

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ АВІАЦІЙНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ФАКУЛЬТЕТ ЛІНГВІСТИКИ ТА СОЦІАЛЬНИХ КОМУНІКАЦІЙ
КАФЕДРА АВІАЦІЙНОЇ ПСИХОЛОГІЇ

ДОПУСТИТИ ДО ЗАХИСТУ

Завідувач випускової кафедри

Любов ПОМИТКІНА

«___»_____2022 р.

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

(ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА)

ЗДОБУВАЧА ОСВІТНЬОГО СТУПЕНЯ БАКАЛАВР

ЗА СПЕЦІАЛЬНІСТЮ 053 «ПСИХОЛОГІЯ»

**Тема: «ЗВ'ЯЗОК ЖИТТЄСТІЙКОСТІ З ДОМІНУЮЧИМИ СТРАТЕГІЯМИ
ЗАХИСТУ У СПІЛКУВАННІ У ЮНАЦЬКОМУ ВІСІ»**

Виконавець: студентка групи ПС-406 Вдовиченко Марія Миколаївна

Керівник: старший викладач Гірчук Олеся Василівна

Нормоконтролер: Гірчук О.В.

Київ – 2022

НАЦІОНАЛЬНИЙ АВІАЦІЙНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Факультет лінгвістики та соціальних комунікацій

Кафедра авіаційної психології

Спеціальність 053 «Психологія»

Освітньо-професійна програма «Психологія»

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач випускової кафедри

_____Любов ПОМИТКІНА

« ___ » _____ 2022 р.

ЗАВДАННЯ

на виконання кваліфікаційної роботи

Вдовиченко Марії Миколаївни

1. Тема кваліфікаційної роботи: «Зв'язок життєстійкості з домінуючими стратегіями захисту у спілкуванні у юнацькому віці», затверджена наказом ректора № 477/ст від 05.05.2022 р.

2. Термін виконання роботи: з 23.05.2022 р. по 19.06.2022 р.

3. Вихідні дані до роботи: вибірка – 50 осіб (15-17 років) раннього юнацького віку міста Бердичева. У дослідженні були застосовані вибрані нами психологічні методики: Методика життєстійкості С. Мадді (адаптація Д. О. Леонтьєва); Методика на визначення потреби у спілкуванні (Л.Орловим); Методика «Індикатор копінг-стратегій» Д.Амірхана; Методика «Домінуючих стратегій захисту у спілкуванні» (О.Бойко).

4. Зміст пояснювальної записки: кваліфікаційна робота складається з 2-х розділів. Перший розділ містить теоретичний аналіз вивчення проблематик життєстійкості та спілкуванні у юнацькому віці; у другому розділі представлено результати

емпіричного дослідження зв'язку життєстійкості з домінуючими стратегіями захисту у спілкуванні у юнацькому віці.

5. Перелік обов'язкового графічного (ілюстративного) матеріалу: 2 таблиці, 3 рисунка.

6. Календарний план-графік

№ пор.	Завдання	Термін виконання	Виконано
1.	Вибір теми та формулювання завдань	Лютий	
2.	Тематичний добір та аналіз наукової літератури	Лютий	
3.	Оформлення теоретичної частини	Березень	
4.	Методологічне обґрунтування емпіричного дослідження	Березень	
5.	Проведення емпіричного дослідження	Квітень	
6.	Аналіз та інтерпретація отриманих результатів	Квітень	
7.	Оформлення кваліфікаційної роботи відповідно до ДСТУ	Травень	
8.	Попередній захист кваліфікаційна робота	30.05.2022	
9.	Виправлення зауважень, оформлення рецензії	Червень	
10.	Подання дипломної роботи нормоконтролеру та на підпис завідувачу кафедри	14.06.2022	
11.	Захист кваліфікаційна робота	15.06.2022	

7. Дата видачі завдання: «27» січня 2022 р.

Керівник кваліфікаційна роботи _____ Олеся ГІРЧУК

Завдання прийняв до виконання _____Марія ВДОВИЧЕНКО

РЕФЕРАТ

Пояснювальна записка до кваліфікаційної роботи «Зв'язок життєстійкості з домінуючими стратегіями захисту у спілкуванні у юнацькому віці»: 2 таблиці, 3 рисунка.

ЖИТТЄСТІЙКІСТЬ, СТРАТЕГІЇ ЗАХИСТУ, СПІЛКУВАННЯ, ЮНАЦЬКИЙ ВІК, КОПІНГ-СТРАТЕГІЇ.

Об'єкт дослідження – життєстійкість особистості

Предмет дослідження – зв'язок життєстійкості з домінуючими стратегіями захисту у спілкуванні у юнацькому віці

Мета дослідження – встановити зв'язок життєстійкості з домінуючими стратегіями захисту у спілкуванні у юнацькому віці

Методи дослідження: У процесі дослідження використовувалися такі методи проведення досліджень: метод тестування, графічно-табличний, історичний, порівняльний, метод логічного узагальнення, математично-статистичний метод.

Ми отримали результати що наявність зв'язку життєстійкості з домінуючими стратегіями захисту у спілкуванні у юнацькому віці існує. Також дійшли до висновку що респонденти спрямовані на пошук себе і свого життєвого призначення, прагнуть до розвитку та спілкування з однолітками, та приймають стратегічно важливі рішення, які допомагають їм просуватися далі до своєї мети.

Здобуті результати дослідження можуть використовуватися психологами програми розвитку життєстійкості осіб юнацького віку, спрямованої на оптимізацію процесу свідомого вибору життєвого шляху осіб шляхом підвищення їх життєстійкості.

ЗМІСТ

ВСТУП	6
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ВИВЧЕННЯ ПРОБЛЕМАТИК ЖИТТЄСТІЙКОСТІ ТА СПІЛКУВАННІ У ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ У НАУКОВИХ ПРАЦЯХ	9
1.1. Розкриття поняття «життєстійкість» та умови її формування	9
1.2. Характеристика копінг-стратегій у спілкуванні особистості.....	13
1.3. Особливості спілкування у юнацькому віці.....	17
Висновок до розділу 1	22
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ЗВ'ЯЗКУ ЖИТТЄСТІЙКОСТІ З ДОМІНУЮЧИМИ СТРАТЕГІЯМИ ЗАХИСТУ У СПІЛКУВАННІ У ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ	22
2.1. Організація та проведення емпіричного дослідження	22
2.2. Аналіз та інтерпретація результатів проведення дослідження	26
2.3. Застосування методів математичної статистики	32
2.4. Рекомендації щодо використання конструктивних копінг-стратегій у спілкуванні у юнацькому віці	35
Висновок до розділу 2	36
ВИСНОВКИ	40
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	42

ВСТУП

Актуальність теми дослідження. В умовах кризи сучасного суспільств, постійних змін у сферах політичного, соціального, економічного та культурного життя все більшого значення набувають питання про життєве самовизначення та прийняття стратегічних життєвих рішень. Процес, за допомогою якого молоді люди свідомо обирають свій життєвий шлях, викликає особливе занепокоєння, оскільки він пов'язаний з виключною відповідальністю і є вирішальним у подальшому житті.

З наукової точки зору проблему свідомого вибору життєвого шляху досліджували зарубіжні вчені А. Адлер, Е. Берн, С. Бюлер, Е. Еріксон, Ж. Піаже, К. Юнг та ін. Серед вітчизняних і радянських дослідників слід відзначити такі моменти: К. О. Абульханова-Славська, Б. Г. Ананьєв, Г. О. Болл, О. М. Гриньова, В. Г. Панок, Л. В. Поміткіна, В. А. Роменець, С. Л. Рубінштейн, Т. М. Титаренко та ін [5, с.13].

Оскільки умови життя сучасної людини можна назвати стресовими та екстремальними, важливо також вивчати внутрішній потенціал людини, який допомагає їй переносити важкі умови життя.

Підвищився інтерес вітчизняних і зарубіжних вчених (Л.А. Александрова, С.О. Богомаз, С. Кобейса, Д. Кошаба, С.Л. Кравчук, Т.О. Ларіна, Д.О. Леонтєв, М.В. Логінова, С. Мудді, К.Р. Маннапова, Т.М. Титаренко, А.М. Фомінова, О.А. Чиханцова, тощо), щоб знайти щось подібне до атрибуту особистості, якою є життєва сила [5, с.13].

Питання життєвого вибору молодих людей потребує детального аналізу, оскільки більшість досліджень у цій віковій групі зосереджені на самовизначенні кар'єри. На нашу думку, зв'язок між життєвою силою і свідомим вибором життєвого шляху також недостатньо вивчена в психології. Тому суспільна значущість та нерозвиненість даної теми спонукали нас обирати тему нашої кваліфікаційної роботи «Зв'язок життєстійкості з домінуючими стратегіями захисту у спілкуванні у юнацькому віці».

