молодості є навчально-професійна діяльність.

Студентський вік є найважливішим для суспільного розвитку і становлення особистості, характеру та інтелекту, а поведінка людини у цей період визначається, перш за все, проміжністю її становища: переходячи з

дитячого світу до дорослого, людина не належить повністю ні до того, ні до іншого. Ця особливість соціальної ситуації та життєвого світу проявляється і в психіці, для якої типові внутрішні протиріччя, невизначеність рівня прагнень, підвищена сором'язливість і водночас агресивність, схильність приймати крайні позиції та погляди [15].

На стадії студентства в умовах ускладнення системи відносин, в яку включена особистість, перед нею все частіше і в більш гострій формі постає проблема особистісного вибору, що вимагає усвідомлення своєї позиції та особливого значення для студента набуває спілкування з однокурсниками.

Основним принципом спілкування та психічного життя загалом у молодому віці є виражений пошук шляхів до світу через знаходження шляху до себе [16; 31].

Процес розвитку та становлення самобутньої, цілісної, гармонійної та зрілої особистості є досить тривалим та надзвичайно складним, оскільки залежить від ряду внутрішніх та зовнішніх факторів (сприятливих або несприятливих).

На думку Г.С. Костюка, «розвиток особистості – це історія її становлення як суб'єкта міжособистісних стосунків, пізнання і праці, носія суспільних відносин. Це історія розвитку функціональних можливостей її нервової системи, психічних процесів і властивостей, фізичних, розумових, моральних та інших якостей, її знань і почуттів, потреб та інтересів, ідеалів та смаків, світобачення і переконань, трудових умінь і навичок, здібностей до навчання, до засвоєння створеного людством і до творення матеріальних і духовних цінностей» [23].

Студентський вік (а саме 17-18 – 22-23 роки) припадає на віковий період юності – рання юність (старший шкільний вік) від 15 до 18 років, та пізня юність (від 18 до 23 років), або ж рання дорослість («молодість» (18-25 років)) і вважається найбільш сприятливим для біологічного, психологічного та соціального розвитку особистості.

Період юнацтва відмічається максимальною швидкістю оперативної

пам'яті та переключення уваги, вирішення вербально-логічних завдань тощо. Отже, студентський вік характеризується досягненням найвищих «пікових» результатів, які базуються на всіх попередніх процесах біологічного, психологічного та соціального розвитку [17].

В студентському віці відбувається перегляд ціннісно-духовних категорій, аксіологічна переорієнтація особистості, посилюється усвідомленість, об'єктивна позитивізація мотивів поведінки, формуються і зміцнюються такі риси особистості як відповідальність, почуття обов'язку, цілеспрямованість, наполегливість, самостійність, уміння регулювати свої почуття, бажання та схильності. В той же час, молоді люди схильні до надмірного самоаналізу та самооцінки, яка здійснюється шляхом співставлення ідеального «Я» з «Я» реальним. Даний процес криє в собі ще одну суперечність, оскільки ідеальне «Я» може бути не достатньо чітким, а «Я» реальне – не достатньо усвідомленим і всебічно не оціненим особистістю. Внаслідок цього може виникати внутрішня невпевненість у собі, зовнішня агресія, почуття власної неповноцінності, неадекватні вчинки тощо [32].

Розвиток ціннісно-сислової сфери особистості студента відбувається у взаємодії з основними психологічними новоутвореннями, що актуалізуються в період юності, а саме готовність особистості до самовизначення, почуття відповідальності за власне майбутнє, розвиток самоосвіти та самопізнання, тобто вирішення питання ідентичності в професійній сфері, у сфері сімейних відносин і в особистісному розвитку.

Розвиток процесу рефлексії, тобто самопізнання у вигляді роздумів над власними переживаннями, відчуттями, думками необхідний для критичної переоцінки раніше сформованих цінностей та смислу життя – можливо їх зміна та подальший розвиток. Також важливим новоутворенням ранньої юності є смисл життя, що залежить від можливих перспектив юнаків, або ж від перспектив, які вони собі уявляють [29].

Е. Еріксон, зазначав [19], що проблема ідентичності вперше постає в підлітковому віці, в юнацькому віці дане питання стає центральним, а потім

червоною лінією проходить крізь усе життя. Побудова ідентичності, по суті, є вибір власної поведінки, світогляду, несуперечливий синтез усіх своїх психологічних проявів [25].

І. Гофман виділив 3 види ідентичності [19]: 1) соціальна ідентичність; 2) особиста ідентичність; 3) Я-ідентичність.

Для визначення особливостей ідентичності, Дж. Марсія 4 статуси ідентичності [18]:

Дифузна ідентичність – людина не має чітко сформованих цілей та цінностей і не прагне їх визначити;

Передчасна ідентичність – властива особистостям, які не переживали стану кризи ідентичності, але володіють сукупністю цілей і цінностей, які найчастіше співпадають з батьківськими цінностями або ж відображають їх очікування;

Мораторій – особистість перебуває в стані кризи і намагається її подолати; людина перебуває у стані пошуку інформації, необхідної для розв'язання кризи;

Досягнута ідентичність – особистість, яка пережила кризу і сформувала певну сукупність особистісно значущих цілей, цінностей і переконань. Власні цінності, цілі та переконання особистість переживає як значимі, що забезпечує відчуття спрямованості і осмисленості життя.

Криза ідентичності, за своєю сутністю, є конфліктом між усталеною конфігурацією елементів ідентичності і способом входження у навколишній світ [29]. Щоб вийти із кризи, особистість повинна докласти певних зусиль, зокрема: відшукати і прийняти нові цінності, види діяльності, способи входження в нову ситуацію життєдіяльності тощо. Криза часто призводить до індивідуального і культурного оновлення, особистісного росту і прогресу в розвитку [28].

Криза юнацького віку, яка складається з серії індивідуальних і соціально-особистісних виборів, ідентифікацій та самовизначень є невід'ємним етапом становлення особистості [39]. Поряд потреби почуття ідентифікації

загострюється потреба у виокремленні, яке сприяє адекватному вирішенню питання ідентифікації, відбувається розвиток рефлексивних процесів, що виводить особистість за межі внутрішнього світу і дозволяє зайняти власну позицію у світі. Продовжується побудова та переоцінка цінностей, тобто особистість прагне подивитися на світ «по-іншому» та побудувати власну систему цінностей. Процес переоцінки є центральним моментом морального зросту особистості [24].

В.А. Роменець наголошував на тому, що юнацький вік є особливим етапом духовного розвитку, характеризуючи юність як пошук принципових основ несуперечливої поведінки, як пору створення власної філософії життя», як прагнення до абсолютних цінностей, несумісних з цінностями реального світу [34].

Заради розуміння психосоціального стану підлітково-юнацького віку Е. Еріксон користується терміном «психосоціальний мораторій» [39], який визначається як психологічний стан і як певний соціальний простір. Найчастіше криза ідентичності розв'язується до 18-20 років, але як показали дослідження Д. Шеффера – лише до 21 року більшість молодих людей досягають лише самого стану мораторію, а стабільна ідентичність досягається пізніше. «Тільки під час навчання в університеті більшість молоді переходять від дифузного або незрілого статусів до статусу мораторію, а слідом досягають почуття ідентичності [25].

В той же час, про вплив вищої школи на становлення ідентичності студента Д. Шеффер дає неоднозначну відповідь. Він стверджує, що процес здобуття вищої освіти допомагає встановленню кар'єрних цілей та більш продуманому вибору професії, але студенти часто відстають від працюючих однолітків у встановленні політичної та релігійної ідентичності. Багато студентів регресують від стадії досягнення ідентичності до стадії мораторію або навіть, до стадії дифузної ідентичності [25].

На розвиток ціннісних орієнтацій студента впливає також формування професійної ідентичності. Почуття професійної ідентичності супроводжується

відчуттям захищеності, вірою у власні реальні і потенційні можливості, гордість за свою професію, розумінням її значущості. Професійна ідентичність – це багаторівнева динамічна структура. Що містить усвідомлені і неусвідомлені компоненти, складова самосвідомості, результат професійного самовизначення, характеристика особистості з погляду її професійної взаємодії з навколишнім світом, що передбачає ставлення до себе як професіонала, ставлення до професії, ставлення до членів професійної спільноти [29].

Поряд феномену ідентифікацій, що особливо яскраво проявляється в юнацькому віці, в сучасному суспільстві має місце явище маргіналізму. Маргінали – це особи, відірвані від звичного соціально-культурного середовища, які не зуміли включитися в нове для них середовище. Основним принципом маргіналізації є розрив духовних, економічних і особистісних зв'язків. Тобто, маргінали не мають власної системи цінностей, живуть в двох або більше світах, не належачи жодному з них [24]. Характеристиками маргінальної особистості, за М.О. Невджавоновим є: інтеріоризація індивідом цінностей і норм різних соціальних груп, соціокультурних систем; поведінка індивіда в даній соціальній групі на основі норм і цінностей інших соціальних груп, соціокультурних систем; неможливість однозначної самоідентифікації індивіда; певні стосунки «індивід - соціальна група» [24].

В професійному аспекті розвитку особистості явище маргіналізму виявляється у втраті професійної ідентичності, байдужості до професійних норм, обов'язків у підміні професійних цінностей – цілями і цінностями іншого соціального і професійного просторів [18]. В той же час, професійна маргінальність виступає як основна форма і як провідний чинник маргінальності соціальної [27].

Явище ідентифікації безпосередньо пов'язане з процесом самовизначення особистості студента, тобто особистість має визначитися в основних для себе питання «Яким я маю бути?». С.Л. Рубінштейн самовизначення трактує як самодетермінацію, де внутрішні умови виступають як причини (проблема саморозвитку, рушійні сили розвитку), а зовнішні причини виступають як

умови, як обставини [24].

К.А. Абульханова-Славська розуміє самовизначення як «усвідомлення особистістю своєї позиції, що формується всередині координат системи відношень. При цьому самовизначення залежить від того, як складається система відношень до колективного суб'єкту, до свого місця в колективі та інших. Це вільний вибір людиною власної долі» [2]. Отже, в процесі самовизначення особливе місце належить свідомому прагненню людини зайняти певну позицію.

Ціннісно-сміслові самовизначення М.Р. Гінсбург [12] розглядає як основу особистісного розвитку, яка впливає на самовизначення в професійній, соціальній та інших сферах життя особистості.

В.Д. Повзун та Є.А. Латуха ціннісне самовизначення визначають як самостійний тип. Саме ціннісне самовизначення розкриває сутність відношень між цінностями та «образом Я», воно є умовою взаємодії «людина-світ» [32]. Різні рівні даної взаємодії характеризуються знаходженням особистістю свого місця в системі суспільних відносин, ставленням до загальнолюдських цінностей, в функціонально-рольовій інтерпретації свого соціального статусу та формуванні ціннісно-сміслового ядра особистості [16].

Для Є.А. Латухи ціннісне самовизначення є «процесом входження особистості в соціум, що передбачає пошук смислу професійної діяльності та узгодженість ціннісних орієнтацій особистості. Це процес розвитку ціннісного відношення до явищ дійсності в ціннісних орієнтаціях в сфері життєвоважливих інтересів особистості [28].

На думку, Є.В. Кривцової, Т.М. Мартинової ціннісне самовизначення є нескінченим процесом побудови та систематизації особистістю ієрархії цінностей, в ході якої встановлюється відношення в різних сферах життєдіяльності індивіда. Це процес набуття особистістю смислу, цілей і ресурсів власного життя в просторі і часі [26].

Сьогодні одним із важливих питань, пов'язаних із розвитком особистості, є питання визначення умов проектування її успішного життєвого шляху. Це

зумовлено необхідністю підготовки конкурентне здібної, активної, відповідальної, творчо мислячої особистості.

Д.О. Леонтьєв, Б.С. Братусь оцінюють сучасну соціальну ситуацію як вакуум відносин, цінностей, смислів і зазначають що умови сучасного життя не лише не сприяють реалізації сутнісних якостей людини, але і навпаки заважають їх розвитку.

Результати дослідження В.О. Васютинського також свідчать, що останнім часом молоді люди надають перевагу поточно-хвилевим меркантильним цінностям відставаючи духовні цінності на друге місце [11].

Особистісна орієнтація учбового процесу розширює його розвиваючі можливості, визначає успішність учбово-пізнавальної діяльності [36]. Тому, для розвитку цілісної, гармонійної, високоморальної цілеспрямованої та духовно збагаченої особистості студента, навчання у ВНЗ слід розглядати не лише як педагогічний феномен, а як соціально-психологічне явище [17], що полягає у постійному розвитку особистості, її духовному становленні [13].

Тому, на гуманізації сучасної освіти наголошують Г.О. Балл, В.Л. Зливков, Л.Е. Орбан-Лембрик, С.О.Сисоева [2], яка сприятиме розвитку особистості, становленню індивідуальності людини, розкриттю її потенціалу, накопиченню унікального досвіду, самоактуалізації та самореалізації Я-концепції, самовираженню в спілкуванні і творчості.

1.3. Сучасні наукові погляди на особливості формування ціннісної сфери студентів

Вікові психологічні аспекти розвитку ціннісних орієнтацій описано в роботах Л.С. Виготського, В.С. Мухіной, І.С. Кона, О.Ф. Рибалко та ін. [26]. Вибір цінностей, на різних стадіях розвитку особистості, залежить від безлічі факторів як соціальних так і індивідуальних. Система ціннісних орієнтацій не залишається незмінною протягом всього життя людини. Розвиток ціннісних орієнтацій відбувається з одночасно з процесами адаптації, соціалізації, яка

полягає у внутрішньому прийнятті цінностей та індивідуалізації, як вироблення власних цінностей, смислів життя, самореалізації.

Процес формування індивідуальних цінностей є процесом інтеріоризації особистістю цінностей соціальних [18], тому, перед особистістю, що потрапляє у нову систему виникає необхідність засвоєння нових цінностей, зміни пріоритетів. Відсутність такої можливості або ж не пластичність в даній ситуації викликає психологічний дискомфорт, який змінюється конфліктом із системою.

Несуперечність ціннісних орієнтацій при суб'єктивній перевазі певних цінностей є важливим показником стійкості особистості. Основними детермінантами ціннісних орієнтацій є інтереси, потреби, діяльність, умови життя тощо.

Для розвитку особистості необхідна наявність ряду зовнішніх та внутрішніх умов, а їх відсутність як зазначає Т.В. Дмитрієва [16], призводить до внутрішньої кризи. Подолання кризи призводить до зрілості особистості, а якщо сенситивний період для розвитку певних особистісних функцій, властивостей, якостей пропущено – це призводить до ущербності особистості і відповідно її діяльності (пізнавальної, учбової професійної).

Особливостям ціннісних орієнтацій студентської молоді присвячені дослідження таких науковців як: Н.Є. Бондар, С.О. Гурбанська, А.А. Дубровіна І.В. Козлов, І.О. Корнієнко, В.Т. Лісовський, А.А. Мельниченко, А.М. Мордовець, К.А. Нечаєва, Є.А. Подольська, І.Г. Попова, І.А. Райгородська, З.В. Сікевич, Н.І. Стрелянова та ін. Дослідники відмічають даний період як сенситивний для утворення ціннісно-смыслових орієнтацій, як стійкої особистісної властивості, яка сприяє становленню світогляду, тобто «закладається здатність об'єктивної оцінки самого себе і довкілля, що найбільше впливає на становлення закономірностей, які згодом вказуватимуть на позицію у житті вже дорослої людини».

Період юнацтва, на який припадає студентський вік, здебільшого вважається найбільш прийнятним періодом для входження людини у світ

цінностей і ціннісного самовизначення. Відбувається цей процес саме завдяки освітньому середовищу. І.О. Сапогова зазначає, що формування ціннісної сфери у процесі навчання визначається, з одного боку, особистісними особливостями, розвитком та усвідомленням своїх інтересів і цінностей, а з другого, – соціальними чинниками – цінностями іншого суб'єкта, стилем спілкування з ним. Водночас в основі загального механізму формування цінностей лежать, перш за все, діалогічний стиль спілкування і розвиток рефлексивних особливостей студентів [11, с.148].

Основним надбанням юнацького віку вважається професійне самовизначення. Усвідомлення особистістю свого місця в майбутньому, на думку О.В. Серого, сприяє формуванню специфічних особливостей групи молоді, яка навчається, таких як: свідомо потреба не тільки в отриманні знань, але й у виробленні власних поглядів і переконань; формування наукового світогляду, поява теоретичних інтересів; прагнення до самостійності, потреба в самопізнанні та самоствердженні; внутрішнє спонукання до самореалізації, визначення життєвих перспектив; усвідомлення особистістю своїх можливостей при досягненні певної мети; прагнення жити при максимальній напрузі своїх можливостей [12, с.357].

Сучасні тенденції гуманізації вищої освіти свідчать про посилення уваги до ціннісного становлення майбутніх фахівців у набутті професіоналізму. Значна кількість емпіричних психологічних досліджень підтверджує думку про вплив професії людини на її сприйняття та розуміння світу, а також самого себе. Фахівці сприймають оточуючий світ і свою особистість у ньому через призму світу своєї професії, а власне, світ професій є невід'ємною частиною суб'єктивної моделі світосприйняття у фахівців [3, с.195].

Професійне становлення майбутнього фахівця відбувається в умовах постійного вибору особистості значущих професійних цінностей, співвіднесення їх з ідеальним образом професіонала у своїй галузі. Згідно досліджень, проведених Т.Л. Антоненко, «...95% студентської молоді чітко уявляє ідеальний образ фахівця своєї спеціальності. Та вже 50% студентів

негативно характеризують реальний образ і сумніваються в можливості змінити існуючу традиційну систему ставлень в обраній галузі професійної діяльності...» [2, с.35].

Результати таких досліджень показують важливість впливу ціннісної сфери на професійне становлення фахівця. Якщо студент підходить до вибору майбутньої професії з прагматичних позицій, то для нього цінністю стає не самореалізація у праці, а насамперед матеріальні здобутки, престижність професії та таке інше.

Під особливою увагою має знаходитися процес формування ціннісних детермінант особистості фахівця в системі професій типу «людина-людина», які потребують особистісного впливу. Саме у межах цих професій можна виділити особливі вимоги, що висуваються до їх представників, причому не тільки до рівня знань і вмінь конкретного фахівця, але й до його особистісної складової.

Невипадково значна кількість досліджень доводить, що інтенсивний суб'єктний внесок перетворює особистість професіонала на інструмент його діяльності.

Динаміку ціннісно-сміслової сфери студентів вивчали М.Ю. Старцев (життєві орієнтації), О.В. Юречко (цінність здоров'я в системі ціннісних орієнтацій), С.В. Морозова (професійне становлення і розвиток ціннісних орієнтацій), І. В. Жуланова, Н.П. Максимчук, О.М. Медведєв. Ними доведено, що від першого до п'ятого курсів відбуваються суттєві зміни життєвих орієнтацій у студентів університету, при цьому в структурі ціннісних орієнтацій можуть перебувати і незмінні цінності, які протягом періоду навчання займають сталу позицію.

М.Ю. Старцев [37], вивчаючи проблему ціннісно-сміслової сфери студентів відмічає, що в сучасному суспільстві відмічено тенденції до девальвації істинних загальнолюдських цінностей, відсутність у сучасної людини інтересу та емоційної насиченості життя, задоволеності самореалізацією, втрата людиною впевненості можливості самостійного

здійснення життєвого вибору.

Т.В. Дмитрієва також стверджує, що сучасна уніфікована система освіти викликає нівелювання особистісного розвитку, деформацію ціннісно-сміслові сфери і як наслідок, призводить до ціннісно-сміслові регресії свідомості [6].

Дослідження К.В. Рубчовського [35], І.П. Селезньової [40], А.В. Соколова, І.А. Щербаковой [34] переконливо свідчать, що навчально-професійна діяльність впливає на ієрархічну структуру ціннісних орієнтацій.

Н.М. Ключнікова розробила психолого-педагогічну технологію формування ціннісних орієнтацій в студентів у процесі професійного розвитку студентів. Дана технологія не передбачає форсування і розрахована на весь період навчання студентів у ВНЗ. Повна реалізація програми проходить п'ять етапів, де кожен етап – це курс [24, с. 52].

За О.І. Матвієнко, цикл формування ціннісних орієнтацій майбутніх фахівців може мати такі етапи [30, с. 37–38]:

- 1) виявлення цінностей;
- 2) усвідомлення ціннісних орієнтацій особистістю;
- 3) прийняття ціннісної орієнтації;
- 4) реалізація даних орієнтацій в діяльності;
- 5) актуалізація потенційної ціннісної орієнтації.

С.М. Воронін, Л.Ю. Шалайкін, В.В. Новіков обґрунтували і розробили педагогічну модель формування ціннісних орієнтацій у студентів ВНЗ з використанням засобів фізичної культури. Ними доведена ефективність моделі у вигляді того, що випускники експериментальної групи переважно працювали за спеціальністю (93,7%) на відміну від студентів контрольної групи (67,3%). Дана модель розрахована на всі роки навчання студентів у ВНЗ і включає в себе три етапи [27].

С.О. Сичов у концептуальних засадах формування цінностей у студентської молоді пропонує надавати студентам особистий досвід самоорганізації фізичної активності як джерело формування потенціалу

фізичної культури особистості і вважає його одним із важливих показників результативності виховання [38].

Висновки до розділу 1

Теоретико-методологічне дослідження, що проведене нами надало нам можливість сформулювати наступні висновки.

1. Цінності та ціннісні орієнтації ґрунтовно досліджуються як елементи структури особистості О.Ф. Бондаренко, Л.В. Долинською, З.С. Карпенко, Д.О. Леонтєвим, В.М. Мицько, М.С. Пряжніковим, С.О. Ставицькою, Н.Ф. Шевченко, Н.В. Чепелевою, Є.Б. Моргуновим, О.В. Сірим, М.С. Яницьким та ін. Сучасні дослідники розглядають ціннісні орієнтації у вигляді системи певних норм, прийнятих групою свідомістю.

Ціннісний компонент особистості передбачає орієнтацію на власну, автономну систему цінностей, пов'язану з усвідомленням відповідальності за результати своєї професійної діяльності.

Ціннісний компонент особистості виступає як основний регулятор активності фахівця та спрямованості його розвитку.

Цінності можна вважати вузловим моментом професійної реалізації особистості, оскільки саме вони детермінують загальне ставлення особистості до професійних цілей, завдань і вимог, можливість її професійної самореалізації. Більш того, чітке визначення професійної спрямованості обумовлює ідентифікацію особистості з професійними завданнями, цілями і вимогами та, відповідно, формування у неї системи цінностей, в якій професія займає пріоритетне місце.

Цінності та ціннісні орієнтації є визначальними, значущими, спонукальними для особистості. Саме у залежності від них фахівець здійснює вибір стратегії та засобів продуктивного вирішення завдань. Цінність особистості перетворюється у ціннісну спрямованість професійного мислення, коли йдеться про вирішення професійних завдань.

Ціннісний компонент виконує функцію провідного в ключових компетенціях професіонала, забезпечуючи не тільки успіх в професійній діяльності, конкурентоспроможність, але й його життєздатність в нових соціально-економічних умовах.

2. Сьогодні молодий вік сприймається як самостійний період життя, що має власну цінність.

У молодому віці людина усвідомлює себе як члена суспільства, осмислює своє місце в людському суспільстві та своє призначення у житті.

У зв'язку із цим молодість розглядається як психологічний вік переходу до самостійності, період самовизначення, набуття психічної, ідейної та громадянської зрілості, формування світогляду, моральної свідомості та самосвідомості

Соціальна ситуація розвитку в молодому віці визначається так: молода людина займає проміжний стан між дитиною та дорослою. З ускладненням життєдіяльності в молодості відбувається кількісне розширення діапазону соціальних ролей та інтересів, а також якісна їх зміна. З'являється все більше дорослих ролей, зростає рівень самостійності та відповідальності

Характерною особливістю соціальної ситуації розвитку є вирішення важливого завдання професійного самовизначення, яке суспільство ставить перед молододою людиною.

Провідною діяльністю в молодості є навчально-професійна діяльність.

Студентський вік є найважливішим для суспільного розвитку і становлення особистості, характеру та інтелекту, а поведінка людини у цей період визначається, перш за все, проміжністю її становища: переходячи з дитячого світу до дорослого, людина не належить повністю ні до того, ні до іншого. Ця особливість соціальної ситуації та життєвого світу проявляється і в психіці, для якої типові внутрішні протиріччя, невизначеність рівня прагнень, підвищена сором'язливість і водночас агресивність, схильність приймати крайні позиції та погляди.

3. Особливостям ціннісних орієнтацій студентської молоді присвячені дослідження таких науковців як: Н.Є. Бондар, С.О. Гурбанська, А.А. Дубровіна І.В. Козлов, І.О. Корнієнко, В.Т. Лісовський, А.А. Мельниченко, А.М. Мордовець, К.А. Нечаєва, Є.А. Подольська, І.Г. Попова, І.А. Райгородська, З.В. Сікевич, Н.І. Стрелянова та ін. Дослідники відмічають даний період як чутливий для утворення ціннісно-сміслових орієнтацій, як стійкої особистісної властивості, яка сприяє становленню світогляду.

Період юнацтва, на який припадає студентський вік, здебільшого вважається найбільш прийнятним періодом для входження людини у світ цінностей і ціннісного самовизначення. Відбувається цей процес саме завдяки освітньому середовищу.

Основним надбанням юнацького віку вважається професійне самовизначення. Усвідомлення особистістю свого місця в майбутньому сприяє формуванню специфічних особливостей групи молоді, яка навчається, таких як: свідомо потреба не тільки в отриманні знань, але й у виробленні власних поглядів і переконань; формування наукового світогляду, поява теоретичних інтересів; прагнення до самостійності, потреба в самопізнанні та самоствердженні; внутрішнє спонукання до самореалізації, визначення життєвих перспектив; усвідомлення особистістю своїх можливостей при досягненні певної мети; прагнення жити при максимальній напрузі своїх можливостей.

Сучасні тенденції гуманізації вищої освіти свідчать про посилення уваги до ціннісного становлення майбутніх фахівців у набутті професіоналізму. Значна кількість емпіричних психологічних досліджень підтверджує думку про вплив професії людини на її сприйняття та розуміння світу, а також самого себе. Фахівці сприймають оточуючий світ і свою особистість у ньому через призму світу своєї професії, а власне, світ професій є невід'ємною частиною суб'єктивної моделі світосприйняття у фахівців.

Професійне становлення майбутнього фахівця відбувається в умовах постійного вибору особистості значущих професійних цінностей, співвіднесення їх з ідеальним образом професіонала у своїй галузі.

Результати досліджень показують важливість впливу ціннісної сфери на професійне становлення фахівця. Якщо студент підходить до вибору майбутньої професії з прагматичних позицій, то для нього цінністю стає не самореалізація у праці, а насамперед матеріальні здобутки, престижність професії та таке інше.

РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ЦІННІСНОЇ СФЕРИ СТУДЕНТІВ-ПСИХОЛОГІВ

2.1. Організація емпіричного дослідження

Метою емпіричного дослідження особливостей ціннісної сфери студентів - психологів, яке було проведено нами було: визначити особливості проявів особливостей ціннісної сфери студентів – психологів.

Завданнями проведеного нами емпіричного дослідження було:

1. Проаналізувати наукову літературу, яка присвячена тематиці дослідження, визначити зміст основних понять та сформулювати уявлення про сучасний стан досліджень у цій сфері.
2. Підібрати методичний інструментарій за допомогою якого з'являється можливість у ході польових дій визначити особливості ціннісної сфери студентів.
3. Провести дослідження та отримати його результати.
4. Обробити результати, проаналізувати отримане та зробити висновки стосовно досліджуваних явищ.
5. Написати звіт.

Гіпотезою нашого емпіричного дослідження стало твердження про те, що у нашій вибірці студентів – психологів присутні особи з різноманітними цінностями.

Проведення дослідження включало до себе наступні етапи.

1. Обробка наукової літератури з метою визначення змісту проведених сучасними дослідниками досліджень в визначеній області (вересень-листопад 2024р.)
2. Визначення змісту методичного інструментарію та відбір учасників дослідження, рандомізація вибірки (листопад 2024р.).
3. Проведення польових дій (грудень 2024р. – січень 2025р.).
4. Обробка результатів дослідження (січень – лютий 2025р.).

5. Аналіз результатів дослідження та формулювання висновків, написання звіту (березень – квітень 2025р.).

За результатами дослідження сформульовані висновки та написаний звіт.

2.2. Аналіз полігону досліджуваних

Учасниками нашого емпіричного дослідження стали 41 студент - психолог, які навчалися на 4 курсі ННІ ВПНЗ «Дніпровський гуманітарний університет». Таким чином, ми можемо стверджувати те, що всі учасники дослідження є належними до соціальної страти студентів психологів, які навчаються в одному ВНЗ та метою нашого дослідження є виявлення закономірностей проявів особливостей цінностей у вузько спеціалізованій групі.

Серед учасників дослідження були 29 осіб жіночої статі та 12 осіб чоловічої статі, в межах вікового терміну 22-23 рр.

Розподіл учасників дослідження за статтю приведений на рис. 2.2.1.

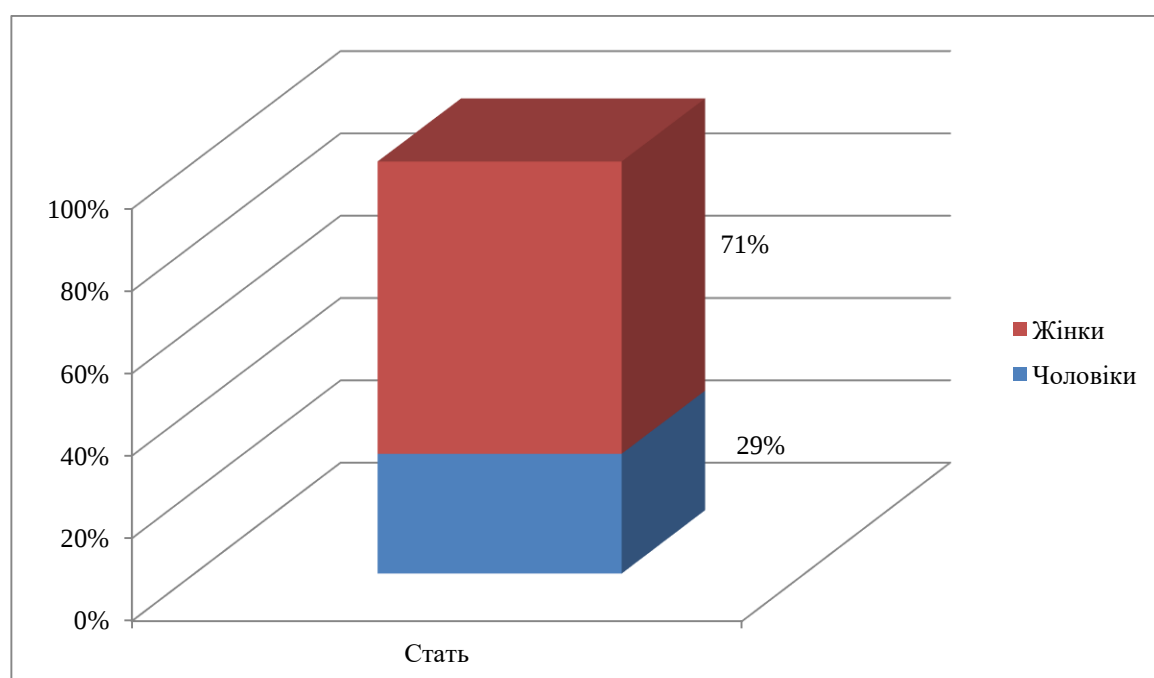


Рис. 2.2.1. Розподіл учасників дослідження за статтю

Аналіз розподілу учасників дослідження приведений на рис. 2.2.1. надає можливість нам сформулювати наступні висновки.

В нашій вибірці присутні 29% чоловіків та 71% жінок. Таким чином, ми можемо зробити висновок, що наша вибірка є гетерогенною за статтю.

Розподіл учасників дослідження за віком приведений на рис. 2.2.2.