Об'єкт дослідження – життєстійкість особистості

Предмет дослідження – зв'язок життєстійкості з домінуючими стратегіями захисту у спілкуванні у юнацькому віці

Мета дослідження – встановити зв'язок життєстійкості з домінуючими стратегіями захисту у спілкуванні у юнацькому віці

Відповідно до мети роботи завданнями дослідження є:

- розкрити поняття «життєстійкості» та умови її формування;
- охарактеризувати копінг-стратегії у спілкуванні особистості;
- особливості спілкування у юнацькому віці;
- емпірично дослідити зв'язок життєстійкості з домінуючими стратегіями захисту у спілкуванні у юнацькому віці;
- проаналізувати результати проведеного дослідження;
- надати рекомендації щодо використання конструктивних допінг-стратегій у спілкуванні у юнацькому віці.

Методи дослідження. У процесі дослідження використовувалися такі методи проведення досліджень: метод тестування, графічно-табличний, історичний, порівняльний, метод логічного узагальнення, математично-статистичний метод.

Інформаційною основою є законодавчі, наукові та методичні джерела з проблем зв'язку життєстійкості з домінуючими стратегіями захисту у спілкуванні у юнацькому віці, звітні та статистичні матеріали Державного комітету статистики України, наукові праці зарубіжних та вітчизняних вчених.

Наукова новизна дослідження полягає в більш глибокому вивченні зв'язку життєстійкості та домінуючих стратегій захисту у спілкуванні у юнацькому віці.

Практична цінність полягає , що результати емпіричного дослідження можуть бути використані психологом навчального закладу чи психологічного центру для розробки тренінгових занять.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ВИВЧЕННЯ ПРОБЛЕМАТИК ЖИТТЄСТІЙКОСТІ ТА СПЛКУВАННІ У ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ У НАУКОВИХ ПРАЦЯХ

1.1. Розкриття поняття «життєстійкість» та умови її формування

Умови, в яких відбувається сучасне життя, можна охарактеризувати як стресові та екстремальні через різноманітні політичні, інформаційні, соціально-економічні, екологічні та природні фактори, загрози.

На нашу думку, тому вчені приділяють особливу увагу вивченню внутрішнього потенціалу людини, спрямованої на подолання важких умов життя. Для представлення адаптивного потенціалу людини вчені використовують ряд понять: адаптивність, психологічна стійкість, креативність, особистісний потенціал, живучість тощо.

Підвищений інтерес вітчизняні та зарубіжні науковці (Л. А. Александрова, С. О. Богомаз, С. Кобейса, Д. Кошаба, С. Л. Кравчук, Т. О. Ларіна, Д. О. Леонт'єв, М. В. Логінова, С. Мадді, К. Р. Маннапова, Т. М. Титаренко, А. М. Фомінова, О. А. Чиханцова та ін.) виявляють до такої інтегративної властивості особистості як життєстійкість [5, с.14].

Поняття життєстійкості, яке було введено С. Кобейса і С. Мадді у другій половині ХХ століття, на стику теоретичних перспектив екзистенційної психології та прикладної сфери психології стресу та її подолання [17, с. 3].

У публікаціях С. Кобейса, Д. Кошаба та С. Мадді, чії праці були проаналізовані та адаптовані Д. О. Леонт'євим, ця особистісна змінна позначалася терміном «hardiness».

Д.О.Леонт'єв запропонував ввести поняття «особистісний потенціал», який виражав потенціал як основні індивідуальні характеристики особистості, вказував на те, що феноменологія відображає вплив або відсутність

особистісного потенціалу, а згадував волю, самосилу, внутрішню підтримку в різні методи психології, контрольні точки, орієнтація на дії концепцій. Найкраще, на думку дослідника, йому відповідає поняття С. Кобейса і С. Мадді «hardiness» [12, с. 21].

Життестійкість – система переконань про себе, світ і ваше відношення до світу, яка містить три відносно незалежні компоненти: участь, контроль і ризик. Суворість і загальна життєздатність цих інгредієнтів стійко запобігають напрузі в стресових ситуаціях копінг-поведінки (hardy coping) і сприйняття їх як менш значущих [17, с. 5].

Отже, життестійкість включає наступні три компоненти:

- залученість (commitment) – візьміть беззастережне зобов'язання ідентифікувати себе з наміром виконати дію та її результат. Залученість визначається як віра в те, що участь у тому, що відбувається, максимізує пошук того, що є цінним і цікавим для людини. Люди з розвиненими компонентами залучення насолоджуються власною діяльністю. Навпаки, відсутність цієї віри створює відчуття покинутості та відірваності від життя.
- контроль (control) - це віра в те, що боротьба може вплинути на результат того, що відбувається, навіть якщо успіх не гарантований і ефект не є абсолютним. Людина з розвиненим компонентом контролю відчує, що вибрала власний спосіб життя і діяльності. Такі люди зменшують значення трагічної події і тим самим зменшують травмуючий ефект. Вони вірять, що будь-яку складну ситуацію можна перетворити на щось корисне і узгоджуються зі своїми життєвими планами.
- прийняття ризику, «виклик» (challenge) – людина вважає, що все, що з нею відбувається, сприяє її розвитку. Це досягається за допомогою знань, отриманих з досвіду – як позитивного, так і негативного. Небезпека вважається складним завданням, вона знаменує собою черговий поворотний момент у житті людини і заохочує до постійного зростання. Будь-яка подія розглядається як рушійна сила розвитку власних здібностей [17, с.27].

С. Мадді наголошує на важливості вираження всіх трьох компонентів для підтримки фізичної форми та оптимального рівня продуктивності та активності в стресових умовах. Можна обговорити індивідуальні відмінності в складі життєздатності для кожного з трьох компонентів, а також необхідність їх узгодження один з одним і загальними показниками життєздатності [17, с.14].

Тому стійкість, з одного боку, впливає на оцінку ситуації: вона вважається менш травматичною через готовність діяти позитивно і впевненість у здатності вплинути на ситуацію, а з іншого боку – сприяє позитивному подоланню, породжуючи нову конструктивну поведінку для вирішення труднощів [11, с. 8].

М. В. Логінов узагальнює основний науковий підхід до поняття життєвості так: життєвість є ключовим ресурсом особистості (С. Мадді), вона визначає «здатність вижити» (Л.А. Александров), «мужність вижити» (П. Тілліх, за Л. А. Александровою)), «проти» (М. Гайдеггер, за Д. О. Леонтьєвим), «здатність подолати себе» (Д. О. Леонтьєв), і перш за все у складних життєвих обставинах, «здатність трансформувати проблемні ситуації в нових можливостях» (С.О.Богомаз) [18, с.11].

О. А. Чиханцова вважає, що структуру життєвості мають доповнювати особистісні параметри, такі як цілі, цінності, зміст, самооцінка, автономність, мотивація до самоактуалізації. Ця структура динамізму являє собою стійку систему позитивних якостей особистості, що розуміються як особистісний потенціал особистості, що сприяє успішній адаптації людини до навколишнього світу в пошуках психічного здоров'я [17, с. 5].

А. М. Фомінова розглядає феномен життєвості на психологічному рівні та виділяє психофізіологічні, психосоціальні та особистісні смислові аспекти прояву життєвості. На психофізіологічному рівні життєвість виражається в оптимальній реакції на стресові ситуації, здатності та готовності протистояти стресовим ситуаціям, зберігаючи внутрішню рівновагу і не знижуючи успішність діяльності [17, с. 5].

На психосоціальному рівні життєздатність призводить до соціальної адаптації, ефективної саморегуляції та самоактуалізації, а на особистісно-смысловому — до позитивного світогляду та покращення якості життя [15, с. 16]. Оскільки життєвість, як індивідуальний ресурс, є ефективним методом подолання життєвих труднощів, особистісної адаптації, раціонального пізнання та стратегій поведінки, то зв'язок життєвості з процесом адаптації очевидний [7, с.5].

Поняття стійкості може навіть бути таким же, як адаптивні риси особистості, такі як стресостійкість, емоційна стійкість і психологічна надійність. Усі ці адаптивні системи, що забезпечують задовільний рівень фізичної та розумової підготовленості, є складовими життєвої сили. Але основною функцією стійкості є здатність будувати ефективну соціальну взаємодію та знаходити найкращий шлях до розвитку та самореалізації у складних життєвих обставинах. [14, с. 21].

Л. А. Александрова також наголошує, що концепція живучості не збігається з концепцією копінг-стратегій Р. Лазаруса та С. Фолкмана. По-перше, стратегії подолання – це навички дій та алгоритми, які знайомі індивіду, тоді як життєва сила – це риса особистості, середовище виживання. По-друге, стратегії подолання можуть приймати як продуктивні, так і непродуктивні форми і навіть призводити до невдач, тоді як енергійність може ефективно справлятися зі стресом і завжди рухатися в напрямку особистісного зростання [1, с.12]. Поняття стійкості та міцності також не є синонімами.

Стійкість як динамічний процес - триваючий і позитивний процес, за допомогою якого люди активно адаптуються до неспокійних і кризових подій і ситуацій. Стійкість як особистісна риса - риса особистості, яка запобігає неприємності в житті і проявляється через такі якості, як гнучкість, спритність, винахідливість і сила характеру. [17, с. 27].

У свою чергу, С. Л. Кравчук пропонує розглядати психологічний феномен життєвості на трьох рівнях аналізу: структурі змісту, динаміці програми та функції. На змістово-структурному рівні аналізу життєвість як

комплексна характеристика особистості включає кілька психологічних компонентів: афективний, когнітивний, моральний, вольовий і поведінковий. Про процедурну динаміку - виступають як особистий штрих. На функціональному рівні аналізу життєздатність є компонентом адаптивних особистісних ресурсів, творчого потенціалу особистості, особистісної зрілості, предиктором стійкості, показником психічного здоров'я, функціональним компонентом життєвості, фактором життєвої сили. [19, с. 34].

Компоненти життєздатності розвиваються в дитинстві, а деякі розвиваються в юнацькому віці, хоча можуть розвиватися пізніше. Їх розвиток багато в чому залежить від стосунків між батьком і дитиною. Почуття цілі в житті позитивно впливає на формування життєвих переконань, формує впевненість і підтримує високі стандарти. Негативно позначається на розвитку життєвих сил: стреси в ранньому дитинстві, наприклад, важка хвороба дитини або близького родича, фінансові труднощі, розлучення; відсутність підтримки з боку близьких; відчуження від значущих дорослих [5, с. 12].

Щоб ефективно розвивати у дітей стійкість, дорослим необхідно мотивувати дітей самостійно вирішувати повсякденні проблеми, а допомагати лише у складних ситуаціях. Взірцем для наслідування повинні бути сміливі, самодостатні дорослі, які самі керують своїм життям. Важливо також створити необхідні умови для розвитку пізнання, розумових здібностей та уяви [16, с.10].

Прийняття, підтримка, любов і схвалення батьків важливі для розвитку частини участі, контрольна частина - підтримка ініціативи дитини, її бажання по можливості братися за складні завдання, частина прийняття ризику - різноманітність вражень, варіативність і неоднорідність середовища [17, с. 6].

Ми погоджуємося з М. В. Логіною, що юнацький вік найбільше сприяє формуванню динамізму та стійкої копінг-поведінки, оскільки динамізм покращує фізичне та психічне здоров'я молоді при подоланні криз та самореалізації у майбутній професійній діяльності [19, с.3]. Дослідники так описують стійких студентів: це емоційно стійкі, податливі, активні особистості з яскраво вираженою екстравертністю.

У 20 стресових і важких життєвих ситуаціях вони, як правило, орієнтувалися не на емоції, а на проблеми. Їм властиві загальна іманентність, незалежність, почуття відповідальності, вони готові до діяльності, пов'язаної з подоланням труднощів. Для такої молоді будь-яка криза – це не перешкода, а нова можливість, а ще вони мають здатність вчитися самостійно. [19, с. 12].

С. Л. Кравчук провела широкі теоретичні та емпіричні дослідження з питань життєдіяльності молоді [19, с. 20]. Вона виявила, що молоді люди з високим рівнем життєвої сили мали такі характеристики:

- вони прагнуть побудувати хороші стосунки з іншими, і для них важливі всі аспекти відносин;
- прагнуть більшою мірою розкрити свій творчий потенціал, прагнуть уникати стереотипів та урізноманітнити своє життя;
- більшою мірою самовдосконалення, переконання, що потенціал людини майже необмежений;
- більшою мірою прагнути до самостійності, враховувати найважливіше в житті, зберігати неповторність і неповторність індивідуальності;
- їм властиве прагнення до моральної самореалізації у всіх сферах життя [20, с. 16].

Також у ранньому юнцькому віці виникають проблеми з саморегуляцією через особливості соціального, особистісного та професійного розвитку в пізньому юнацькому віці. На думку І. В. Боязітова та М. М. Еркенова, життєвість як комплексна характеристика особистості — це потенціал для самовизначення, реалізації та оволодіння поведінкою, тобто потенціал особистості до успішної саморегуляції [20, с. 16].

1.2. Характеристика копінг-стратегій у спілкуванні особистості

Однією з найважливіших тем у галузі психології є поведінкові проблеми подолання стресу. Постійний вплив стресових обставин свого життя вимагає ефективних психологічних реакцій. Особливістю сучасних психологічних

досліджень є вивчення сфер і можливостей активного існування людини. Дослідники розробили безліч класифікацій стресових реакцій і описують типи поведінки в стресових ситуаціях. Аналіз наукової літератури з проблеми особистісних ресурсів подолання стресу показує, що два види особистісного розвитку, які сьогодні найбільш досліджуються, – це негативний досвід, а саме – психологічний захист (З. Фрейд, К. Юнг, Т. Яценко, Л. Петухова, О. Донченко, Л. Мошенська, В. Журбін, Л. Медведєв та ін.) та психологічне подолання - явище, яке нещодавно досліджувалося в літературі, але ще не повністю розкрито (Л. Анциферова, Ф. Василюк, Л. Виноградова, О. Лібін, Про Кокуна, Т. Ларіна, Г. Ложкін, С. Максименко, Л. Карамушка, С. Нартова-Бочавер, Т. Крюкова, Н. Кривоконь, Н. Ендлер, С. Фолкман, Н. Хаан, Р. Лазар та ін.) [20, с. 16].

Існують різні способи визначення природи явища психологічного подолання. Зокрема, розглядаються певні реакції та стратегії поведінки, спрямовані на подолання стресових ситуацій негативного переживання, з'ясування окремих особистісних якостей, що сприяють здійсненню конструктивного психологічного подолання. Переживання стресу індивідуальне для кожного, хоча воно має спільні характеристики. Основною формою зусиль для подолання труднощів є подолана поведінка. Подібним за значенням до поняття «копінг» є слово «переживання».

Ми вважаємо, що подолання цього явища є динамічним явищем, на яке впливають когнітивна, афективна та поведінкова сфери особистості. Поведінка подолання – це основна форма подолання зусиль. Ми розуміємо подолання поведінки як цілеспрямовану, свідому реакцію на стрес, яка втілена в стратегіях, які відповідають індивідуальним та конкретним обставинам.

Під поняттями «копінг-стрес» і «копінг-поведінка» розуміють різноманітні форми людської діяльності, що охоплюють усі види взаємодій суб'єктів із зовнішньо або внутрішньо запланованими завданнями та проблемами. Подолання має місце не тільки тоді, коли складність завдання перевищує звичайну реакцію, що призводить до неадекватної регуляторної

адаптації, вимагає нових ресурсів, а й коли необхідно змінити поведінку в складних життєвих ситуаціях, хронічних стресових факторах, негативних повсякденних подіях. Подолання, як правило, спрямоване на пошук шляхів зміни ставлення суб'єкта до умов навколишнього середовища або зменшення його емоційних переживань і страждань. Залежно від інтенсивності стресових подразників, їх частоти, тривалості, індивідуально-психологічних параметрів особистості формують найбільш характерний спосіб подолання стресу – копінг-стратегії. Ефективні стратегії подолання проблеми є ключовим елементом психічного здоров'я людини [14, с. 6].

Більшість дослідників копінг-стратегій класифікують їх на активні та пасивні. Проактивні стратегії включають стратегії вирішення проблем як основні стратегії подолання. Він містить усі варіанти поведінки людини, спрямованої на вирішення проблеми чи стресової ситуації, а також стратегію «шукати соціальну підтримку», спрямовану на отримання соціальної підтримки з боку оточення. Пасивна копінг-поведінка забезпечує використання варіантів поведінки, які включають базову стратегію подолання – «уникнення». У той же час необхідно враховувати, що деякі форми уникнення можуть бути позитивними, як свідчать результати деяких досліджень.

Загалом, до основних копінг-стратегій дослідники і практики включають стратегії «розв'язання проблеми», «пошук соціальної підтримки» та «уникнення» та наділяють такими характеристиками:

1. Стратегія вирішення проблеми - пов'язують її із пошуком можливих шляхів ефективного вирішення проблем.
2. Стратегія пошуку соціальної підтримки – це позитивна стратегія поведінки, яку людина використовує для ефективного вирішення проблем, звертаючись за допомогою та підтримкою до оточення – сім'ї, друзів.
3. Стратегія уникнення – це поведінкова стратегія, яку люди використовують, щоб уникнути контакту із зовнішнім світом замість необхідності розв'язувати проблему. Методи уникнення включають потурання хворобі, збільшення вживання алкоголю та наркотиків, а також варіант

активного уникнення — самогубство. Стратегії уникнення є однією з основних поведінкових стратегій, які сприяють дезадаптивній, псевдо-співуючій поведінці. Ця стратегія використовується через відсутність у людини ресурсів і навичок для активного вирішення життєвих проблем [20, с. 18].

Найбільш ефективним виявилось ситуаційне використання всіх трьох стратегій поведінки. В одних випадках людина може подолати виниклі труднощі, в інших випадках вона потребує підтримки інших, а в інших - може просто уникнути зіткнення з проблемною ситуацією, заздалегідь оцінивши негативні наслідки таких зіткнень. Вибір копінг-поведінкових стратегій залежить від індивідуальних особливостей та ситуаційних факторів. Особистісні особливості особистості можуть виступати як ресурс і фактор, що перешкоджає успішному подоланню стресових ситуацій.