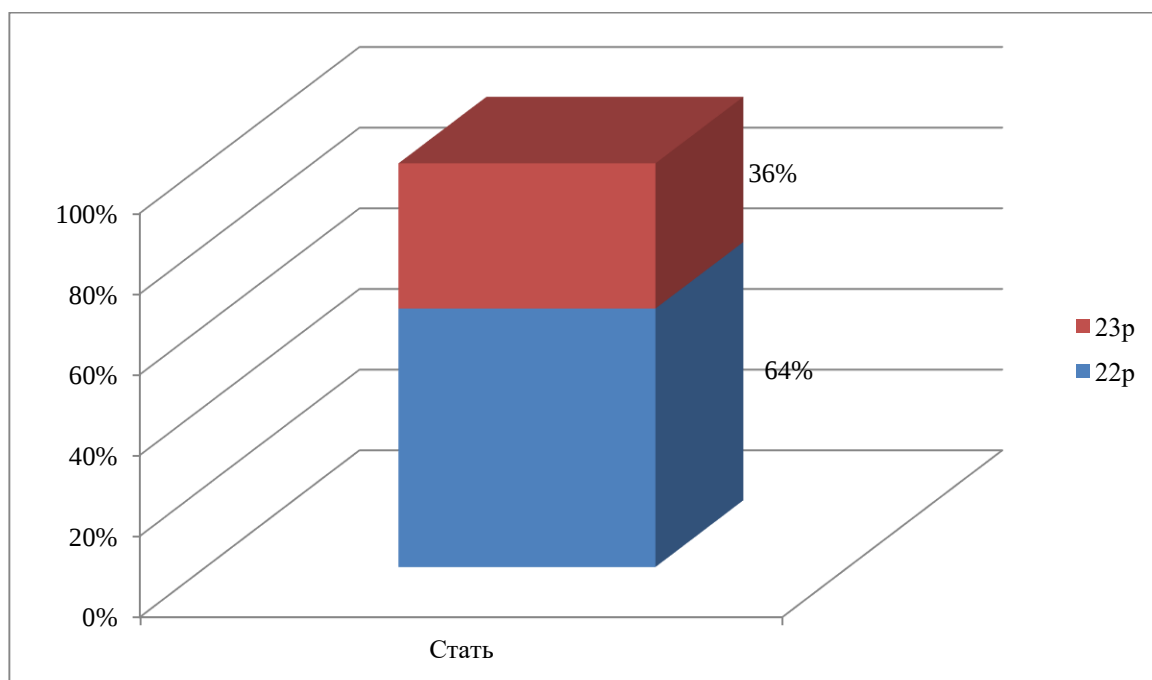


Рис. 2.2.1. Розподіл учасників дослідження за статтю

Аналіз розподілу учасників дослідження приведений на рис. 2.2.2. надає можливість нам сформулювати наступні висновки.

В нашій вибірці присутні 64% осіб в віці 22р та 36% осіб в віці 23р. Таким чином, ми можемо зробити висновок, що наша вибірка є гетерогенною за віком.

Загальний висновок: особливістю нашій вибірки є те, що вона є гетерогенною як за віком так і за статтю.

2.3. Використаний методичний інструментарій

З метою виконання завдань нашого емпіричного дослідження нами був підібраний наступний інструментарій:

1. методика «Ціннісні орієнтації» М. Рокича;
2. методика «Опитувальник термінальних цінностей» І. Сеніна;
3. тест смисложиттєвих орієнтацій (СЖО);
4. «морфологічний тест життєвих цінностей»;
5. методика «Діагностика реальної структури ціннісних орієнтацій особистості» С.С. Бубнова.

1. Методика «Ціннісні орієнтації» М. Рокича

М. Рокич розрізняє два класи цінностей:

термінальні - переконання в тому, що кінцева мета індивідуального існування варта того, щоб до неї прагнути;

інструментальні - переконання в тому, що якийсь образ дій або властивість особистості є кращим в будь-якій ситуації.

Цей поділ відповідає традиційному поділу на цінності-цілі і цінності-засоби.

Респонденту пред'явлені два списки цінностей (по 18 у кожному), або на аркушах паперу в алфавітному порядку, або на картках. У списках випробуваний присвоює кожній цінності ранговий номер, а картки розкладає по порядку значимості. Остання форма подачі матеріалу дає більш надійні результати. Спочатку пред'являється набір термінальних, а потім набір інструментальних цінностей.

Інструкція: «Зараз Вам буде пред'явлений набір з 18 карток з позначенням цінностей. Ваше завдання - розкласти їх по порядку значущості для Вас як принципів, якими Ви керуєтесь у Вашому житті.

Уважно вивчіть таблицю і, вибравши ту цінність, яка для Вас найбільш значуща, помістіть її на перше місце. Потім виберіть другу за значимістю цінність і помістіть її слідом за першою. Потім виконайте те ж з усіма залишилися цінностями. Найменш важлива залишиться останньою і займе 18 місце.

Розробіть не поспішаючи, вдумливо. Кінцевий результат повинен відбивати Вашу справжню позицію».

Аналізуючи ієрархію цінностей, слід звернути увагу на їх угруповання випробуваням в змістовні блоки по різних підставах. Так, наприклад, виділяються «конкретні» і «абстрактні» цінності, цінності професійної самореалізації та особистого життя і т.д. Інструментальні цінності можуть групуватися в етичні цінності, цінності спілкування, цінності справи; індивідуалістичні і конформістські цінності, альтруїстичні цінності; цінності самоствердження і цінності прийняття інших і т.д. Це далеко не всі можливості суб'єктивного структурування системи ціннісних орієнтації. Психолог повинен спробувати вловити індивідуальну закономірність. Якщо не вдається виявити жодної закономірності, можна припустити несформованість у респондента системи цінностей або навіть нещирість відповідей.

2. Методика «Опитувальник термінальних цінностей» І. Сеніна

Опитувальник «Термінальні цінності» ОТеЦ запропонований І. Сеніним дозволяє виявити життєві цілі (цінності) людини. Опитувальник містить в собі 8 термінальних цінностей та дозволяє визначити їх загальну вираженість у досліджуваних осіб. Цінності: власний престиж; високе матеріальне положення, активні соціальні контакти, креативність, розвиток себе, духовне задоволення, досягнення, збереження власної індивідуальності.

А також за допомогою цього опитувальника можна вивчити їх представлення в різноманітних сферах життя людини:

1. Сфера професійного життя.
2. Сфера освіти та навчання.
3. Сфера сімейного життя.
4. Сфера суспільного життя.
5. Сфера захоплень.

Інтерпретація даних за шкалами термінальних цінностей.

1. Власний престиж. Високий бал відображає прагнення людини до поваги, визнання, схвалення. Досліджувані, які отримали високий бал за цим показником, зазвичай є досить сильно зацікавленими в думці навколишніх людей про себе, оскільки потребують соціального схвалення власної поведінки.

2. Високе матеріальне положення. Високий бал відображає прагнення людини до більш високого рівня матеріального благополуччя.

Вважають, що матеріальний достаток є головною умовою життєвого благополуччя. Матеріального благополуччя є основою для розвитку почуття власної значимості та підвищення самооцінки.

3. Креативність. Високий бал відображає прагнення людини до реалізації своїх творчих можливостей. Досліджувані з високим балом у всьому намагаються уникати стереотипів та урізноманітнити своє життя. Схильні швидко стомлюються від розмірного ходу свого життя і намагаються внести в нього щось нове.

4. Активні соціальні контакти. Високий бал свідчить про прагнення людини до установалення сприятливих взаємин з іншими людьми.

Вважають, що саме цінне в житті – це можливість спілкуватися та взаємодіяти з оточуючими людьми.

5. Розвиток себе. Високий бал відображає зацікавленість в об'єктивній інформації про особливості власного характеру, власні здібності та інші характеристики своєї особистості. Схильні прагнути до самовдосконалення, вважають, що потенційні можливості людини майже необмежені і що в житті необхідно досягати найбільш повної реалізації.

6. Досягнення. Високий бал свідчить про прагнення досягнути конкретних та відчутних результатів у різні періоди життя. Схильні ретельно планувати власне життя, ставлячи конкретну мету на кожному його етапі. Вважають, що головне – досягнення цих цілей.

Велика кількість життєвих досягнень слугує основою для їх високої самооцінки.

7. Духовне задоволення. Високий бал відображає прагнення до отримання морального задоволення у всіх сферах. Вважають, що головне – це робити те, що цікаво і приносить внутрішнє задоволення.

8. Збереження власної індивідуальності. Високий бал свідчить про прагнення до незалежності від оточуючих. Вважають, що найважливіше – це зберегти неповторність і своєрідність власної особистості, поглядів, стилю життя. Намагаються якомога менше піддаватися впливу масових тенденцій.

3. Тест смисложиттєвих орієнтацій (СЖО) Д. О. Леонтьєва

Мета використання: ця методика використовується для оцінки основних аспектів смисложиттєвих орієнтацій: цільової спрямованості, ціннісного змісту, задоволеності життям. Вона допомагає виявити, як респонденти бачать сенс свого життя в умовах війни та яких змін зазнають їх життєві орієнтири.

Створений тест сенсожиттєвих орієнтацій є модифікованою версією тесту розробленого Дж. Крамбо та Л. Махоліка. Цю методику адаптував Д. А. Леонтьєв, і вона складається з 20 запитань. Для аналізу отриманих результатів тестування використовується наступна градація:

1. Цілі в житті (ЦЖ):

Що вимірює: Наявність у людини цілей, що надають їй життю сенс і перспективу. Високі значення: Людина має чіткі, осмислені цілі і бачить своє життя перспективним. Низькі значення: Відсутність чітких цілей, труднощі у визначенні напрямку життя.

2. Процес життя (ПЖ):

Що вимірює: Наскільки людина задоволена своїм життям на даний момент.

Високі значення: Задоволеність теперішнім життям, відчуття радості і повноти життя. Низькі значення: Незадоволеність теперішнім життям, відчуття порожнечі.

3. Результативність життя (РЖ):

Що вимірює: Усвідомлення людиною того, що її життя має сенс завдяки

досягнутим результатам. Високі значення: відчуття значущості досягнутого, усвідомлення результатів своїх зусиль. Низькі значення: відсутність відчуття важливості своїх досягнень, недооцінка власних результатів.

4. Локус контролю – Я (ЛК-Я):

Що вимірює: Наскільки людина вважає себе господарем свого життя, здатною керувати своїми діями. Високі значення: впевненість у своїй здатності контролювати життя і приймати рішення. Низькі значення: відчуття безпорадності, залежність від зовнішніх обставин.

5. Локус контролю – Життя (ЛК-Ж):

Що вимірює: Переконаність людини в тому, що життя піддається контролю і впливу. Високі значення: віра в те, що життя можна контролювати і впливати на нього. Низькі значення: відчуття хаотичності життя, залежність від випадковостей.

Шкали тесту СЖО дозволяють скласти цілісне уявлення про те, як людина сприймає і оцінює сенс свого життя, які аспекти для неї важливі, і де можливі проблеми або дискомфорт, що потребують уваги і роботи.

Отже, для визначення сенсожиттєвих орієнтацій використовуються п'ять напрямків шкали: «Цілі у житті», «Процес життя», «Результативність життя», «Локус контролю – Я» та «Локус контролю – життя». Високі або низькі бали на цих напрямках допомагають робити відповідні висновки про сенсожиттєві орієнтації.

4. «Морфологічний тест життєвих цінностей»

Мета методики: визначити мотиваційно-ціннісну структуру особистості.

Морфологічний тест життєвих цінностей складається з 112 тверджень, кожне з яких оцінюватися за 5-бальною системою.

Основним діагностичним конструктом МТЖЦ є термінальні цінності.

Перелік життєвих цінностей включає: 1. Розвиток себе; 2. Духовне задоволення; 3. Креативність; 4. Активні соціальні контакти; 5. Власний

престиж; 6. Високе матеріальне положення; 7. Досягнення; 8. Збереження власної індивідуальності.

Перелік життєвих сфер: 1. Сфера професійного життя; 2. Сфера освіти; 3. Сфера сімейного життя; 4. Сфера громадської активності; 5. Сфера захоплень; 6. Сфера фізичної активності та шкала достовірності.

Тест високо надійний та валідний. Діагностику може здійснювати психолог-дослідник, практикуючий психолог і спеціально підготовлений експерт. Призначена для діагностики дорослих осіб від 18 до 60 років. Застосовується для групового та індивідуального тестування. Чітких обмежень в часі роботи з опитувальником тесту немає (від 20 до 40 хвилин). Для наукових цілей можлива ситуація «експертизи», для практичних – бажана ситуація «клієнта».

5. Методика «Діагностика реальної структури ціннісних орієнтацій особистості» С.С. Бубнова

Призначена для вивчення реалізації ціннісних орієнтацій особистості в реальних умовах життєдіяльності.

Перевагою методики "Діагностика реальної структури ціннісних орієнтацій особистості" С. Бубнова є спрямованість змісту питальника на вивчення реалізації ціннісних орієнтацій особистості у реальних умовах життєдіяльності.

Методика містить 66 закритих питань, спрямованих на вивчення реалізації ціннісних орієнтацій особистості в реальних умовах життєдіяльності. Ступінь виразності кожної, визначається за допомогою ключа, представленого у бланку відповідей.

Відповідно до цього підраховується кількість позитивних відповідей у всіх одинадцяти стовпчиках цінностей (описані нижче по тексту). За результатами обробки індивідуальних даних будується графічний профіль, що відображає вираженість кожної цінності. Для цього по вертикалі фіксується кількісна вираженість цінностей, а по горизонталі-види цінностей.

Цінності в узагальненому вигляді: приємне проведення часу, відпочинку; високий матеріальний добробут; пошук і насолода прекрасним; допомога і милосердя до інших людей; любов; пізнання нового у світі, природі, людині; високий соціальний статус і управління людьми; пізнання і повага людей та вплив на оточуючих; соціальна активність для досягнення позитивних змін у суспільстві; спілкування; здоров'я.

Призначення методики полягає у вивченні особливостей реалізації ціннісних орієнтацій особистості реальних умовах життєдіяльності.

Стимульний матеріал: бланк, що включає 66 питань, на які респондент відповідає «так» чи «ні».

Обстеження проводиться індивідуально. Респонденту видається бланк, після чого він знайомиться з інструкцією наступного змісту: «Цей опитувальник спрямований на дослідження вашої особистості та ваших стосунків. Відповідайте якомога швидше, довго не роздумуючи над кожним питанням. Пам'ятайте, що поганих чи добрих відповідей немає, є лише ваша власна думка. Відповідати треба «так» чи «ні». У бланку відповідей це відповідно «+» або «-», які потрібно поставити навпроти відповідного питання».

Ступінь виразності кожної з ціннісних орієнтацій особи визначається шляхом підрахунку балів за «ключем». За результатами обробки індивідуальних даних будується графічний профіль, який відбиває виразність кожної цінності.

2.4. Аналіз результатів дослідження

2.4.1. Аналіз результатів дослідження за допомогою методики «Ціннісні орієнтації» М. Рокича.

Аналіз результатів дослідження за допомогою методики «Ціннісні орієнтації» М. Рокича є представленими у таблиці 2.4.1. та у табл. 2.4.2.

Значимими цінностями серед термінальних цінностей для вибірки чоловіків є: активне діяльне життя – повнота та емоційна насиченість життя; життєва мудрість; фізичне і психічне здоров'я; розвиток – робота над собою, самовдосконалення; впевненість у собі, а для жіночої – характерні життєва

мудрість, фізичне і психічне здоров'я, цікава робота, краса природи і мистецтва, суспільне визнання.

Таблиця 2.4.1.