Конструктивні/неконструктивні стратегії подолання можуть бути визначені ступенем, до якого обраний стиль подолання, що відповідає здатності адаптуватися та підтримувати продуктивність на бажаному рівні, оскільки часто припускають, що «процес подолання життєвих труднощів є процесом мобілізації особистості». Варто зазначити, що в неконструктивних стратегіях подолання, все ж таки на користь внутрішньому стану людини, допомагаючи їй адаптуватися до важких умов, ми можемо назвати це стратегіями втечі. Людина відкидає, здавалося б, спокусливі пропозиції, просування, почуття ніби він занадто багато за це заплатить. У здоров'ї є стратегії, які орієнтуються на емоції. Це психологічна боротьба з негативними емоційними станами і хворобливими відчуттями, коли людина не хоче помічати симптоми хвороби, намагаючись оцінити свій стан в жартівливій формі, надії на надприродну допомогу. Найменш ефективна стратегія подолання – уникати і звинувачувати себе будь-яким способом. Людина ізолюється від того, що відбувається, починає карати себе, знижуючи тим самим свою самооцінку [19, с. 6].

Таким чином, можемо зробити висновок, що допінг-поведінка буде розумітися як засіб свідомого та цілеспрямованого управління стресорами, які люди використовують для реагування на уявлені загрози. Концепція поєднує

емоційні, когнітивні та поведінкові стратегії, які люди використовують для подолання сучасних стресових факторів. Можна також припустити, що існує зв'язок між особистісними конструктами людини, які формують ставлення до життєвих труднощів, і стратегіями поведінки, які вона обирає під час стресу.

1.3. Особливості спілкування у юнацькому віці

Дослідження соціальної перцепції показали, що в юнацькому віці спостерігається підвищена зосередженість на особистісних, внутрішніх і психологічних якостях, а зовнішності, одягу та поведінки, характерних для підлітків, приділяється менше уваги. У цей момент з'являється сильне бажання на основі моделей, ідеалів передбачити інтелектуальні та вольові якості інших, атрибути їхнього характеру, життєві плани, мрії. Багато молодих людей вважають себе в цьому відношенні проникливими і схильні робити висновки про людей на основі власних вражень, атрибуцій.

Вікові зміни у сприйнятті інших однаково стосуються самосприйняття та самосвідомості. У цей час спостерігається тенденція до підкреслення власної особистості, яка відрізняється від інших. Молоді люди формують власні моделі особистості, за допомогою яких вони визначають своє ставлення до себе та інших [10, с. 12].

Відкриття «Я», його неповторного внутрішнього світу часто асоціюється з багатьма психодраматичними переживаннями. Разом із усвідомленням цінності власної особистості, унікальності, відмінності від інших приходиться самотність. Тому при збільшенні вибору спілкування зростає потреба у спілкуванні, адже не кожен може довіряти своєму внутрішньому світу. При цьому часто виникає потреба в самоті і бажання побути наодинці з собою.

Як відомо, «Я» дитини зводиться до суми її тотожності з іншими значущими дорослими людьми. У юнацькому віці змінюється формування «Я»: зосередженість одночасно на кількох значущих інших робить психологічну ситуацію невизначеною, суперечливою, а часто і внутрішньоконфліктною.

Несвідоме бажання звільнитися від дитячої чи дорослої ідентичності надихає на роздуми та відчуття унікальності. Ось чому молодість характеризується відчуттям і страхом залишитися на самоті [10, с. 12].

З іншого боку, концепція «Я» особистості юнацького віку впливає з групового образу «нас» — типового образу одностатевих однолітків. Більше того, типовий супутник існує в свідомості молодої людини як група загальних, психологічно менш диференційованих рис, ніж його власний образ «Я», тонший, більш нюансований і м'який, ніж група. В одному дослідженні юнаків і дівчат попросили описати типові психологічні якості юнаків і дівчат їхнього віку, а потім і самих себе. Виявляється, молоді люди бачать себе менш сміливими, менш товариськими і веселими, але більш добрими і здатними зрозуміти іншу людину. Свою соціальність дівчата приписують не самим собі, а більше щирості, справедливості та вірності.

Існує небагато соціальних чи психологічних аспектів поведінки молодих людей, не пов'язаних із сімейними умовами. Рівень освіти та загальна культура батьків відіграють найбільшу роль у формуванні їх особистості та моделей взаємодії з іншими. Другим за значенням і впливом є склад сім'ї і характер взаємин між її членами, багато в чому він додатково визначає сімейне становище юнаків і дівчат. Третє – це спосіб взаємин з батьками і ступінь звільнення від них.

Молодь хоче бути на рівних з дорослими і хоче бачити в них друзів і порадників, а не наставників. Оскільки ролі та форми соціального життя «дорослих» настільки інтенсивно опановуються, що їм часто виникає потреба в спілкуванні з дорослими, це час, коли можна побачити, як часто молоді чоловіки та дівчата звертаються до старших чоловіків за порадою та дружбою. За даними Т. Н. Малковської, близько 70% юнаків і дівчат хочуть бути схожими на своїх батьків [10, с. 22].

У той же час у юнацькому віці зростає бажання уникнути впливу сім'ї та втекти від залежності. Як наслідок, нездатність або небажання батьків визнати автономію своїх дітей часто призводить до конфлікту.

У юнацькому віці зростає автономність дорослих і важливість спілкування з однолітками. Загальна закономірність така: чим бідніші і складніші стосунки з дорослими, тим інтенсивніше спілкування з однолітками. «Значення» батьків і однолітків принципово відрізняється в різних сферах діяльності молоді. Їм потрібна максимальна автономність у таких сферах, як дозвілля, розваги, вільне спілкування, внутрішнє життя, орієнтація на майбутнє тощо. Отже, психологи говорять не про зменшення впливу батьків, а про якісну зміну спілкування своїй дітей [13, с. 25].

У центрі уваги цієї вікової групи є вибір майбутньої професії. У попередні віки сформувалися уявлення про багато професій. Ставлення молоді до професії ґрунтується на певному обізнанні деталей професійної діяльності, позитивному чи негативному емоційному сприйнятті всього, що пов'язано з професією: з урахуванням особистих, фізичних, розумових та матеріальних здібностей [13, с. 25].

Спілкування з однолітками вирішує ряд конкретних питань:

- є дуже важливим джерелом конкретної інформації і не може або не повинен соромитися отримувати інформацію від дорослих;
- це специфічний вид діяльності та міжособистісних стосунків (навчання станів і ролей, відпрацювання комунікативних навичок і стилів спілкування тощо);
- є специфічним типом емоційного залучення (приналежність до групи, автономія, емоційне здоров'я та стійкість).

Коли ми говоримо про суспільство однолітків, психологи мають на увазі не суспільство юнаків і дівчат одного віку, а людей однакового соціального статусу, потреб тощо – що і є молодіжною субкультурою. У цьому віці початкова дружба і любов здається довгою, хоча переважно романтичного характеру.

Отже, деталі спілкування з дорослими: посилення демократизації стосунків між поколіннями, вирішення питань автономії дорослих дітей - поведінкових (потреба і право молодої людини вирішувати питання, які

стосуються її особисто), емоційних (потреба і право мати власні прихильності), морально-ціннісна автономія (потреба і право на власну думку); вирішення батьківських питань, взаєморозуміння взаємин з батьками; неврівноваженість спілкування, коли швидка інтенсифікація спілкування настає в період зниження інтенсивності спілкування для накопичення нових проблем. Спілкування – це пошук сенсу життя, самопізнання, планування та втілення життя, міжособистісні стосунки та доступ до інформації, пов'язаної з інтересами старшокласників та зв'язками щодо кар'єри дорослих [13, с. 25].

Зміст і характер обмінів між підлітками та різними партнерами залежить від вирішення питань, пов'язаних із формуванням і реалізацією взаємин між ними як суб'єктами та у важливих сферах життя. Ціннісно-сміслова перевага спілкування проявляється у домінуючих темах розмови старшокласників: обговорення особистих справ (своїх і партнерів), стосунків, свого минулого, планів на майбутнє, стосунків між хлопцями та дівчатами, стосунків із ровесниками, вчителі, батьки, фізичний і розумовий розвиток.

Спілкування юнаків і дівчат з дорослими та батьками передбачає все більшу демократизацію відносин між поколіннями, вирішення питань дитячої автономії та батьківського авторитету, а також питань взаєморозуміння між ними. Відносини з дорослими складні, але факт залишається фактом, що для молоді все ще домінує батьківський вплив на багато важливих питань. Спілкування з дорослими включає в себе такі питання, як пошук сенсу життя, самопізнання, планування та реалізація життя, міжособистісні стосунки, отримання інформації, пов'язаної з інтересами старшокласників, а також професійна приналежність дорослих.

Висновок до розділу 1

У першому розділі ми розкрили поняття «життєстійкості» та умови її формування, охарактеризували копінг-стратегії у спілкуванні особистості, розкрили особливості спілкування у юнацькому віці.

Вибір життєвого шляху – це свідоме рішення, що визначає первинну стратегію життя людини, довільну поведінку, що формує напрямок подальшого розвитку особистості на певному етапі її життя.

Особливу увагу слід звернути на особливості у юнацькому віці, які свідомо обирають свій життєвий шлях. Це час відповідального життєвого самовизначення та позитивного усвідомлення власного життєвого шляху. Визначальною характеристикою самовизначення підлітків є їх спрямованість на майбутнє, а основне новоутворення юнацького віку можна розглядати як формування життєвих перспектив.

У юнацькому віці три основні сфери життя людини закладають основу для самовизначення: визначення свого життєвого статусу, професійне самовизначення та вибір шлюбного партнера. Особливе поєднання зовнішніх соціальних і внутрішніх психологічних умов молоді спонукає людину до прийняття стратегічних життєвих рішень, життєвого вибору та позитивного самопізнання у власному життєвому просторі.

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ЗВ'ЯЗКУ ЖИТТЕСТІЙКОСТІ З ДОМІНУЮЧИМИ СТРАТЕГІЯМИ ЗАХИСТУ У СПІЛКУВАННІ У ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ

2.1. Організація та проведення емпіричного дослідження

Метою емпіричного дослідження є встановлення кореляційного зв'язку між життєстійкістю та домінуючими стратегіями захисту у юнацькому віці.

Нашу вибірку склали віком від 15 до 17 років, з міста Бердичева, Житомирської області кількістю 50 осіб.

Для дослідження життєстійкості та домінуючими стратегіями захисту нами були обрані такі психодіагностичні методики:

1. Методика життєстійкості С. Мадді (адаптація Д. О. Леонтєва);
2. Методика на визначення потреби у спілкуванні (Л. Орловим);
3. Методика «Індикатор копінг-стратегій» Д. Амірхана;
4. Методика «Домінуючих стратегій захисту у спілкуванні» (О. Бойко).

Теоретичний аналіз особливостей свідомого вибору копінг-стратегій в юнацькому віці свідчить про те, що вибір індивідом оптимальних життєвих рішень залежить від суб'єктивності та прогностичної сили такого вибору.

Методика життєздатності С. Мадді (за адаптацією дослідження Д. О. Леонтєва): цей тест допомагає визначити тяжкість загального життєвого тону і її компоненти (участь, контроль та прийняття ризику). Респондентам було запропоновано прочитати 45 тверджень і вибрати найкращу відповідь («Ні», «Імовірноше ні, ніж так», «Імовірноше так, ніж ні», «Так»), що найкраще відображають їхні погляди на себе.

Для підрахунку балів відповідям, що набираються прямого бала, присвоюється оцінка від 0 до 3 ("Ні" - 0 балів, "Імовірноше ні, ніж так" - 1 бал,

"Ймовірніше так, ніж ні" - 2 бали, "Так" - 3 бали), поставте протилежну точку відповіді.

Бали від 3 до 0 (де «Ні» – 3 бали, «Так» – 0 балів). У тестовій клавiші відображаються прямі та зворотні точки для кожного масштабу. Додайте бали для окремих підшкал прямих і зворотних балів і обчисліть загальний бал життєстійкості, доцільність була визначена шляхом підсумовування даних за трьома підшкалами [15, с. 27].

До тесту додають середнє і стандартне відхилення загальних показників і субшкал, а отримані результати порівнюють з нормативними показниками. Загальний бал 0-61 свiдчить про низький рівень життєздатності, 62-99 балів - про середню, 100-135 балів - про високу живучість. «Показник замученості»: 0-29 балів вказують на низький рівень експресії компонентів, 30-46 балів вказують на помірний рівень, а 47-54 бали вказують на високий рівень. «Контрольний» показник: 0-20 балів – низький рівень вираженості компонентів, 21-38 балів – помірний, 39-51 бал – високий. Індекс прийняття ризику: 0-8 балів - низький рівень експресії компонентів, 9-18 балів - середній, 19-30 балів - високий.

Методика на визначення потреби у спілкуванні (Л.Орловим).

Визначемо такі положення, які враховували при розробці цієї методики:

1. Потреба в спілкуванні є однією з головних соціальних потреб людини. Вона виникає в процесі набуття досвіду у стосунках. По-перше, вона базується на потребі в емоційному контакті, по-друге, на соціальному пошуку контактів і відповідних навичках отримання задоволення.

2. Потреба в спілкуванні виявляється бажанням індивіда належати до групи, бути членом групи, взаємодіяти, брати участь у спільній діяльності, бути разом, надавати й отримувати допомогу.

3. Потреба в спілкуванні призводить до відмови від егоїстичних установок з метою встановлення (або відновлення) консенсусних і дружніх стосунків між учасниками групи.

4. Потреба в спілкуванні виражається також у бажанні брати участь у спільній діяльності (організація спільних розваг, вечірок, конференцій тощо). Здається, людина намагається зменшити відстань між собою та рештою групи. Таким чином, потреба в спілкуванні стимулює, підтримує і спрямовує діяльність людини на спілкування з іншими. Тому метою цієї діяльності є спілкування [15, с. 27].

5. Потреба в спілкуванні проявляється по-різному:

- в емоційних проявах таких тверджень як «мені подобається», «я люблю», «я відчуваю», «мене зачіпає» та інші;
- у самооцінці - «я - товариська людина», «я вважаю себе ...» та інші;
- в оцінках інших людей та особливостей їхнього характеру;
- в шляхах задоволення конкретної потреби.

Оскільки всі ці прояви люди можуть зрозуміти і описати, для вивчення потреби в спілкуванні можна створити спеціальний тестовий опитувальник. У своїй розробці керуються теоретичними дослідженнями, використовуючи методи ТАТ, соціометричні методи дослідження, методи експертної оцінки.

В опитувальник увійшло 33 затвердження, корелюють з ознаками двох полярних груп (+ і -).

Методика «Індикатор копінг-стратегій» Д.Амірхана розроблена Д. Амірхановим для діагностики первинних копінг-стратегій особистості на основі факторного аналізу різних реакцій Копінг-відповідей на стрес. Він виділив 3 групи стратегій подолання: вирішення проблем, соціальна підтримка та уникнення. «Індикатори стратегії копінгу» можна вважати одним із найуспішніших інструментів вивчення основних стратегій поведінки людини [15, с. 29].

Ідея цього опитувальника полягає в тому, що всі поведінкові стратегії, які формуються у людини в процесі життя, можна поділити на три великі групи: стратегія вирішення проблем, стратегія пошуку соціальної підтримки, стратегія уникнення.

Стратегія вирішення проблем - це активна поведінкова стратегія, при якій людина намагається використовувати всі наявні у нього особистісні ресурси для пошуку можливих способів ефективного вирішення проблеми.

Стратегія пошуку соціальної підтримки - це активна поведінкова стратегія, при якій людина для ефективного вирішення проблеми звертається по допомогу й підтримку до навколишнього його середовищі: сім'ї, друзям, значущим іншим.

Стратегія уникнення - це поведінкова стратегія, при якій людина намагається уникнути контакту з навколишнім його дійсністю, піти від вирішення проблем [15, с. 29].

Найефективнішим є використання всіх трьох стратегій поведінки залежно від ситуації. В одних випадках людина може впоратися з труднощами, в інших потребує підтримки оточуючих, по-третє, вона може просто уникнути зіткнення з проблемною ситуацією, завчасно подумавши про її негативні наслідки. Необхідно порівняти відповідь на тему з ключем.

Для отримання загального балу за відповідною копінг-стратегією підраховується сума балів за всіма 11 пунктами, що відносяться до цієї стратегії. Мінімальна оцінка по кожній шкалою - 11 балів, максимальна - 33 бали. Шкали методики: шкала «дозвіл проблем»; шкала «пошук соціальної підтримки» та шкала «уникнення проблем».

Інструкція: анкета надає кілька можливих шляхів подолання проблем і неприємностей. Прочитавши твердження, ви зможете визначити, які запропоновані варіанти ви зазвичай використовуєте. Постарайтеся згадати серйозну проблему, яка була у вас за останній рік, яка дуже хвилювала вас. Опишіть проблему кількома реченнями. Тепер, прочитавши наступні твердження, виберіть одну з трьох найбільш прийнятних відповідей до кожного твердження: 1. Я повністю згоден. 2. Згоден. 3. Не згоден.

Методика «Домінуючих стратегій захисту у спілкуванні» (О.Бойко): дана методика дозволяє визначити домінуючу стратегію психологічного захисту в спілкуванні (миролюбну, уникнення чи агресію). Надаються для

проведення опитування 24 твердження із трьома варіантами відповідей. Відповідаючи на запитання необхідно вибрати відповідь, яка найбільше вам підходить [15, с. 29].

Щодо обробки та інтерпретація результатів для визначення притаманної вам стратегії психологічного захисту в спілкуванні з партнерами треба полічити суму відповідей кожного типу; «а» — миролюбство, «б» — уникнення, «в» — агресія. Чим більше представлено відповідей того чи іншого типу, тим чіткіше виражена відповідна стратегія; якщо їх приблизно однакова кількість, ви активно захищаєте свою суб'єктивну реальність по-різному, контактуючи з партнером.