Ієрархія термінальних цінностей у чоловіків та жінок

Цінності	Вибірка чоловіків	Вибірка жінок
Здоров'я	6,9	6,54
Життєва мудрість	7,7	7,69
Краса природи і мистецтва	13,8	7,85
Суспільне визнання	11,1	7,92
Цікава робота	9,4	8,08
Власний розвиток і робота над собою	6,3	8,85
Активне діяльне життя	7,6	9,08
Впевненість у собі	6,6	10,85

Тобто, ієрархія термінальних цінностей досліджуваних полягає в тому, що для дівчат на першому місці серед усіх запропонованих цінностей стоїть здоров'я (3 місце у хлопців), у той час, як у хлопців – власний розвиток і робота над собою (8 місце у дівчат), на другому місці у дівчат – життєва мудрість, а у хлопців впевненість у собі (15 місце для дівчат), що цікаво, не менш важливим для дівчат є краса природи і мистецтва, коли хлопці не надали цьому пункту взагалі жодної уваги, на четвертій сходинці дівчата надали перевагу суспільному визнанню (15 місце у хлопців), а хлопці – активному діяльному життю (10 місце у дівчат), на п'ятій сходинці для дівчат важливою є цікава робота (у хлопців – 12 місце), а у чоловічої половини опитуваних 5 місце займає життєва мудрість.

У списку інструментальних цінностей (таблиця 24.2.), при підрахунку середнього значення за вибірками чоловіків а жінок, встановлено, що жінки виокремили для себе пункти 1,3,4,5,14 відповідно це – життєрадісність, високі вимоги до життя, дисциплінованість, терпимість і акуратність. Для чоловіків найважливішими стали твердження під номерами 1,2,4,5,8 відповідно вони означають – акуратність, вихованість, життєрадісність, дисциплінованість і освіченість.

Таблиця 2.4.2

Ієрархія інструментальних цінностей у чоловіків та жінок

Цінності	Вибірка чоловіків	Вибірка жінок
Життєрадісність	8,8	7,92
Акуратність	4,5	8,62
Високі вимоги до життя	10	8,31
Дисциплінованість	8,5	8,38
Терпимість	12,3	8,46
Вихованість	4,1	9,77
Освіченість	7,5	10,08

Згідно з цим можна відзначити, що інструментальні цінності досліджуваних мають вагомі відмінності: для жінок на першому місці серед усіх запропонованих цінностей стоїть життєрадісність, у той час, як у чоловіків – вихованість (11 місце у жінок), на другому місці у жінок – високі вимоги до життя (13 місце у чоловіків), а у чоловіків – акуратність, на третьому місці у жінок – дисциплінованість, у чоловіків – освіченість (13 місце у жінок) на четвертій сходинці жінки надали перевагу терпимості до поглядів і думок інших (16 місце у чоловіків), а чоловіки – дисциплінованості, на п'ятій сходинці для жінок важливою є акуратність, а у чоловічої половини опитуваних 5 місце займає життєрадісність.

Узагальнюючи отримані результати можемо відзначити, що життєві сфери досліджуваних чоловіків та жінок мають свої особливості. Як для чоловіків, так і для жінок, важливими термінальними цінностями є здоров'я, життєва мудрість, активне діяльне життя, а цінності – творчість, щастя інших, продуктивне життя, щасливе сімейне життя є другорядними для них на даний момент життя. Для реалізації своєї мети, як цінності справи, чоловіки віддають перевагу вихованості, акуратності, освіченості, дисциплінованості, життєрадісності, перед такими цінностями як, ефективність в справах та високі запити. У жінок на перших місцях розташовані такі цінності як життєрадісність, високі вимоги до життя, дисциплінованість, терпимість, акуратність, а найменш значимими, як і для чоловіків, є чуттєвість, раціоналізм, сміливість у відстоюванні своєї думки та погляду.

2.4.2. Аналіз результатів дослідження за допомогою методики «Опитувальник термінальних цінностей» І. Сєніна.

Аналіз результатів дослідження за допомогою методики «Опитувальник термінальних цінностей» І. Сєніна є представленими на рис. 2.4.1. та рис. 2.4.2.

Аналізуючи отримані результати за цією методикою, нами було виявлено, що для досліджуваної молоді найбільш важливе значення мають такі цінності як «високе матеріальне становище» (середній бал складає 10 балів), «розвиток себе» (середній бал – 9,4 балів), «власний престиж» (середній бал складає 8,6 балів) і «активні соціальні контакти» (середній бал – 8 балів). Таким чином, ми можемо припустити, що для сучасної молоді дуже важливо прагнення до більш високого рівня матеріального добробуту. Вони переконані в тому, що матеріальний достаток є головною умовою життєвого благополуччя. Високий рівень матеріального добробуту на думку досліджуваних студентів може надавати підставу для розвитку почуття власної значущості та підвищеної самооцінки.

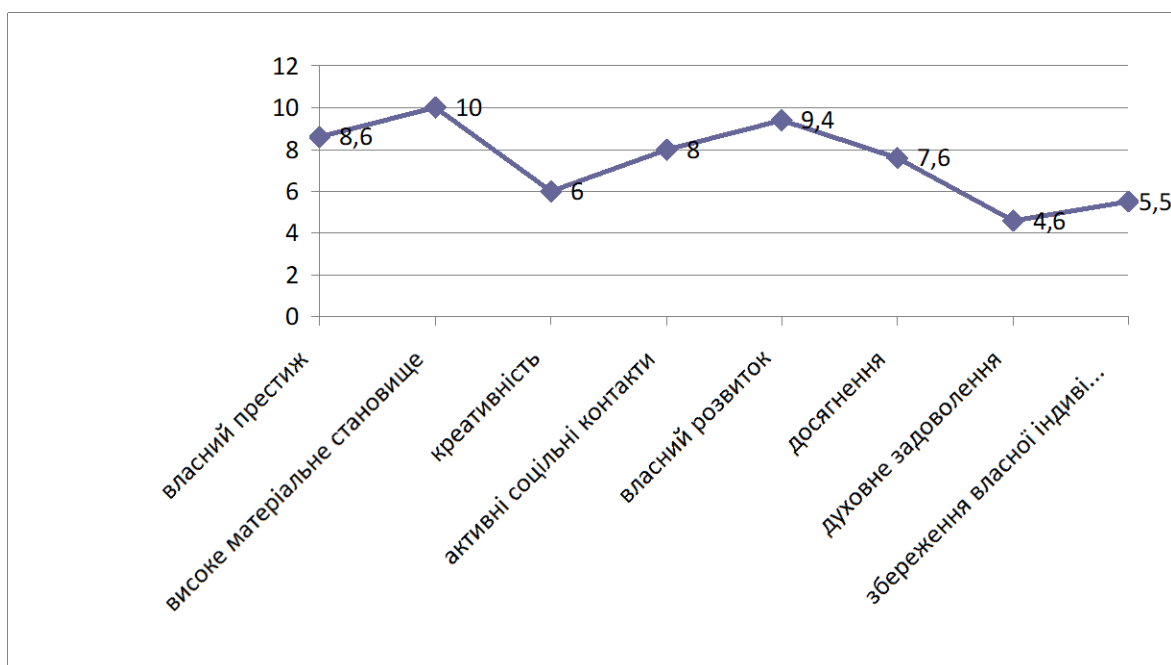


Рисунок 2.4.1. Результати значимості термінальних цінностей у досліджуваної молоді за опитувальником ОТеЦ

Як ми бачимо з отриманих результатів, важливе значення має

власний розвиток (знаходиться на другому місці, середній бал складає 9,4 балів). Тобто, досліджувана молодь зацікавлена в об'єктивній інформації про особливості свого характеру, свої здібності та в особливостях розвитку інших характеристиках власної особистості. Вони є схильними до прагнення до самовдосконалення, вважаючи при цьому, що потенційні можливості майже необмежені і що, в першу чергу, в житті необхідно домагатися найбільш повної самореалізації.

Аналізуючи отримані результати, також варто відзначити, що для сучасної молоді важлива цінність – власний престиж (середній бал складає 8,6 балів). Таким чином, ми можемо стверджувати, що студенти четвертого курсу бакалаврського рівня та першого і другого курсу магістерського рівнів вищої освіти прагнуть до визнання, схвалення з боку інших, до поваги, як правило, найбільш значущих осіб, до чийої думки найбільшою мірою вони прислухаються і на чий погляд, в першу чергу, вони орієнтуються у власних поглядах, судженнях, вчинках. Вони зазвичай дуже зацікавлені в тому, що оточуючі думають про них, оскільки потребують соціального схвалення власної поведінки.

Також слід відзначити, що для досліджуваної молоді важливим аспектом є наявність активних соціальних контактів (середній бал за цією цінністю складає 8 балів). Тобто, отримані результати свідчать про прагнення досліджуваних студентів старших курсів до встановлення сприятливих взаємовідносин з оточуючими людьми. Для них є дуже значимими всі аспекти людських взаємин, зазвичай бувають переконані в тому, що найцінніше в житті людини є можливість спілкуватися і взаємодіяти з іншими людьми.

Крім цього варто відзначити, що менше за все значущою (менш важливою) цінністю для досліджуваних молодих людей є духовне задоволення (середній бал складає 4,6 балів). А отже, ми можемо стверджувати, що для них не характерно прагнути до отримання морального задоволення у всіх сферах власного життя, для досліджуваних

студентів четвертого курсу бакалаврського рівня та першого і другого курсу магістерського рівня це не важливо. Їм властиво робити те, що, на їхню думку, є важливим і потрібним, чи якщо це є матеріально вигідно, а не те, що приносить внутрішнє задоволення в усі сфери їхнього життя.

Аналізуючи отримані результати за термінальними цінностями, ми виявили закономірність домінування саме тих цінностей, які є соціально бажаними, таких як: матеріальне благополуччя, власний розвиток, власний престиж і активні соціальні контакти.

Найбільш значущою сферою для досліджуваних є сфера сімейного життя (результати зображені на рис. 2.4.2.).

Вони свідчать про високу значимість для досліджуваних студентів всього того, що пов'язано з життям їхньої сім'ї. Їм властиво віддавати багато сил і часу вирішенню проблем своєї сім'ї (власної чи батьківської), вважаючи, що головне в житті – це сімейне благополуччя.

На нашу думку, такі результати можуть бути обумовлені віковими особливостями цього періоду розвитку особистості. Саме в цей період молоде покоління замислюється про створення своєї власної родини, про особистісні стосунки з протилежною статтю.

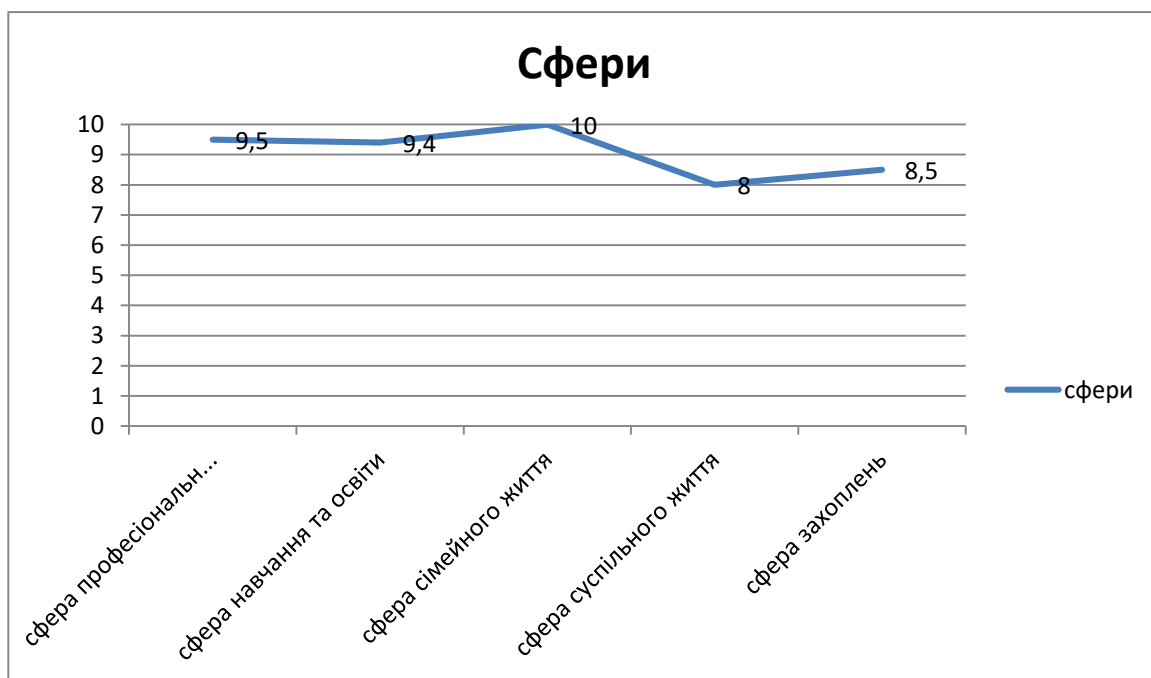


Рисунок 2.4.2. Графічне зображення результатів значимості життєвих

сфер у досліджуваних за опитувальником «Термінальні цінності» (ОТеЦ).

Також важливе місце у досліджуваної молоді займає сфера професійного життя. Високий бал за цим показником свідчить про високий рівень значимості для досліджуваних студентів четвертого курсу бакалаврського рівня та першого і другого курсу магістерського рівня вищої освіти сфери їх професійного життя. Досліджувані відають багато часу навчанню, власній роботі, розвитку професійних навичок, включаються в рішення всіх виробничих питань, вважаючи при цьому, що професійна діяльність є головним змістом життя людини. Оскільки досліджувані є студентами старших курсів, вони починають робити перші кроки в своїй професійній діяльності, тому ця сфера життя є актуальною для них.

Домінування цінності сімейної та професійної сфер життя у досліджуваних студентів пов'язано, на наш погляд, з тим, що провідною діяльністю в житті в їхньому віці є саме створення сім'ї та професійне становлення, тому цим сферам життя вони приділяють більше уваги і зусиль.

Найменш важливе значення для молоді має сфера захоплень і сфера суспільного життя. Це свідчить про те, що для досліджуваної молоді не вагомим мають значення проблеми життя суспільства і відсутнє захоплення, якому досліджувані б віддавали весь свій вільний час. На нашу думку, це пов'язано з тим, що провідною діяльністю у їх віці є якраз навчання, професійне становлення і прагнення до створення вже своєї власної сім'ї. У зв'язку з цим, зазначеним сферам життя (суспільного та захопленням) вони приділяють менше уваги і сил.

2.4.3. Аналіз результатів дослідження за допомогою методики «Тест смисложиттєвих орієнтацій (СЖО)».

Аналіз результатів дослідження за допомогою методики «Тест смисложиттєвих орієнтацій (СЖО)» є представленими в таблиці 2.4.3.

В таблиці 2.4.3. представлені середні значення показників смисложиттєвих орієнтацій студентів.

Таблиця 2.4.3.

Результати дослідження смисложиттєвих орієнтацій студентської молоді

Шкала	Чоловіки	Жінки	Середній показник за вибіркою
1.Мета життя	30.8	30.5	28.77
2.Процес життя	30.4	28.4	28.13
3.Результат	26.9	24.4	24.66
4.Локус контролю Я	20.1	20.2	19.47
5.Локус контролю життя	29.4	26.7	26.63
Загальний показник ОЖ	137.6	130.2	127,67

За результатами дослідження смисложиттєвих орієнтацій студентської молоді ми можемо висловити наступні думки.

1. Цілі у житті. Бали за цією шкалою виявилися найвищими за вибіркою – 28,77 балів, що вказує на наявність в житті досліджуваних цілей у майбутньому, які надають життю свідомості, спрямованості та тимчасової перспективи.

2. Процес життя або інтерес та емоційна насиченість життя. Числові показники за цією шкалою виявилися трохи нижчими – 28,13 балів. Зміст цієї шкали збігається з відомою теорією про те, що єдиний сенс життя полягає в тому, щоб жити. Отримані показники говорять про те, що респонденти сприймають процес свого життя як цікавий, емоційно насичений і наповнений змістом.

3. Результативність життя чи задоволеність самореалізацією. Бали за цією шкалою (24,66 балів) відображають оцінку пройденого відрізка життя, відчуття того, наскільки продуктивною і осмисленою була прожита її частина. Отримані числові показники вказують на те, що студенти не достатньо задоволені особистою самореалізацією та прожитою частиною життя.

4. Локус контролю – Я (Я – господар життя). Бали за цією шкалою виявилися найнижчими за вибіркою – 19,47 балів. Це свідчить про те, що більша частка досліджуваних студентів не вважає себе досить сильною особистістю, яка має достатню свободу вибору, щоб побудувати своє життя відповідно до своїх цілей і завдань.