2.2. Аналіз та інтерпретація результатів проведення дослідження

Аналіз отриманих результатів за методикою життєстійкості С.Мадді (адаптація Д. О. Леонтьєва) засвідчив, що високий рівень життєстійкості характерний лише для 12% респондентів, наведено на рис.2.1 Висока життєстійкість проявляється у респондентів товариськістю, відкритістю зовнішньому світу, розкутістю в проявах почуттів, самобутністю, умінням прийняти себе та відчуттям, що життя наповнене змістом і має мету.

У 74% досліджуваних переважає середній рівень життєстійкості. Це респонденти, які зазвичай отримують задоволення від усього, що роблять, знаходять те, що їх цікаво, навіть у рутинній роботі. Чим вище рівень життєстійкості, тим більше він сприяє оцінці подій як менш травмуючих і успішності життєвих труднощів.

Респонденти з низьким рівнем життєстійкості складають 14% від вибірки. Така молодь зазвичай вирізняються низькою товариськістю та високою тривожністю, вони живуть сьогоднішнім або вчорашнім днем, часто відчують незадоволеність своїм життям та не вірять у свої сили контролювати події власного життя. Рівень вираженості життєстійкості наведено на рис.2.1.

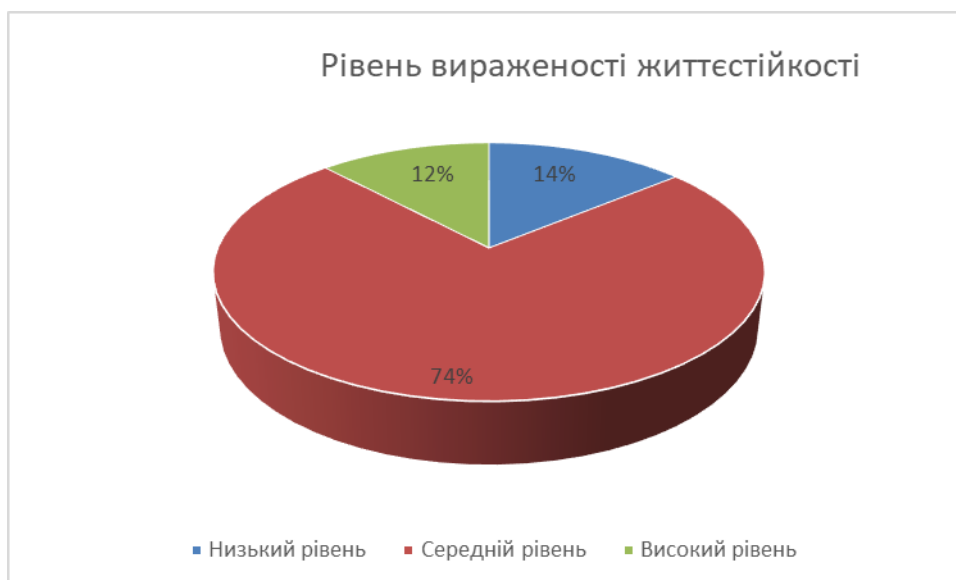


Рис.2.1. Рівень вираженості життєстійкості

Результати кількісного розподілу одержаних даних за окремими шкалами ми наводимо у таблиці 2.2.1.

Таблиця 2.2.1

Кількісні показники вираженості життєстійкості осіб юнацького віку за шкалами

Рівень вираженості життєстійкості за шкалами		Особи юнацького віку (50 осіб)	
		Кількість	%
Шкала залученості	Високий	4	8
	Середній	35	70
	Низький	11	22
Шкала контролю	Високий	6	12
	Середній	39	78
	Низький	5	10
Шкала прийняття ризику	Високий	29	58
	Середній	16	32
	Низький	5	10

Участь є важливою ознакою ставлення до себе, це дає респондентам можливість відчутти себе значущими та повними, для повноцінної участі у вирішенні життєвих завдань.

Згідно з отриманими даними (табл. 2.1) для дослідження більше виражений середній рівень (70%) ознак, що беруть участь. Такі молоді люди часто обов'язково беруть участь у тому, що відбувається, їхнє життя дає їм можливість знайти речі, які є особисто цінними та цікавими.

Отримують респонденти з високою зацікавленістю (8%) насолоду своєю діяльністю, вони завжди зайняті, їм це подобається, вони люблять працювати і намагаються все це реалізувати.

Натомість, 22% мали нижче залучення, у осіб юнацького віку виникає відчуття позбавлення, відчуття відірваності від життя. Такі молоді люди пасивні і відчувають, що їхня діяльність марна, тому їм бракує сили закінчити розпочату справу, їм важко наблизитися до нової мети.

Домінуючий рієнь контролю - середній (78%). Люди з добре розвиненим компонентом контролю в стресових ситуаціях, вони постійно намагаються знайти нові шляхи вирішення проблем, відчувати, що вони самі обирають свою діяльність і спосіб життя. 12% респондентів мають високий ступінь контролю, дозволяє їм максимально контролювати ситуацію, поставити важкодосяжні цілі та прагнення їх досягти. Почуття безпорадності, характерне для молодих людей з низьким рівнем контролю (10%) [17, с. 19].

Більшість респондентів (58%) отримали високий рівень вираження експресії. Сюрпризи зазвичай не лякають цих молодих людей, їх цікавить життя, і вони готові втілювати навіть найсміливіші ідеї. Середній рівень прийняття ризику становить 32% респондентів. Характеристика молодих людей, які у більшості ситуацій впевнені та оптимістичні, вони активно отримують знання з досвіду, незалежно від того позитивний він чи негативний. Суб'єкти з низьким ризиком сприйнятливості становлять - (10%).

Аналіз отриманих результатів за методикою на визначення потреби у спілкуванні (Л.Орловим) показав, що у дослідженні брали участь 50 осіб

юнацького віку, в опитувальник ввійшло 33 затвердження, що корелюють з ознаками двох полярних груп (+ і -). Результати даного дослідження наведено у таблиці 2.2.2.

Таблиця 2.2.2

Результати діагностики рівня комунікативних здібностей

Рівні	Респонденти		
	(%)	(%)	(%)
низький	10		
середній		70	
високий			20

Аналізуючи, отримані результати ми можемо зробити висновок, що 70% досліджуваних має середній рівень комунікативних здібностей, це означає те, що такі респонденти вміють адаптуватися в новому оточенні, почувати себе впевнено, не боятись проблем у спілкуванні, достатньо легко вступати в спілкування з новими людьми. Отже, чим впевненіше себе відчувають особи юнацького віку, тим більші шанси у нього на досягнення успіху у колективі. З даної вибірки 20% респондентів показали високі результати по комунікативних здібностях, що означає про активність у спілкуванні, наявність великої кількості друзів, активність у формальному спілкуванні, оскільки таке дослідження показало, що такі особистості не пропускають ні одної суперечки чи дискусії, з задоволенням знайомляться з різними людьми та часто перебувають в центрі уваги, не відмовляють в проханнях, але не завжди їх виконують [17, с. 19]. За результатами дослідження 10% - особи юнацького віку, в яких слабо розвинуті комунікативні здібності. Вони є невпевненими, замкнутими, сором'язливими, що відображається на всіх рівнях спілкування.

Аналіз отриманих результатів за методикою «Індикатор копінг-стратегій» Д.Амірхана показали такий розподіл, дані наведено на рис. 2.2.

Середні значення копінг-стратегій загалом за вибіркою знаходяться на низькому рівні напруженості, що говорить про адаптивний варіант копінгів.

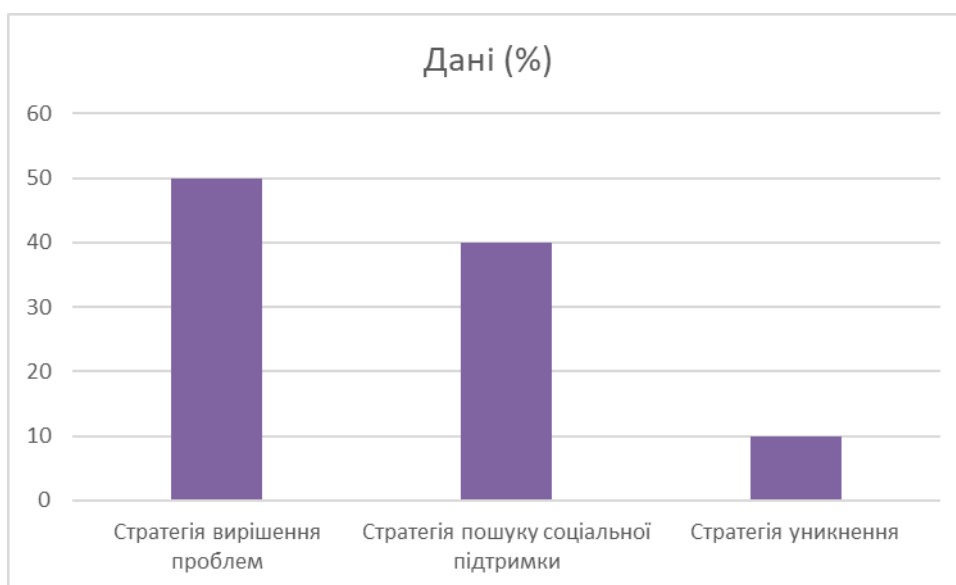


Рис.2.2. Дані розподілу значень копінг-стратегій

Таким чином, у нашій вибірці домінує копінг-стратегія «вирішення проблем» (50% осіб юнацького віку) - активна поведінкова стратегія, при якій людина намагається використовувати всі особисті ресурси, що є у неї, для пошуку можливих способів ефективного вирішення проблеми, це характеризує респондентів як доволі стійких до життєвих перешкод.

40% респондентів мають стратегію пошуку соціальної підтримки домінуючою, що означає про періодичне уникнення вирішення проблем шляхом допомоги близького оточення. Особистості з даною стратегією вирішення проблем схильні перекладати свої проблеми на когось іншого, уникаючи відповідальності.

Стратегія уникнення є домінуючою лише у 10% осіб юнацького віку. Це пасивна поведінкова стратегія, за якої людина уникає прямих конфліктів нівелюючи від вирішення проблеми. Варто зауважити що уникнення конфлікту чи суперечки не є її вирішенням.

Аналіз методики «Домінуючих стратегій захисту у спілкуванні» (О.Бойко) показав, що 15 осіб юнацького віку надали найбільше відповідь типу

«а» (миролюбство), 30 осіб – відповідь «б» (уникнення) та 5 осіб – відповідь «в» (агресія). Наведемо ознаки даних показників:

Ми́ролюбство — психологічна стратегія захисту суб'єктивної реальності особистості, в якій провідну роль відіграють інтелект і характер.

Ми́ролюбство у 10% респондентів характеризується як партнерство та співробітництво, вміння йти на компроміси, поступатися та бути піддатливим, готовність жертвувати декотрими своїми інтересами задля головного — збереження гідності. У деяких випадках це означає пристосування, прагнення поступатися настійності партнера, не загострювати стосунків і не вступати в конфлікти, щоб не випробувати своє «Я» [18, с. 9].

Ми́ролюбство як м'яка форма стійкості своїх рішень, упереджень та думок, яка в одночас допомагає поважає думку та позицію співрозмовника.

Уникнення, як психологічна стратегія захисту суб'єктивної реальності, що базується на економії інтелектуальних або емоційних ресурсів, виявлена у 60% нашої вибірки. Дана стратегія характеризується тим що індивід звично без бою уникає чи залишає зони конфліктів та напружень, коли його «Я» підпадає під «атаки». При цьому він відкрито не витрачає енергію емоцій і мінімально напружує інтелект. Уникнення має психогенний характер, якщо воно обумовлено природними особливостями. У індивіда може бути слабка уроджена енергія: бідні, ригідні емоції, посередній розум, в'ялий темперамент [18, с. 10].

Агресія — стратегія психологічного захисту суб'єктивної реальності особистості, яка діє на основі інстинкту, що присутня у 30% респондентів. Особистості з таким типом стратегії характеризуються неприйняттям чужої думки та бурхливою реакцією на незгоду з їхньою позицією. Особистість і інстинкти агресії, виявляється, дуже сумісні об'єкти, а інтелект виступає в ролі «передавачів» — з його допомогою агресія викачується, нагнітається.

Результати проведеного аналізу за методикою «Домінуючих стратегій захисту у спілкуванні» (О.Бойко) наведено на рис.2.3.

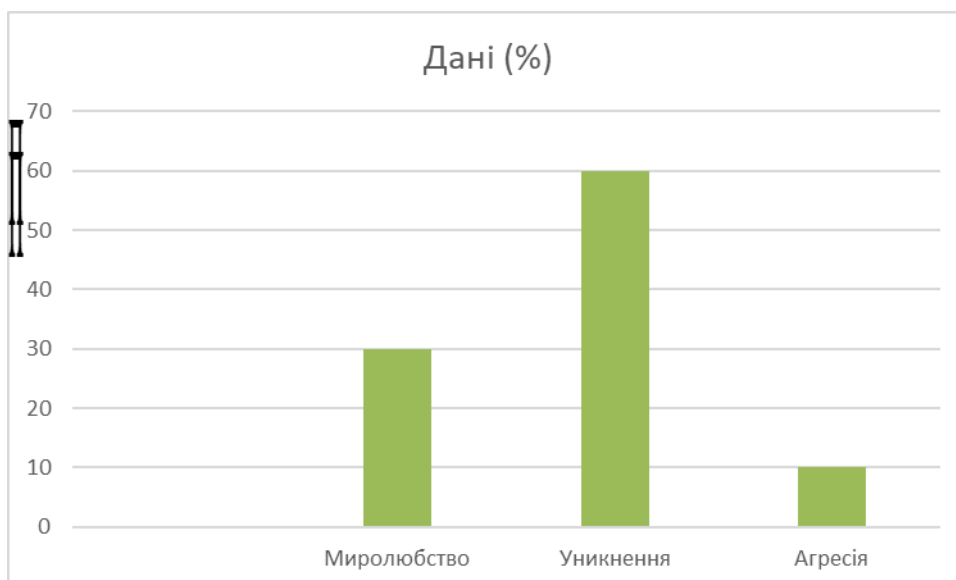


Рис. 2.3. Результати проведеного аналізу за методикою «Домінуючих стратегій захисту у спілкуванні» (О.Бойко).

2.3. Застосування методів математичної статистики

Для опрацювання матеріалу для психолого-педагогічних досліджень з метою вилучення з отриманих кількісних даних якомога більше корисної інформації використовуються статистичні методи.

Математична статистика – це величезна і складна система знань. Неможливо очікувати, що кожен педагог чи психолог повністю опанує ці знання.

Дуже важливим у статистиці є поняття сукупності.

Кореляційний аналіз — це статистичне вивчення (випадкового) зв'язку (кореляційного зв'язку) між випадковими величинами. У найпростішому випадку зазвичай досліджуються дві вибірки (набори даних) - їх багатовимірні комплекси (групи).

Мета кореляційного аналізу полягає в тому, щоб визначити, чи має одна змінна суттєву залежність від іншої.

Основні завдання кореляційного аналізу:

- оцінка коефіцієнта кореляції на основі вибіркового даних;

- перевірте значущість вибірових коефіцієнтів кореляції або коефіцієнтів кореляції;
- оцініть близькість виявлених зв'язків до лінійних;
- побудова довірчих інтервалів для коефіцієнтів кореляції.

Визначивши нормальний тип розподілу даних за допомогою одновибірного критерію Колмогорова-Смірнова, ми використали у дослідженні коефіцієнт кореляції Пірсона. Результати кореляційного дослідження представлені у таблиці 2.3.1. Ми можемо бачити, що між досліджуваними явищами були виявлені, як прямі зв'язки, так і обернені з високою значимістю. При оберненому зв'язку одне явище підсилюється за рахунок послаблення іншого, а при прямому підсилення одного явища викликає підсилення іншого і навпаки. Таким чином, прямі зв'язки були виявлені між:

- життєстійкістю та потребою в спілкуванні (середньої сили зв'язок);
- залученістю та потребою в спілкуванні (сильний зв'язок);
- залученістю та стратегією вирішення проблеми (середньої сили зв'язок);
- контролем та потребою в спілкуванні (слабкий зв'язок);
- контролем та миролюбством (середньої сили зв'язок);
- прийняттям ризику та потребою в спілкуванні (слабкий зв'язок);
- прийняттям ризику та стратегією вирішення проблеми (середньої сили зв'язок).

Обернені зв'язки були виявлені між наступними явищами:

- життєстійкість та стратегія уникнення (середньої сили зв'язок);
- життєстійкість та агресія (середньої сили зв'язок);
- залученість та стратегія уникнення (сильний зв'язок);
- залученість та агресія (середньої сили зв'язок);
- залученість та уникнення (середньої сили зв'язок);
- контроль та стратегія уникнення (середньої сили зв'язок);
- контроль та агресія (сильний зв'язок);
- прийняття ризику та стратегія уникнення (середньої сили зв'язок);
- прийняття ризику та стратегія соціальної підтримки (слабкий зв'язок);

- прийняття ризику та агресія (слабкий зв'язок);
- прийняття ризику та миролюбство (слабкий зв'язок);
- прийняттям ризику та уникненням (сильний зв'язок).

Таблиця 2.3.1.

Результати виявлення кореляційних зв'язків за допомогою
коефіцієнта кореляції Пірсона

	Життєстійкість	Залученість	Контроль	Прийняття ризику
Потреба спілкування	,433** ,003	,726** ,001	,248* ,048	,354* ,049
Ст. Уникнення	-,647** ,004	-,839* ,043	-,624** ,001	-,522** ,001
Ст. Соціал. Підтримки	,495 ,072	,427 ,136	,278 ,179	-,259** ,004
Ст. Виріш. Проблеми	,146 ,084	,582* ,031	,586 ,064	,697** ,000
Агресія	-,621** ,046	-,545** ,003	-,835** ,001	-,357** ,001
Миролюбство	,355 ,093	,521 ,127	,462* ,021	-,351* ,023
Уникнення	-,295 ,142	-,477** ,000	-,271 ,243	-,731* ,047

Оскільки метою нашої роботи є проведення кореляційного аналізу та встановлення зв'язку між життєстійкістю та домінуючими стратегіями захисту, надамо пояснення встановленим значими зв'язкам.