5. Локус контролю – життя чи керованість життя. Числові показники за шкалою виявилися нижче середніх – 26,63 балів. Це означає, що респонденти не переконані у власній спроможності контролювати події свого життя, вільно приймати рішення та втілювати їх у життя.

В цілому, смисложиттєві орієнтації студентів характеризуються тенденцією до емоційного наповнення смыслом життя і навколишнього світу, прагненням свободи вибору в житті. Зосередження на процесі життя пов'язано з орієнтацією на пізнання світу, розвиток, комунікацію, усвідомлення цілей із спрямованістю на успіх. У цілому, показники за всіма шкалами близькі до середніх показників, тому доцільно проаналізувати результати в порівнянні з показниками студентів різних спеціальностей та закладів вищої освіти.

Порівняльний аналіз результатів дослідження смисложиттєвих орієнтацій студентської молоді за статевими ознаками приведений на рис. 2.4.3.

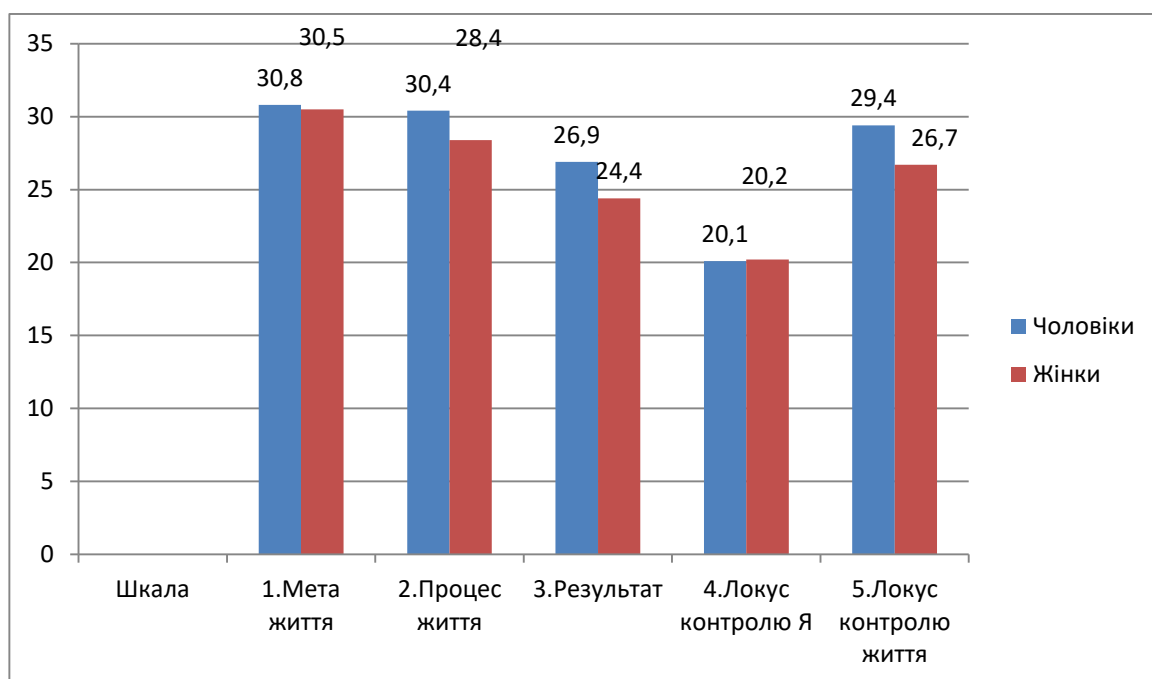


Рис. 2.4.3. Порівняльний аналіз результатів дослідження смисложиттєвих орієнтацій студентської молоді

Аналіз даних, приведений на рис. 2.3.4. надає нам можливість сформулювати наступні висновки.

В нашій вибірці:

за шкалою «мета життя» чоловіки мають показники смисложиттєвих орієнтацій у розмірі 30,8, жінки – 30,5. Таким чином, ми спостерігаємо незначну різницю в проявах смисложиттєвих орієнтацій за цією шкалою між чоловіками та жінками;

за шкалою «процес життя» чоловіки мають показники смисложиттєвих орієнтацій у розмірі 30,4, жінки – 28,4. Таким чином, ми спостерігаємо не велике превалювання в проявах смисложиттєвих орієнтацій за цією шкалою у чоловіків;

за шкалою «результат» чоловіки мають показники смисложиттєвих орієнтацій у розмірі 26,9, жінки – 24,4. Таким чином, ми спостерігаємо не велике превалювання в проявах смисложиттєвих орієнтацій за цією шкалою у чоловіків;

за шкалою «локус контролю Я» чоловіки мають показники смисложиттєвих орієнтацій у розмірі 20,1, жінки – 20,2. Таким чином, ми спостерігаємо незначну різницю в проявах смисложиттєвих орієнтацій за цією шкалою між чоловіками та жінками;

за шкалою «локус контролю життя» чоловіки мають показники смисложиттєвих орієнтацій у розмірі 29,4, жінки – 26,7. Таким чином, ми спостерігаємо не велике превалювання в проявах смисложиттєвих орієнтацій за цією шкалою у чоловіків.

Таким чином ми можемо констатувати, що не спостерігаємо великої різниці між проявами чоловіків та жінок за результатами дослідження за допомогою методики «Тест смисложиттєвих орієнтацій (СЖО)».

2.4.4. Аналіз результатів дослідження за допомогою методики «Морфологічний тест життєвих цінностей».

Аналіз результатів дослідження за допомогою методики «Морфологічний тест життєвих цінностей» є представленими в таблиці 2.4.3.

Таблиця 2.4.3.

Розподіл життєвих цінностей студентів

Життєві цінності	Респонденти, %			Вираженість показників		Ранг
	Вис.зн	Срд.зн.	Низ.зн	Срд.зн., бали	%	
Духовне задоволення	12	44	44	5,4	54	IV
Збереження власної індивідуальності	15	51	34	5,4	54	IV
Активні соціальні контакти	12	79	9	6,7	67	III
Власний престиж	0	67	33	5,2	52	V
Високе матеріальне становище	27	65	8	8,0	80	I
Досягнення	26	62	12	7,7	77	II
Розвиток себе	3	68	29	5,4	54	IV
Креативність	8	57	35	5,2	52	V

Як видно з табл. 2.4.3., для студентської молоді найбільшою цінністю (за рангом) є високе матеріальне становище, а на останньому місці (п'ятому) – власний престиж та креативність, тобто завоювання свого визнання в суспільстві та відповідність певним соціальним вимогам. Це означає, що високе матеріальне становище для більшості студентів є фактором матеріального благополуччя як головного сенсу існування.

На четвертому (також низькому) рівні у студентів виявилися цінності саморозвитку, збереження власної індивідуальності та власна індивідуальність. Отримані дані можуть характеризувати молодих людей як незацікавлених у пізнанні своїх індивідуальних особливостей, у постійному розвитку своїх здібностей та особистісних характеристик та реалізації своєї соціальної ролі.

Цікавим є той факт, що на другому місці за рангом виявилися досягнення, тобто постановка та вирішення певних життєвих завдань як головних життєвих чинників. Однак, як видно з табл. 2.4.3., досягнення цікавлять студентів не за рахунок власного розвитку. Це означає, що студенти свої майбутні успіхи пов'язують не з прикладенням власних зусиль, а за рахунок втручання сторонніх осіб, або зміни певних обставин.

Також низьким за рангом є показник креативності (п'яте місце), що характеризує студентів як нездатних реалізувати свої творчі можливості та змінювати навколишню дійсність. Досить великий відсоток студентів мають низькі значення за цим показником. Показник духовного задоволення студентів, тобто керівництво морально-етичними принципами, перевага духовних потреб над матеріальними, опинився на четвертому низькому рівні.

Розподіл життєвих цінностей студентської молоді у відповідності до основних життєвих сфер, визначених авторами тестової методики (рис. 2.4.4.).

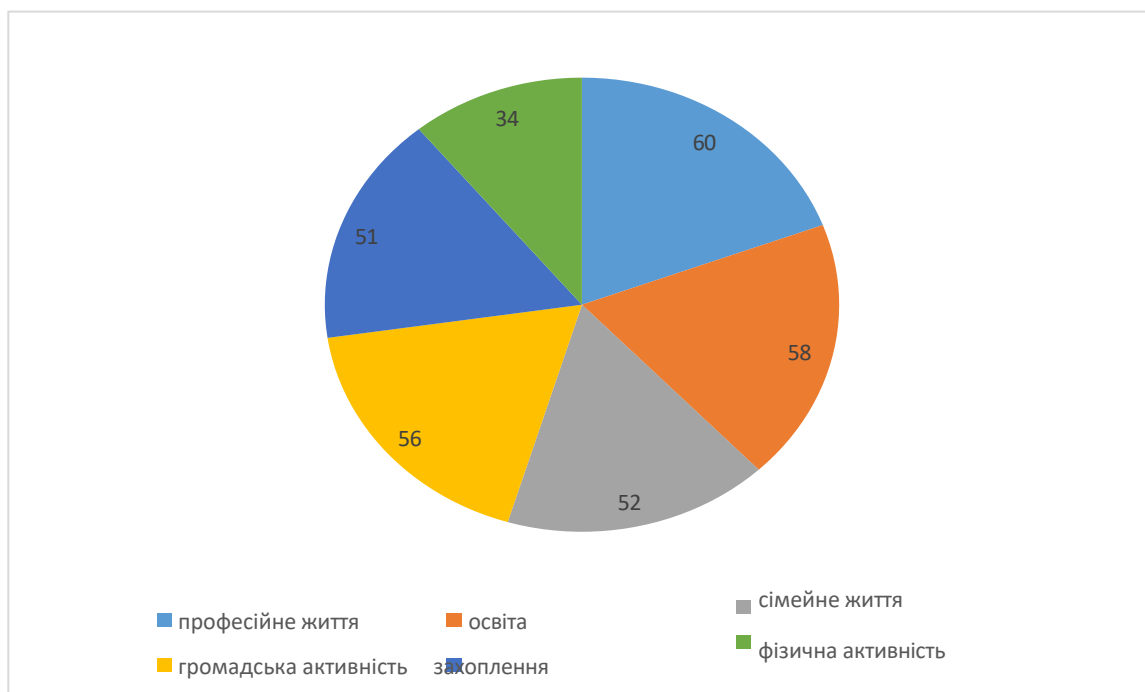


Рис. 2.4.4. Розподіл цінностей студентів за життєвими сферами

Цінності студентів за життєвими сферами розподілилися таким

чином, що на першому і другому місці виявилися професійне життя та освіта. Високий ранг у цій сфері є характерною ознакою, оскільки професійне навчання для студентів – це їх провідна діяльність, яка займає досить велику частку часу, стає предметом роздумів, і вказує на прагнення до підвищення рівня своєї освіченості, розширення кругозору щодо професійного навчання.

На третьому місці – сфера громадської активності, що обумовлено ситуацією військової ескалації в Україні на цей момент. На останньому місці виявлено цінності сферу фізичного розвитку, і у нашому випадку характеризує життєву позицію особистості. Саме ці цінності вказують на рівень значущості для людини власних захоплень, проблем суспільного життя та власного здоров'я. Ідеали, цінності, переконання особистості визначають провідну роль у ставленні особи як до себе, так і до оточення, до її конструктивної чи деструктивної поведінки в соціумі. Як видно з результатів емпіричного дослідження, ця сфера життєво важливих цінностей поки що залишається на найнижчому рівні серед інших. Студенти неохоче залучаються та вважають, що фізична культура не потрібна, вони й так здорові і красиві та, у більшості, не пов'язують своє життя зі здоровим способом життя, з фізкультурою та спортом. Однак для нашого дослідження цей показник є важливим, оскільки лише фізично здорова особистість здатна планувати, досягати та впроваджувати в життя свої стратегічні життєві рішення. Таким чином, особистісні життєві цінності студентської молоді можна вважати сформованими на середньому рівні значущості.

2.4.5. Аналіз результатів дослідження за допомогою методики «Діагностика реальної структури ціннісних орієнтацій особистості» С.С. Бубнова

Аналіз результатів дослідження за допомогою методики «Діагностика реальної структури ціннісних орієнтацій особистості» С.С. Бубнова є представленими на рис. 2.4.5.



Рис. 2.4.5. Результати обчисленого середнього значення отриманих даних для 10 груп цінностей за методикою С.Бубнова «Діагностика реальної структури ціннісних орієнтацій особистості»

Згідно діаграми можна зробити висновки щодо рівня важливості кожної з груп ціннісних орієнтацій. Найбільші показники встановлено за такими цінностями: «Приємне проведення часу» - 4,4; «Допомога та милосердя до інших» - 4,23; «Високий матеріальний добробут» - 4,2.

Університетські роки часто сприяють пошуку балансу між навчанням та особистим життям. Приємне проведення часу допомагає студентам зняти стрес, зберегти емоційне та психічне здоров'я та підтримує загальний баланс у житті.

Допомога та милосердя до інших відображають співчуття та емпатію, які є ключовими складовими здорових міжособистісних відносин. На мою думку спільнота університету може бути важливим джерелом підтримки та взаємодопомоги, особливо в умовах стрімкого навчального процесу та розвитку

особистості. Високий матеріальний статус може також впливати на соціальний статус та самооцінку студентів у спільноті, що може мати значення для їхнього самопочуття та впевненості. Отже, приємне проведення часу, допомога та милосердя до інших, високий матеріальний статус є важливими цінностями серед студентів, оскільки вони сприяють збереженню емоційного та психічного здоров'я, розвитку здорових міжособистісних відносин і формуванню підтримуючої та взаємодопоміжної спільноти.

Найнижчі показники встановлено за такими цінностями: «Пошук та насолода прекрасним» - 2.2; «Спілкування» - 2.17. студенти можуть переживати великий навчальний та соціальний тиск, особливо в перші роки навчання або під час підготовки до важливих іспитів та здачі проектів. Це може призвести до пріоритизації завдань, що стосуються навчання та кар'єри, над бажанням насолоджуватися красою чи знайти час на спілкування. Можливо, в умовах інтенсивного навчання та прагнення до досягнень, пошук та насолода прекрасним, а також спілкування, можуть стати менш пріоритетними для більшості студентів.

Висновки до розділу 2

Метою емпіричного дослідження особливостей ціннісної сфери студентів - психологів, яке було проведено нами було: визначити особливості проявів особливостей ціннісної сфери студентів – психологів.

Завданнями проведеного нами емпіричного дослідження було:

1. Проаналізувати наукову літературу, яка присвячена тематиці дослідження, визначити зміст основних понять та сформулювати уявлення про сучасний стан досліджень у цій сфері.
2. Підібрати методичний інструментарій за допомогою якого з'являється можливість у ході польових дій визначити особливості ціннісної сфери студентів.
3. Провести дослідження та отримати його результати.

4. Обробити результати, проаналізувати отримане та зробити висновки стосовно досліджуваних явищ.

5. Написати звіт.

Гіпотезою нашого емпіричного дослідження стало твердження про те, що у нашій вибірці студентів – психологів присутні особи з різноманітними цінностями.

За результатами проведеного нами емпіричного дослідження ми сформулювали наступні думки.

1. За результатами дослідження за допомогою методики «Ціннісні орієнтації» М. Рокича ми відзначили, що інструментальні цінності досліджуваних мають вагомí відмінності: для жінок на першому місці серед усіх запропонованих цінностей стоїть життєрадісність, у той час, як у чоловіків – вихованість (11 місце у жінок), на другому місці у жінок – високі вимоги до життя (13 місце у чоловіків), а у чоловіків – акуратність, на третьому місці у жінок – дисциплінованість, у чоловіків – освіченість (13 місце у жінок) на четвертій сходинці жінки надали перевагу терпимості до поглядів і думок інших (16 місце у чоловіків), а чоловіки – дисциплінованості, на п'ятій сходинці для жінок важливою є акуратність, а у чоловічої половини опитуваних 5 місце займає життєрадісність.

2. За результатами дослідження за допомогою методики «Опитувальник термінальних цінностей» І. Сеніна ми відзначили, що життєві сфери досліджуваних чоловіків та жінок мають свої особливості. Як для чоловіків, так і для жінок, важливими термінальними цінностями є здоров'я, життєва мудрість, активне діяльне життя, а цінності – творчість, щастя інших, продуктивне життя, щасливе сімейне життя є другорядними для них на даний момент життя. Для реалізації своєї мети, як цінності справи, чоловіки віддають перевагу вихованості, акуратності, освіченості, дисциплінованості, життєрадісності, перед такими цінностями як, ефективність в справах та високі запити. У жінок на перших місцях розташовані такі цінності як життєрадісність, високі вимоги до життя, дисциплінованість, терпимість,

акуратність, а найменш значимими, як і для чоловіків, є чуттєвість, раціоналізм, сміливість у відстоюванні своєї думки та погляду.

3. За результатами дослідження за допомогою методики «Ціннісні орієнтації» «Тест смисложиттєвих орієнтацій (СЖО)» ми відзначили, що смисложиттєві орієнтації студентів характеризуються тенденцією до емоційного наповнення смыслом життя і навколишнього світу, прагненням свободи вибору в житті. Зосередження на процесі життя пов'язано з орієнтацією на пізнання світу, розвиток, комунікацію, усвідомлення цілей із спрямованістю на успіх. У цілому, показники за всіма шкалами близькі до середніх показників, тому доцільно проаналізувати результати в порівнянні з показниками студентів різних спеціальностей та закладів вищої освіти.

4. За результатами дослідження за допомогою методики «Морфологічний тест життєвих цінностей» ми відзначили, для студентської молоді найбільшою цінністю (за рангом) є високе матеріальне становище, а на останньому місці (п'ятому) – власний престиж та креативність, тобто завоювання свого визнання в суспільстві та відповідність певним соціальним вимогам. Це означає, що високе матеріальне становище для більшості студентів є фактором матеріального благополуччя як головного сенсу існування.

5. За результатами дослідження за допомогою методики «Діагностика реальної структури ціннісних орієнтацій особистості» С.С. Бубнова ми відзначили, що найбільші показники встановлено за такими цінностями: «Приємне проведення часу» - 4.4; «Допомога та милосердя до інших» - 4.23; «Високий матеріальний добробут» - 4.2.

Найнижчі показники встановлено за такими цінностями: «Пошук та насолода прекрасним» - 2.2; «Спілкування» - 2.17. студенти можуть переживати великий навчальний та соціальний тиск, особливо в перші роки навчання або під час підготовки до важливих іспитів та здачі проектів. Це може призвести до превалювання завдань, що стосуються навчання та кар'єри, над бажанням насолоджуватися красою чи знайти час на спілкування.

Таким чином, ми вважаємо, що завдання нашого дослідження виконані, мета досягнута, гіпотеза підтверджена.

ВИСНОВКИ

Метою нашого дослідження було: теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити особливості ціннісної сфери студентів-психологів.

Завданнями нашого дослідження були:

7. Проаналізувати погляди науковців стосовно закономірностей розвитку ціннісної сфери, особливостей розвитку студентів, особливостей сучасних ціннісних орієнтацій студентів.

8. Підготувати та провести емпіричне дослідження присвячене особливостям ціннісної сфери студентів-психологів.

9. Обробити результати, зробити висновки та написати звіт.

Гіпотезою нашого дослідження було: сучасні цінності орієнтації студентів-психологів характеризуються різноманітністю.

За результатами проведеного дослідження ми зробили наступні висновки.

Теоретико-методологічне дослідження, що проведене нами надало нам можливість сформулювати наступні висновки.

Цінності та ціннісні орієнтації ґрунтовно досліджуються як елементи структури особистості О.Ф. Бондаренко, Л.В. Долинською, З.С. Карпенко, Д.О. Леонтєвим, В.М. Мицько, М.С. Пряжніковим, С.О. Ставицькою, Н.Ф. Шевченко, Н.В. Чепелевою, Є.Б. Моргуновим, О.В. Сірим, М.С. Яницьким та ін. Сучасні дослідники розглядають ціннісні орієнтації у вигляді системи певних норм, прийнятих групою свідомістю.

Ціннісний компонент особистості передбачає орієнтацію на власну, автономну систему цінностей, пов'язану з усвідомленням відповідальності за результати своєї професійної діяльності.

Ціннісний компонент особистості виступає як основний регулятор активності фахівця та спрямованості його розвитку.

Цінності можна вважати вузловим моментом професійної реалізації особистості, оскільки саме вони детермінують загальне ставлення особистості до професійних цілей, завдань і вимог, можливість її професійної

самореалізації. Більш того, чітке визначення професійної спрямованості обумовлює ідентифікацію особистості з професійними завданнями, цілями і вимогами та, відповідно, формування у неї системи цінностей, в якій професія займає пріоритетне місце.

Цінності та ціннісні орієнтації є визначальними, значущими, спонукальними для особистості. Саме у залежності від них фахівець здійснює вибір стратегії та засобів продуктивного вирішення завдань. Цінність особистості перетворюється у ціннісну спрямованість професійного мислення, коли йдеться про вирішення професійних завдань.

Ціннісний компонент виконує функцію провідного в ключових компетенціях професіонала, забезпечуючи не тільки успіх в професійній діяльності, конкурентоспроможність, але й його життєздатність в нових соціально-економічних умовах.

Сьогодні молодий вік сприймається як самостійний період життя, що має власну цінність.

У молодому віці людина усвідомлює себе як члена суспільства, осмислює своє місце в людському суспільстві та своє призначення у житті.

У зв'язку із цим молодість розглядається як психологічний вік переходу до самостійності, період самовизначення, набуття психічної, ідейної та громадянської зрілості, формування світогляду, моральної свідомості та самосвідомості

Соціальна ситуація розвитку в молодому віці визначається так: молода людина займає проміжний стан між дитиною та дорослою. З ускладненням життєдіяльності в молодості відбувається кількісне розширення діапазону соціальних ролей та інтересів, а також якісна їх зміна. З'являється все більше дорослих ролей, зростає рівень самостійності та відповідальності

Характерною особливістю соціальної ситуації розвитку є вирішення важливого завдання професійного самовизначення, яке суспільство ставить перед молододою людиною.

Провідною діяльністю в молодості є навчально-професійна діяльність.

Студентський вік є найважливішим для суспільного розвитку і становлення особистості, характеру та інтелекту, а поведінка людини у цей період визначається, перш за все, проміжністю її становища: переходячи з дитячого світу до дорослого, людина не належить повністю ні до того, ні до іншого. Ця особливість соціальної ситуації та життєвого світу проявляється і в психіці, для якої типові внутрішні протиріччя, невизначеність рівня прагнень, підвищена сором'язливість і водночас агресивність, схильність приймати крайні позиції та погляди.

Особливостям ціннісних орієнтацій студентської молоді присвячені дослідження таких науковців як: Н.Є. Бондар, С.О. Гурбанська, А.А. Дубровіна І.В. Козлов, І.О. Корнієнко, В.Т. Лісовський, А.А. Мельниченко, А.М. Мордовець, К.А. Нечаєва, Є.А. Подольська, І.Г. Попова, І.А. Райгородська, З.В. Сікевич, Н.І. Стрелянова та ін. Дослідники відмічають даний період як чутливий для утворення ціннісно-сміслових орієнтацій, як стійкої особистісної властивості, яка сприяє становленню світогляду.

Період юнацтва, на який припадає студентський вік, здебільшого вважається найбільш прийнятним періодом для входження людини у світ цінностей і ціннісного самовизначення. Відбувається цей процес саме завдяки освітньому середовищу.

Основним надбанням юнацького віку вважається професійне самовизначення. Усвідомлення особистістю свого місця в майбутньому сприяє формуванню специфічних особливостей групи молоді, яка навчається, таких як: свідомо потреба не тільки в отриманні знань, але й у виробленні власних поглядів і переконань; формування наукового світогляду, поява теоретичних інтересів; прагнення до самостійності, потреба в самопізнанні та самоствердженні; внутрішнє спонукання до самореалізації, визначення життєвих перспектив; усвідомлення особистістю своїх можливостей при досягненні певної мети; прагнення жити при максимальній напрузі своїх можливостей.

Сучасні тенденції гуманізації вищої освіти свідчать про посилення уваги

до ціннісного становлення майбутніх фахівців у набутті професіоналізму. Значна кількість емпіричних психологічних досліджень підтверджує думку про вплив професії людини на її сприйняття та розуміння світу, а також самого себе. Фахівці сприймають оточуючий світ і свою особистість у ньому через призму світу своєї професії, а власне, світ професій є невід'ємною частиною суб'єктивної моделі світосприйняття у фахівців.

Професійне становлення майбутнього фахівця відбувається в умовах постійного вибору особистості значущих професійних цінностей, співвіднесення їх з ідеальним образом професіонала у своїй галузі.

Результати досліджень показують важливість впливу ціннісної сфери на професійне становлення фахівця. Якщо студент підходить до вибору майбутньої професії з прагматичних позицій, то для нього цінністю стає не самореалізація у праці, а насамперед матеріальні здобутки, престижність професії та таке інше.

2. За результатами проведеного нами емпіричного дослідження ми сформулювали наступні думки.

За результатами дослідження за допомогою методики «Ціннісні орієнтації» М. Рокича ми відзначили, що інструментальні цінності досліджуваних мають вагомі відмінності: для жінок на першому місці серед усіх запропонованих цінностей стоїть життєрадісність, у той час, як у чоловіків – вихованість (11 місце у жінок), на другому місці у жінок – високі вимоги до життя (13 місце у чоловіків), а у чоловіків – акуратність, на третьому місці у жінок – дисциплінованість, у чоловіків – освіченість (13 місце у жінок) на четвертій сходинці жінки надали перевагу терпимості до поглядів і думок інших (16 місце у чоловіків), а чоловіки – дисциплінованості, на п'ятій сходинці для жінок важливою є акуратність, а у чоловічої половини опитуваних 5 місце займає життєрадісність.

За результатами дослідження за допомогою методики «Опитувальник термінальних цінностей» І. Сеніна ми відзначили, що життєві сфери досліджуваних чоловіків та жінок мають свої особливості. Як для чоловіків, так і для жінок, важливими термінальними цінностями є здоров'я, життєва

мудрість, активне діяльне життя, а цінності – творчість, щастя інших, продуктивне життя, щасливе сімейне життя є другорядними для них на даний момент життя. Для реалізації своєї мети, як цінності справи, чоловіки віддають перевагу вихованості, акуратності, освіченості, дисциплінованості, життєрадісності, перед такими цінностями як, ефективність в справах та високі запити. У жінок на перших місцях розташовані такі цінності як життєрадісність, високі вимоги до життя, дисциплінованість, терпимість, акуратність, а найменш значимими, як і для чоловіків, є чуттєвість, раціоналізм, сміливість у відстоюванні своєї думки та погляду.

За результатами дослідження за допомогою методики «Ціннісні орієнтації» «Тест смисложиттєвих орієнтацій (СЖО)» ми відзначили, що смисложиттєві орієнтації студентів характеризуються тенденцією до емоційного наповнення смыслом життя і навколишнього світу, прагненням свободи вибору в житті. Зосередження на процесі життя пов'язано з орієнтацією на пізнання світу, розвиток, комунікацію, усвідомлення цілей із спрямованістю на успіх. У цілому, показники за всіма шкалами близькі до середніх показників, тому доцільно проаналізувати результати в порівнянні з показниками студентів різних спеціальностей та закладів вищої освіти.

За результатами дослідження за допомогою методики «Морфологічний тест життєвих цінностей» ми відзначили, для студентської молоді найбільшою цінністю (за рангом) є високе матеріальне становище, а на останньому місці (п'ятому) – власний престиж та креативність, тобто завоювання свого визнання в суспільстві та відповідність певним соціальним вимогам. Це означає, що високе матеріальне становище для більшості студентів є фактором матеріального благополуччя як головного сенсу існування.

За результатами дослідження за допомогою методики «Діагностика реальної структури ціннісних орієнтацій особистості» С.С. Бубнова ми відзначили, що найбільші показники встановлено за такими цінностями: «Приємне проведення часу» - 4.4; «Допомога та милосердя до інших» - 4.23; «Високий матеріальний добробут» - 4.2. Найнижчі показники встановлено за

такими цінностями: «Пошук та насолода прекрасним» - 2.2; «Спілкування» - 2.17. студенти можуть переживати великий навчальний та соціальний тиск, особливо в перші роки навчання або під час підготовки до важливих іспитів та здачі проектів. Це може призвести до превалювання завдань, що стосуються навчання та кар'єри, над бажанням насолоджуватися красою чи знайти час на спілкування.

Таким чином, ми вважаємо, що мета нашого дослідження досягнута, завдання виконані, гіпотеза підтверджена.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Антоненко Т.Л. Психологічні засади становлення ціннісно-смислової сфери особистості майбутнього фахівця : дис. ... д-ра психол. наук : 19.00.07 / Національний педагогічний університет ім. М.П. Драгоманова. Київ, 2019. 527 с.
2. Антоненко Т.Л. Психологічні основи впливу ціннісно-смислової сфери на професійне становлення майбутнього фахівця. *Педагогіка і психологія*. 2009. № 4(65). С. 26–36.
3. Антонова Н.О. Ціннісні орієнтації у системі особистісних якостей студентів вищого педагогічного навчального закладу: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук: спец. 19.00.07. «Педагогічна та вікова психологія». Київ. 2003.
4. Бавико О.Є. Формування ціннісних орієнтацій особистості. / О. Є. Бавико, І. О. Чичановський, І. В. Букрєєва, А. В. Орлов // *Постметодика*. 2002. № 7. С. 217–220.
5. Баранівський В.Ф. Ціннісні орієнтації студентської молоді та їх роль в консолідації українського суспільства. *Науковий вісник Харківського національного педагогічного університету ім. Г. С. Сковороди*. Філософія. 2014. Вип. 43. С. 39-52. URL: <https://core.ac.uk/download/pdf/229042179.pdf>.
6. Бех І. Духовні цінності як надбання особистості. *Рідна школа*, 2012. 1–2, , С. 9–12.
7. Боришевський М.Й. Духовні цінності як детермінанта громадянського виховання особистості. Цінності освіти і виховання : наук.-метод. зб. Київ : Вид-во АПН України, 1997. С. 21-25.
8. Вдовиченко Р. Формування системи професійно-ціннісних орієнтацій студентів університету як педагогічна проблема. *Збірник наукових праць Уманського державного педагогічного університету*. 2019. Вип. 3. С. 24-30.
9. Вебер, М. Протестантська етика і дух капіталізму. Київ : Наш формат. 2018. 458 с.

10. Волобуєв М.І. Ціннісні орієнтації студентів університету. *ДВНЗ Українська академія банківської справи НБУ*. 2010.28. С. 221-227.
11. Воронцова Е., Ївженко Ю. Дослідження ціннісних орієнтацій студентів закладів вищої освіти I-II рівнів акредитації. *Нові технології навчання* : збірник наукових праць. ДНУ«ІМЗО», 2020. Вип. 93. С. 58–69
12. Воропаєва В.Г. Теоретико-методологічні засади розвитку ціннісних орієнтацій сучасної молоді в умовах трансформації сучасного суспільства. *Гуманітарний вісник ЗДІА*. 2013. № 55. С. 257-267.
13. Гуляк У., Лісневський В. Ціннісний компонент у структурі мотиваційноє сфери особистості військовослужбовця. *Психологія*. 2019. 1(19). С. 11-16.
14. Драч С.В. Ціннісні орієнтації студентської молоді українського суспільства: сутність та динаміка. *Збірник наукових праць Хмельницького інституту соціальних технологій Університету «Україна»*. 2010. № 2. С. 26-30.
15. Євстафієва Л.М. Психологічні чинники становлення життєвої стратегії у студентської молоді. *Проблеми сучасної психології*. 2012. Вип. 18. 880 с.
16. Жилін М.В. Еволюція поняття «криза ідентичності» у вітчизняній та зарубіжній психології. *Науковий вісник ХДУ*. Серія «Психологічні науки». 2020. № 4. С. 5–12.
17. Золотарьова О.В. Формування ціннісних орієнтацій студентів у процесі виховної роботи вищого технічного навчального закладу : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.07. Слов'янськ, 2016. 269 с.
18. Іванова Ю. Формування ціннісних орієнтацій студентів – майбутніх соціальних педагогів. *Рідна школа*. 2011. № 7. С. 14-17.
19. Карпенко З.С. Ціннісні виміри індивідуальної свідомості. *Методологічні і теоретичні проблеми психології*, 2000. 128 с.
20. Коберник Л.О. Роль та місце ціннісних орієнтацій у формуванні особистості. *Науково-практичний журнал південного наукового центру АПН України. Наука і освіта*. Одеса, 2008. № 4-5. С. 28-33. URL: <http://eprints.zu.edu.ua/4139/1/4.pdf>.

21. Коберник Л.О. Психологічні особливості ціннісних орієнтацій студентів вищих педагогічних навчальних закладів. *Науковий часопис НПУ ім. М.П. Драгоманова*. Київ : НПУ ім. М.П.Драгоманова. Серія №12. Психологічні науки. 2008. №23. 235-241.

22. Коваленко О.О. Роль і місце ціннісних орієнтацій у формуванні самостійності студентів медичних коледжів. *Science and Education a New Dimension. Pedagogy and Psychology*. 2013. № 10. Р. 85-88.

23. Корнієнко І.О. Особистісні цінності у структурі життєвого світу юнаків. *Збірник наукових праць : філософія, соціологія, психологія*. Івано-Франківськ : Вид-во ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника», 2013. В. 18. Ч. 1. С. 162–172.

24. Кремень В.Г. Якісна освіта і нові вимоги часу. *Педагогічна і психологічна науки в Україні*. Київ : Педагогічна думка. 2007. Т. 1. С. 11–24.

25. Кузьміна І.П. Професійна ідентичність майбутніх фахівців. *Вісник НТУУ «КПІ»*. Філософія. Психологія. Педагогіка. 2012. Вип. 1. С. 102–106.

26. Луговий В.І. Ціннісні компетентності – невід’ємна складова підготовки фахівців з вищою освітою в умовах євроінтеграції. *Вища освіта України*. 2009. Т. I (13). С. 394-402.

27. Маєвський М.І. Фактори, що впливають на формування ціннісних орієнтацій студентів до занять фізичною культурою. Теорія і методика професійної освіти. Випуск 19. Т. 2. 2019, С. 41-47

28. Максименко С.Д. Загальна психологія (3-тє вид.). Київ : Центр навчальної літератури. 2019. 567 с.

29. Максименко С.Д., Осьодло В.М. Структура та особистісні детермінанти професійної самореалізації суб'єкта. *Проблеми сучасної психології*. 2010. 8, С. 3–19.

30. Матвієнко О.І. Психолого-педагогічні особливості формування ціннісних орієнтацій у майбутніх учителів. *Вісник Львівського університету*. Серія «Педагогічні науки». 2006. Вип. 21. С. 34–39.

31. Матвійчук О., Краєва О. Проблема формування ідентичності в підлітковому віці у контексті розвитку творчої особистості. *Вісник Національного університету оборони України*. 2022. № 65(1). С. 64–71
32. Матяж С.В., Березянська А.О. Класифікація цінностей та ціннісних орієнтацій особистості. [Електронний ресурс]. URL: https://kse.ua/wp-content/uploads/2020/08/Npchdusoc_2013_225_213_7.pdf
33. Мухіна Л.М. Психологічні особливості ціннісної сфери сучасної молоді. *Габітус*. Випуск 64. 2024. С. 65-69.
34. Панчук Н. П. Ціннісні орієнтації як показник соціалізації студента в процесі професійної підготовки. *Проблеми сучасної психології*. 2017. Вип. 38. С. 314-324.
35. Панчук Н.П. Ціннісна сфера особистості та її роль у становленні професіонала. *Проблеми сучасної психології*. 2015. Вип. 29. С. 471–480.
36. Психологічні особливості студентського віку. На допомогу кураторам. Вип. 3 / уклад.: Л.М. Яворовська та ін. Харків : ХНУ імені В.Н. Каразіна, 2013. С. 13–17.
37. Романюк Л.В. Психологічні чинники розвитку ціннісних орієнтацій студентської молоді: дис... канд. психол. наук: спец. 19.00.01. Київ. 2004. 264 с.
38. Сичов С.О. Концептуальні засади формування цінностей фізичної культури у студентської молоді. *Вісник Національного технічного університету України*. Серія «Філософія, психологія, педагогіка». 2009. № 3. Ч. 2. URL: http://www.nbu.gov.ua/portal/soc_gum/VKPI_fpp/index.html.
39. Сікалюк А.І. Аналіз сутності поняття «цінність» у теоретичних наукових джерелах. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології*. Суми, 2014. № 1 (35). С. 410–416.
40. Сіпакова О.А. Ціннісні орієнтації студентської молоді. *Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки*. 2014. № 3 (24). С. 110-116.
41. Скобедіна О.Ю. Динаміка становлення ціннісних орієнтацій особистості. *Проблеми сучасної психології*. 2010. Вип. 9. С. 514-525.

42. Сосніхіна С.Є. Ціннісні орієнтації сучасної студентської молоді: міждисциплінарний підхід. *Вісник ОНУ ім. І. І. Мечникова*. Психологія. 2016. Т. 21, вип. 3 (41). С. 222-230.

43. Федух І.С. Визначення змісту поняття «ціннісна орієнтація» у сучасній психолого-педагогічній науці. *Вісник Національної академії Державної прикордонної служби України*. 2011. № 3. URL: http://www.nbuv.gov.ua/ejournals/Vnads/2011_3/11fisppl.pdf.

44. Франкл В. Людина в пошуках справжнього сенсу. Психолог у концтаборі. Харків : Клуб сімейного дозвілля. 2018. 364 с.

ДОДАТКИ

ДОДАТОК А

Методика для визначення рівня емоційного вигорання (В. Бойко)

Методика В. Бойка дозволяє отримати детальну картину синдрому емоційного вигорання саме як динамічного процесу, що розвивається поетапно, відповідно до механізму розвитку стресу, та включає три основні фази. Оцінка рівня емоційного вигорання здійснюється за 12 шкалами, які відповідають цим трьом фазам:

1. Фаза «Тривожна напруга»: Ця фаза є передвісником та «пусковим механізмом» формування емоційного вигорання. Власне напруга має динамічний характер, а це зумовлено постійною або зростаючою дією психотравмуючих факторів. Фаза «Тривожна напруга» проявляється через чотири симптоми:

Переживання психотравмуючих обставин: усвідомлення посилення психотравмуючих чинників у професійній діяльності.

Незадоволеність собою: відчуття незадоволеності собою, обраною професією чи посадою, що розвивається за неможливості саме конструктивного вирішення ситуації.

«Загнаність» у клітку: відчуття безвиході, особливо гостро переживається під тиском психотравмуючих обставин, які неможливо усунути. Це стан власне інтелектуально-емоційного затору та безвиході, що виникає після марних спроб подолати тиск цих обставин.

Тривога і депресія: тривожно-депресивна симптоматика, пов'язана з професійною діяльністю, особливо в складних обставинах. Відчуття незадоволеності діяльністю та собою призводить до сильної напруги у формі переживання ситуативної чи особистісної тривоги.

2. Фаза «Резистенція»: Ця фаза характеризується опором наростаючому стресу. Формування захисту на цій фазі проявляється наступними симптомами вигорання:

Неадекватне власне вибіркоче емоційне реагування: це професіонал перестає розрізняти суттєво різні явища, що призводить до неадекватної «економії» емоцій та обмеження емоційної віддачі. Емоційний контакт встановлюється вибірково, за принципом «хочу-не хочу».

Емоційно-етична дезорієнтація: емоції недостатньо стимулюють етичні відчуття. Працівник не проявляє належного емоційного ставлення саме до суб'єкта своєї діяльності (учня, клієнта, пацієнта тощо), захищаючи свою поведінку раціоналізацією, проекцією провини на суб'єкта або запереченням необхідності емоційного реагування («Це не той випадок, власне щоб пережити», «Саме таким людям не можна власне співчувати»).

Ще один аспект, розширення сфери економії емоцій: економія емоцій поширюється за межі професійної діяльності – на спілкування вдома, з друзями та знайомими. Втома від контактів на роботі призводить до небажання спілкуватися навіть з близькими людьми.

Редукція професійних обов'язків: спроби полегшити чи навіть скоротити обов'язки, що вимагають емоційних витрат від особистості.

3. Фаза «Виснаження»: Власне ця фаза характеризується зниженням енергетичного тону та ослабленням нервової системи. Тут емоційний захист постає невід'ємним атрибутом особистості. Фаза «Виснаження» проявляється такими симптомами:

Емоційний дефіцит: відчуття нездатності емоційно допомагати суб'єктам саме своєї діяльності.

Ще один аспект, емоційна відчуженість: майже повне виключення емоцій зі сфери професійної діяльності. Працівника майже ніщо не хвилює та не викликає емоційного відгуку.

Особисте відсторонення, або деперсоналізація: втрата інтересу до людини – саме як суб'єкта професійної діяльності, що супроводжується широким діапазоном змін настрою та вчинків у спілкуванні.

Психосоматичні та психовегетативні порушення: порушення на рівні психічного та фізичного самопочуття.

Процедура проведення та інструкція:

Учасникам дослідження пропонувався бланк методики з 84 твердженнями, на які необхідно було відповісти «так» або «ні» (див. додаток А). Час на виконання завдання не обмежувався.

Перед початком роботи студенти отримували наступну інструкцію: «Якщо ви майбутній професіонал у будь-якому напрямку спілкування з людьми, то власне для вашої діяльності дуже важливо, на якому рівні у вас сформований саме психологічний захист у вигляді «емоційного вигорання». Прочитайте усі твердження та оберіть відповідь «так» або «ні». Далше, у запропонованих твердженнях опитувальника де йдеться про «партнерів», маємо на увазі суб'єктів вашої професійної діяльності – клієнтів, студентів, викладачів та інших людей, із якими ви щоденно спілкуєтесь та співпрацюєте».

Під час обробки результатів, відповідно до ключа, визначалася сума балів для кожного із симптомів вигорання окремо (див. табл. 2.1).

Таблиця 1.

Ключ для обробки методики діагностики рівня емоційного вигорання за В. Бойко

Фаза	Симптоми	Ключ
«Напруження»	1.Переживання психотравмуючих обставин	+1(2), +13(3), +25(2), -37(3), +49(10), +61(5), -73(5)
	2. Незадоволеність собою	-2(3), +14(2), +26(2), -38(10), -50(5), +62(5), +74(5)
	3. «Загнаність у клітку»	+3(10), +15(5), +27(2), +39(2), +51(5), +63(1), -75(5)
	4. Тривога і депресія	+4(2), +16(3), +28(5), +40(5), +52(10), +64(2), +76(3)
«Резистенція»	1. Неадекватне вибіркове емоційне реагування	+5(5), -17(3), +29(10), +41(2), +53(2), +65(3), +77(5)
	2. Емоційно-моральна дезорієнтація	+6(10), -18(3), +30(3), +42(5), +54(2), +66(2), -78(5)

«Виснаження»	3. Розширення галузі економії емоцій	+7(2), +19(10), -31(2), +43(5), +55(3), +67(3), -79(5)
	4. Редукція професійних обов'язків	+8(5), +20(5), +32(2), -44(2), +56(3), +68(3), +80(10)
	1. Емоційний дефіцит	+9(3), +21(2), +33(3), -45(5), +57(3), -69(10), +81(2)
	2. Емоційна відчуженість	+10(2), +22(3), -34(2), +46(3), +58(5), +70(5), +82(10)
	3. Деперсоналізація	+11(5), +23(3), +35(3), +47(5), +59(5), +71(2), +83(10)
	4. Психосоматичні та психоемоційні порушення	+12(3), +24(2), +36(5), +48(3), +60(2), +72(10), +84(5)

Обробка результатів передбачає порівняння знаків («+» чи «-»), зазначених досліджуваним у відповідях, зі знаками, наведеними у ключі. За кожний збіг знаків нараховується відповідна кількість балів. Загальний показник вираженості емоційного стану може коливатися від 0 до 30 балів.

Таблиця 2.

Показник вираженості емоцій

Симптом не склався	Симптом, що складається	Симптом, що склався
9 і менше	10 – 15	16 і більше

Для інтерпретації результатів опитування необхідно підрахувати суму балів за симптомами, що складають кожну з трьох фаз розвитку вигорання. Оцінка для кожної фази варіюється від 0 до 120 балів. Отримані кількісні значення дозволяють встановити, яка з фаз є більш або менш вираженою у досліджуваних.

Таблиця 3.

Розподіл балів у фазі

Фаза не сформувалася	Фаза у стадії формування	Фаза сформувалася
36 і менше	37 – 60	61 і більше

Вибір конкретного варіанту залежить від контексту та необхідного рівня деталізації. Якщо далі в тексті буде наведено таблиці або графіки з результатами підрахунків, можна використовувати короткі варіанти. Якщо ж

опис результатів буде більш текстовим, краще надати більш розгорнуте пояснення.

Інструкція. Якщо ви є професіоналом у будь-якій сфері взаємодії з людьми, вам буде цікаво дізнатися, в якій мірі у вас сформувалася психологічна захист у формі емоційного вигорання. Читайте твердження і відповідайте «так» або «ні». Зверніть увагу, що коли в формулюваннях опитувальника йдеться про партнерів, маються на увазі суб'єкти вашої професійної діяльності - пацієнти, клієнти, споживачі, замовники, учні та інші люди, з якими ви щодня працюєте.

Тестовий матеріал:

1. Організаційні недоліки на роботі постійно змушують нервувати, переживати, напружуватися.
2. Сьогодні я задоволений своєю професією не менше, ніж на початку кар'єри.
3. Я помилився у виборі професії або профілю діяльності (займаю не своє місце).
4. Мене турбує те, що я став гірше працювати (менш продуктивно, якісно, повільніше).
5. Теплота взаємодії з партнерами дуже залежить від мого настрою - гарного чи поганого.
6. Від мене як професіонала мало залежить благополуччя партнерів.
7. Коли я приходжу з роботи додому, то деякий час (години 2-3) мені хочеться побути наодинці, щоб зі мною ніхто не спілкувався.
8. Коли я відчуваю втому або напруження, то намагаюся якнайшвидше вирішити проблеми партнера (згорнути взаємодію).
9. Мені здається, що емоційно я не можу дати партнерам того, що вимагає професійний обов'язок.
10. Моя робота притуплює емоції.
11. Я відверто втомився від людських проблем, з якими доводиться мати справу на роботі.

12. Буває, я погано засинаю (сплю) через переживання, пов'язані з роботою.

13. Взаємодія з партнерами вимагає від мене великого напруження.

14. Робота з людьми приносить все менше задоволення.

15. Я б змінив місце роботи, якби представилась можливість.

16. Мене часто засмучує те, що я не можу належним чином надати партнеру професійну підтримку, послугу, допомогу.

17. Мені завжди вдається запобігти впливу поганого настрою на ділові контакти.

18. Мене дуже засмучує, якщо щось не ладиться у стосунках з діловим партнером.

19. Я настільки втомлююся на роботі, що вдома намагаюся спілкуватися якнайменше.

20. Через брак часу, втому або напруження часто приділяю партнеру менше уваги, ніж належить.

21. Іноді найзвичайніші ситуації спілкування на роботі викликають роздратування.

22. Я спокійно сприймаю обґрунтовані претензії партнерів.

23. Спілкування з партнерами спонукало мене уникати людей.

24. При згадці про деяких колег або партнерів у мене псується настрій.

25. Конфлікти або розбіжності з колегами забирають багато сил і емоцій.

26. Мені все важче встановлювати або підтримувати контакти з діловими партнерами.

27. Обстановка на роботі здається мені дуже важкою, складною.

28. У мене часто виникають тривожні очікування, пов'язані з роботою: щось має статися, як би не припуститися помилки, чи зможу зробити все як треба, чи не скоротять і т.п.

29. Якщо партнер мені неприємний, я намагаюся обмежити час спілкування з ним або приділяти йому менше уваги.

30. У спілкуванні на роботі я дотримуюся принципу: «Не роби людям добра, не отримаєш зла».

31. Я охоче розповідаю домашнім про свою роботу.

32. Бувають дні, коли мій емоційний стан погано позначається на результатах роботи (менше роблю, знижується якість, трапляються конфлікти).

33. Іноді я відчуваю, що треба виявити до партнера емоційну чуйність, але не можу.

34. Я дуже переживаю за свою роботу.

35. Партнерам по роботі віддаєш уваги і турботи більше, ніж отримуєш від них вдячності.

36. При думці про роботу мені зазвичай стає не по собі: починає колоти в області серця, підвищується тиск, з'являється головний біль.

37. У мене хороші (цілком задовільні) відносини з безпосереднім керівником.

38. Я часто радію, бачачи, що моя робота приносить користь людям.

39. Останнім часом (або як завжди) мене переслідують невдачі в роботі.

40. Деякі аспекти моєї роботи викликають глибоке розчарування, пригнічують.

41. Бувають дні, коли контакти з партнерами складаються гірше, ніж зазвичай.

42. Я поділяю ділових партнерів (суб'єктів діяльності) на «хороших» і «поганих».

43. Втома від роботи призводить до того, що я намагаюся скоротити спілкування з друзями та знайомими.

44. Я зазвичай виявляю інтерес до особистості партнера, окрім того, що стосується справи.

45. Зазвичай я приходжу на роботу відпочившим, з новими силами, в гарному настрої.

46. Іноді ловлю себе на думці, що працюю з партнерами автоматично, без душі.

47. На роботі трапляються настільки неприємні люди, що мимоволі бажаєш їм чогось поганого.

48. Після спілкування з неприємними партнерами у мене погіршується фізичний або психічний стан.

49. На роботі я відчуваю постійні фізичні або психологічні перевантаження.

50. Успіхи в роботі надихають мене.

51. Ситуація на роботі, в якій я опинився, здається безвихідною (майже безвихідною).

52. Я втратив спокій через роботу.

53. Протягом останнього року була (були) скарга (скарги) на мене з боку партнера (партнерів).

54. Мені вдається берегти нерви завдяки тому, що багато з того, що відбувається з партнерами, я не приймаю близько до серця.

55. Я часто приношу додому негативні емоції з роботи.

56. Я часто працюю через силу.

57. Раніше я був більш чуйним і уважним до партнерів, ніж тепер.

58. У роботі з людьми керуюсь принципом: «Не витрачай нерви, бережи здоров'я».

59. Іноді йду на роботу з важким почуттям: як усе набридло, нікого б не бачити і не чути.

60. Після напруженого робочого дня я відчуваю недомагання. Контингент партнерів, з яким я працюю, дуже складний.

61. Іноді мені здається, що результати моєї роботи не варті тих зусиль, які я докладаю.

62. Якби мені пощастило з роботою, я був би щасливішим.

63. Я у відчаї через те, що на роботі у мене серйозні проблеми.

64. Іноді я поводжуся з партнерами так, як не хотів би, щоб поводитися зі мною.

65. Я засуджую партнерів, які розраховують на особливе поблажливе ставлення та увагу.

66. Найчастіше після робочого дня у мене немає сил займатися домашніми справами.

67. Зазвичай я поспішаю: скоріше б робочий день закінчився.

68. Стан, прохання, потреби партнерів зазвичай мене щиро хвилюють.

69. Працюючи з людьми, я зазвичай наче ставлю екран, що захищає від чужих страждань і негативних емоцій.

70. Робота з людьми (партнерами) дуже мене розчарувала. Щоб відновити сили, я часто приймаю ліки.

71. Як правило, мій робочий день проходить спокійно і легко.

72. Мої вимоги до виконуваної роботи вищі, ніж те, чого я досягаю в силу обставин.

73. Моя кар'єра склалася успішно.

74. Я дуже нервую через усе, що пов'язане з роботою.

75. Деяких зі своїх постійних партнерів я не хотів би бачити і чути.

76. Я схвалюю колег, які повністю присвячують себе людям (партнерам), забуваючи про власні інтереси.

77. Моя втома на роботі зазвичай мало позначається (або зовсім не позначається) на спілкуванні з домашніми та друзями.

78. Якщо надається можливість, я приділяю партнеру менше уваги, але так, щоб він цього не помітив.

79. Мене часто підводять нерви в спілкуванні з людьми на роботі.

80. До всього (або майже до всього), що відбувається на роботі, я втратив інтерес і живі почуття.

81. Робота з людьми погано вплинула на мене як на професіонала – озлобила, зробила нервовим, притупила емоції.

82. Робота з людьми явно підриває моє здоров'я.

ДОДАТОК Б

Методика «Професійне вигорання» (ПВ) (розроблена на основі моделі К. Маслач та С. Джексон, автор Н. Водоп'янова, Е. Старченкова)

Для дослідження відчуттів і переживань, пов'язаних з роботою (в даному дослідженні – з навчанням), використовувалась методика «Професійне вигорання» (ПВ), адаптована Н. Водоп'яною та Е. Старченковою на основі відомої моделі К. Маслач та С. Джексон. Ця методика базується на концепції, що синдром вигорання є реакцією на тривалі професійні стреси, зумовлені міжособистісною взаємодією, та включає три основні компоненти: емоційне виснаження (відчуття емоційної спустошеності), деперсоналізацію (цинічне ставлення до інших) та редукцію особистих досягнень (відчуття зниження компетентності). Метою опитувальника є визначення рівня (низького, середнього чи високого) розвитку цих компонентів.

Опитувальник містить 22 твердження, які досліджувані оцінювали за 7-бальною шкалою: 0 – «ніколи», 1 – «дуже рідко», 2 – «рідко», 3 – «інколи», 4 – «часто», 5 – «дуже часто», 6 – «щодня». Інструкція для досліджуваних була наступною: «Вам пропонується власне 22 твердження саме про відчуття і переживання, тільки які пов'язані із навчанням. Будь ласка, прочитайте уважно але кожне з тверджень і визначиться, чи бувають саме у вас такі чи думки або відчуття. Там, де у запропонованих твердженнях опитувальника йдеться про професійну діяльність та роботу, мається на увазі наша навчальна діяльність. На бланку для відповідей уважно зазначте, як часто ви відчуваєте Ви ті або інші переживання. Саме для цього закреслюйте або обводьте кружком бал, який відповідає частоті переживань того чи іншого відчуття». Сам опитувальник складається власне з трьох субшкал: емоційного виснаження, редукції особистих досягнень та деперсоналізації. Високі показники за першими двома субшкалами та низькі за останньою свідчать про високий рівень вигорання. Важливо, що в опитувальнику є «зворотні» питання, які оцінюються у

зворотному порядку (наприклад, відповідь «щодня» для такого питання отримує 0 балів).

Таблиця 1.

Ключ для обрахування методики «Професійне вигорання»

Ключ

Субшкала	Номер твердження	Максимальна сума балів
Емоційне виснаження	1, 2, 3, 6*, 8, 13, 14, 16, 20	54
Деперсоналізація	5, 10, 11, 15, 22	30
Редукція персональних досягнень	4, 7, 9, 12, 17, 18, 19, 21	48

На основі підрахованих за ключем балів було визначено рівень вигорання для кожного учасника дослідження окремо по кожній з трьох фаз (див. табл. 2).

Таблиця 2.

Оцінка рівнів вигорання

Субшкала	Низький рівень	Середній рівень	Високий рівень
Емоційне виснаження	0 – 15	16 – 24	25 і більше
Деперсоналізація	0 – 5	6 -10	11 і більше
Редукція персональних досягнень	37 і більше	36 – 31	30 і менше

Наведена таблиця ілюструє, як кількість набраних балів визначає рівень вигорання за кожною з трьох фаз (субшкал).

Інструкція. Дайте відповідь, будь ласка, як часто у Вас виникають почуття, перелічені нижче в опитувальнику. Для цього на бланку для питань відмітьте з кожного пункту варіант відповіді: «ніколи»; «дуже рідко»; «деколи»; «часто»; «дуже часто»; «кожний день».

Опитувальник

1. Я почуваю себе емоційно знищеним.
2. Після роботи я почуваюся як вичавлений лимон.
3. Зранку я відчуваю втому і небажання йти на роботу.
4. Я добре розумію, що відчувають мої підлеглі й колеги, і стараюся враховувати це в інтересах справи.

5. Я відчуваю, що спілкуюся з деякими підлеглими й колегами як з предметами (без тепла і симпатії до них).
6. Після роботи хочеться на деякий час усамітнитися від усіх і всього.
7. Я вмію знаходити правильне рішення в конфліктних ситуаціях, що виникають у розмові з друзями.
8. Я відчуваю пригніченість і апатію.
9. Я упевнений, що моя робота потрібна людям.
10. Останнім часом я став більш черствим до тих, з ким працюю.
10. Я помічаю, що моя робота дратує мене.
12. У мене багато планів на майбутнє і я вірю у їх здійснення.
13. Моя робота все більше мене розчаровує.
14. Я думаю, що дуже багато працюю.
15. Буває, що дійсно мені байдуже те, що відбувається з ким-небудь із моїх підлеглих і друзів.
16. Мені хочеться усамітнитися і відпочити від усього.
17. Я легко можу створити атмосферу доброзичливості і співпраці в колективі.
18. Під час роботи я відчуваю приємне задоволення.
19. Завдяки своїй роботі я вже зробив у житті багато дійсно цінного.
20. Я відчуваю байдужість і втрату цікавості до всього, що задовольняло б мене в моїй роботі.
21. На роботі спокійно справляюся з емоційними проблемами.
22. Останнім часом я бачу, що друзі і підлеглі все частіше перекладають на мене тягар своїх проблем та обов'язків.

Варіанти відповідей оцінюються так:

Ніколи – 0 балів; Дуже рідко – 1 бал; Інколи – 3 бали; Часто – 4 бали; Дуже часто – 5 балів; Кожний день – 6 балів.

Чим більша сума балів з кожної шкали окремо, тим більше в опитуваного виражені різні сторони «вигорання». Про важкість «вигорання» свідчить сума балів усіх шкал

ДОДАТОК В

Тест на виявлення виснаження від стресу (The Kessler Psychological Distress Scale (K10))

Вам буде представлено 10 питань. Ваша задача обрати відповідь, яка найбільше відповідає вашому самопочуттю за останній місяць.

За останні 30 днів як часто:

	1	2	3	4	5
	Ніколи	Рідко	Іноді	Часто	Завжди
1. Ви відчували себе виснаженим (виснаженою) без очевидної на це причини					
2. Ви були знервованим (знервованою)					
3. Ви так сильно нервували, що нічого не могло вас заспокоїти					
4. Ви відчували розпач/безнадію					
5. Ви були неспокійним/ою або метушливим/ою.					
6. Ви були настільки неспокійним/ою, що не могли всидіти на місці.					
7. Ви відчували себе пригнічено.					
8. Ви відчували, що все вимагає зусиль.					
9. Ви були настільки сумним/ою, що нічого не могло вам покращити настрій.					
10. Ви відчували себе нікчемною людиною.					

Результати:

Кожна відповідь має свій бал: Ніколи – 1 бал, Рідко – 2 бали, Іноді – 3 бали, Часто – 4 бали, Завжди – 5 балів

Вам потрібно отримати суму балів ваших відповідей. Що означає ваша сума балів?

до 20 балів – цей показник говорить, що ви знаходитесь в “зеленій зоні”, психологічний стан є нормальним. Якщо бали близькі до 20, варто бути уважними та додати турботи про себе.

від 20 до 29 – легке психоемоційне виснаження. Це жовта зона. Їй вам варто розпочати відновлення вашого стану. Чим раніше ви розпочнете це робити, тим легшим буде процес та якіснішим результат.

від 29 до 34 – психоемоційне виснаження знаходиться у жовтогарячій зоні. На цьому етапі важливо звернутися до спеціаліста у сфері охорони психічного здоров'я для проведення додаткового обстеження. Такі бали можуть вказувати на те, що розпочався процес розвитку психічних розладів (депресивні стани, тривожні розлади, ПТСР тощо).

понад 35 балів – червона зона. Сильне психоемоційне виснаження. За таких балів обов'язково варто звернутися до спеціаліста, щоб уточнити причини психоемоційного виснаження та його впливу на ваше здоров'я. Це може бути лікар (психіатр, невролог), психотерапевт чи психолог.

ДОДАТОК Г

Методика Basic Ph-36 (українська версія)

Інструкція:

Подумайте про себе, коли Ви знаходитеся в кризі чи сильному стресі, що Ви зазвичай робите, щоб допомогти собі впоратися з цим станом? Що, на Вашу думку, допомагає Вам найкраще, а що – незначною мірою? Зважте кожен вислів і поставте хрестик («х») у відповідній клітинці навпроти номера твердження, де цифри означають:

0 – *ніколи* не користуюся цим способом, щоб впоратися зі складною ситуацією.

1 – *я рідко* користуюся цим способом, щоб впоратися зі складною ситуацією.

2 – *я іноді* користуюся цим способом, щоб впоратися зі складною ситуацією.

3 – *я періодично* користуюся цим способом, щоб впоратися зі складною ситуацією.

4 – *я часто* користуюся цим способом, щоб впоратися з ситуацією.

5 – *я майже завжди* користуюся цим способом, щоб впоратися з ситуацією.

6 – *я завжди* користуюся цим способом, щоб впоратися зі складною ситуацією.

№	ТВЕРДЖЕННЯ	0	1	2	3	4	5	6
1	Я здаюся і покладаюся на вищі сили чи долю у вирішенні проблеми							
2	Я не говорю про свої емоції прямо, але виражаю їх опосередковано, – до прикладу, плачу, коли думаю про себе							
3	Я шукаю підтримки інших людей							
4	Я фантазую і даю волю своїй уяві, – наприклад, уявляю себе у спокійному, безтурботному місці							
5	Я збираю інформацію, щоб бути певним/ною у тому, що я маю найкращий варіант вирішення проблеми							
6	Я їм або сплю менше, ніж звичайно, – або ж, навпаки, я їм та сплю більше,							

Перенесіть отримані Вами бали у таблицю, що наведена нижче, та підрахуйте отримані бали по вертикалі у кожній з шести колонок.

В	А	С	І	С	Ph
1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30
31	32	33	34	35	36

Чим більша сума балів, тим більш розвинутою є відповідна стратегія: В – віра, переконання, цінності; А – емоції, почуття; С – соціальні зв'язки, соціальна підтримка; І – уява, мрії, спогади; С – когнітивні стратегії; Ph – тілесні ресурси, фізична активність.

ДОДАТОК Д

«Дослідження синдрому «вигорання» Дж. Грінберг.

Інструкція. Навпроти кожного висловлювання поставте 1 бал, якщо Ви погоджуєтесь з твердженням, або 0 – якщо не погоджуєтесь.

Текст опитувальника

1. Чи знижується ефективність Вашої роботи?
2. Чи втратили Ви частину ініціативи на роботі?
3. Чи втратили Ви інтерес до роботи?
4. Чи посилився Ваш стрес на роботі?
5. Чи відчуваєте Ви втому або зниження темпу роботи?
6. Вас турбує головний біль?
7. Вас турбують болі в шлунку?
8. Ви втратили вагу?
9. У Вас є проблеми зі сном?
10. Ваше дихання стало уривчастим?
11. У Вас часто змінюється настрій?
12. Вас легко розгнівати?
13. Ви легко піддаєтесь негативним емоціям, коли не можете задовольнити ті чи інші потреби?
14. Ви стали більш підозрілими, ніж зазвичай?
15. Ви відчуваєте себе більш безпорадним, ніж завжди?
16. Ви вживаєте забагато ліків, що впливають на настрій (транквілізатори, алкоголь тощо)?
17. Ви стали менш гнучким?
18. Ви стали більш критично ставитись до особистої компетентності та до компетентності інших?
19. Ви працюєте більше, а відчуваєте, що зробили менше?
20. Ви частково втратили почуття гумору?

Обробка та інтерпретація результатів

Підрахуйте загальний бал “вигорання” та оцініть рівень розвитку цього синдрому за наведеною нижче таблицею. Що нижчий рівень, то краще.

Рівні «вигорання»	Низький рівень	Середній рівень	Високий рівень
Бали	0 – 7	8 – 14	15 - 20