Так встановлений обернений зв'язок між життєстійкістю і агресією. Це свідчить про те, що респондентам з високим проявом життєстійкості не притаманна стратегія агресії. Також ця стратегія не притаманна респондентам з високим проявом залученості та контролю, прийняттям ризику.

Для респондентів з високим проявом життєстійкості, залученості, прийняттям ризику не характерна стратегія захисту - уникнення. Навпаки для моделі поведінки респондентів характерні відкритість, активність.

Для респондентів з високим проявом контролю характерна стратегія миролюбства при спілкуванні.

Отже, мету нашого емпіричного дослідження досягнуто. Встановлено як прямий так і зворотній кореляційний зв'язок між життєстійкістю та домінуючими стратегіями спілкування. Враховуючи, що респондентами нашого дослідження є особи юнацького віку, які прагнуть особистісної та подальшої професійної реалізації, то прояви життєстійкості та домінуючих стратегій спілкування є важливими для них.

2.4. Рекомендації щодо використання конструктивних копінг-стратегій у спілкуванні у юнацькому віці

Теоретичний аналіз феномену наукового дослідження життєстійкості підводить нас до висновку, що високий рівень життєвої сили оптимізує процес свідомого вибору життєвого шляху. Це пояснюється тим, що життєва сила дозволяє людям підтримувати оптимальний психологічний комфорт, відчувати себе в безпеці, захищеності та стабільності під час встановлення життєвих цілей; зберігати власне психічне здоров'я, впевненість у собі та довіру до інших під час виконання [22, с. 10].

Надамо такі рекомендації щодо використання конструктивних копінг-стратегій у спілкуванні у юнацькому віці:

- необхідно використовувати методи і методики з різних напрямків практичної психології на індивідуальних і групових заняттях;
- особам юнацького віку необхідно ефективно спілкуватися, тобто усвідомити навички слухати і чітко висловлювати свої думки, відкрито виражати свої почуття, співчувати та розуміти почуття; потреби і проблеми інших людей;
- оволодіти невербальними засобами комунікації: жестами, мімікою, інтонацією тощо. Вміти розрізняти і розв'язувати конфлікти поглядів на основі толерантності та за допомогою конструктивних переговорів;

- засвоїти навички поведінки в умовах тиску, погроз, дискримінації, вміти відстоювати свою позицію та відмовлятися від небажаних пропозицій.
- реально оцінюють свої здібності й можливості, а також адекватно сприймати оцінки інших людей, тренувати волю, наполегливість, працьовитість. Враховуючи аналіз певних можливостей та обставин визначати пріоритети.

Отже, можемо зробити висновок, що використання конструктивних поведінкових стратегій подолання ситуації збільшує позитивний потенціал особистості, сприяє почуттю компетентності, власної гідності, впевненості в собі, самоефективності, особистого та соціального успіху та має велике значення для сучасної психологічної науки та практики.

Також респондентам були запропоновані тренінги. Мета - розглянути та застосувати дієві техніки підвищення життєстійкості в умовах стресу.

1.Техніка реконструкції ситуації. В уяві відтворюються задані тренером стресові ситуації. Під час такої реконструкції людина краще розуміє джерела стресових ситуацій, обирає конструктивні стилі спілкування.

2.Техніка фокусування. Пошук емоційних реакцій, що погано усвідомлюються та заважають прийняти рішення через звернення до внутрішнього сенсу (системи цінностей)

Висновок до розділу 2

У другому розділі ми описали організацію та проаналізували результати емпіричного дослідження особливостей життєстійкості осіб юнацького віку. До участі у дослідженні було залучено осіб юнацького віку загальною кількістю 50 осіб.

Аналіз отриманих результатів за методикою життєстійкості С.Мадді (адаптація Д. О. Леонтьєва) засвідчив, що високий рівень життєстійкості характерний лише для 12% студентів, у 74% досліджуваних переважає середній

рівень життєстійкості, респонденти з низьким рівнем життєстійкості складають 14% від вибірки.

Аналіз отриманих результатів за методикою на визначення потреби у спілкуванні (Л.Орловим) показав, що 70% досліджуваних має середній рівень комунікативних здібностей; 20% підлітків показали високі результати по комунікативних здібностях, а 10% - показали результати із слабо розвинутими комунікативними здібностями.

Аналіз отриманих результатів за методикою «Індикатор копінг-стратегій» Д.Амірхана показали такий розподіл: 50%- стратегія вирішення проблем, 40% - стратегія пошуку соціальної підтримки, 10 % - стратегія уникнення.

Аналіз методики «Домінуючих стратегій захисту у спілкуванні» (О.Бойко) показав, що 15 осіб юнацького віку надали стратегії - миролюбство, 30 осіб –уникнення та 5 осіб –агресія.

У результаті кореляційного аналізу були виявлені зв'язки як обернені, так і прямі, переважно середньої сили між життєстійкістю, її компонентами та домінуючими стратегіями захисту у спілкуванні.

Оскільки метою нашої роботи є проведення кореляційного аналізу та встановлення зв'язку між життєстійкістю та домінуючими стратегіями захисту, надамо пояснення встановленим значимим зв'язкам.

Так встановлений обернений зв'язок між життєстійкістю і агресією. Це свідчить про те, що респондентам з високим проявом життєстійкості не притаманна стратегія агресії. Також ця стратегія не притаманна респондентам з високим проявом залученості та контролю, прийняттям ризику.

Для респондентів з високим проявом життєстійкості, залученості, прийняттям ризику не характерна стратегія захисту - уникнення. Навпаки для моделі поведінки респондентів характерні відкритість, активність.

Для респондентів з високим проявом контролю характерна стратегія миролюбства при спілкуванні.

Отже, мету нашого емпіричного дослідження досягнуто. Встановлено як прямий так і зворотній кореляційний зв'язок між життєстійкістю та

домінуючими стратегіями спілкування. Враховуючи, що респондентами нашого дослідження є особи юнацького віку, які прагнуть особистісної та подальшої професійної реалізація, то прояви життєстійкості та домінуючих стратегій спілкування є важливими для них.

ВИСНОВКИ

Життестійкість – це система переконань про себе, світ і відносини зі світом, що складається з трьох відносно автономних компонентів: участі, контролю та прийняття ризику. Стійкість, з одного боку, впливає на оцінку ситуації: вона сприймається як менш травматична через готовність діяти і впевненість у здатності вплинути на ситуацію, з іншого боку – допомагає активно подолати, породжуючи нові конструктивні здібності утруднення поведінка.

Також у юнацькому віці виникають проблеми з саморегуляцією через особливості соціального, особистісного та професійного розвитку в юнацькому віці. Стійкість — це комплексна характеристика особистості, потенціал до самовизначення, реалізації та оволодіння поведінкою, тобто потенціал особистості до успішної саморегуляції.

Співвідношення стійкості та свідомого життєвого шляху, обраного юнацьким віком, полягає в тому, що стійкість оптимізує ефективність самопрогнозування, структури та планування на майбутнє, визначаючи відповідні життєві цілі в складних життєвих умовах. Сталість також відіграє важливу роль у формуванні майбутнього: вона визначає майбутню готовність, надихає відкритість до нового досвіду, пропонує особисту перспективу та екологічність.

В результаті проведеного емпіричного дослідження, показано, що більшість досліджуваних осіб юнацького віку мають високий рівень здатності до здійснення авторського життєвого вибору, середній рівень здатності до прогнозування, також у деяких з них активно виявляється осмисленість та сформованість життестійкості.

У результаті кореляційного аналізу були виявлені зв'язки, як обернені, так і прямі, переважно середньої сили між життєстійкістю, її компонентами та домінуючими стратегіями захисту у спілкуванні.

На основі теоретичного аналізу та емпіричного дослідження надано рекомендації щодо використання конструктивних копінг-стратегій у спілкуванні у юнацькому віці.

Оскільки метою нашої роботи є проведення кореляційного аналізу та встановлення зв'язку між життєстійкістю та домінуючими стратегіями захисту, надамо пояснення встановленим значимим зв'язкам.

Так встановлений обернений зв'язок між життєстійкістю і агресією. Це свідчить про те, що респондентам з високим проявом життєстійкості не притаманна стратегія агресії. Також ця стратегія не притаманна респондентам з високим проявом залученості та контролю, прийняттям ризику.

Для респондентів з високим проявом життєстійкості, залученості, прийняттям ризику не характерна стратегія захисту - уникнення. Навпаки для моделі поведінки респондентів характерні відкритість, активність.

Для респондентів з високим проявом контролю характерна стратегія миролюбства при спілкуванні.

Отже, мету нашого емпіричного дослідження досягнуто. Встановлено як прямий так і зворотній кореляційний зв'язок між життєстійкістю та домінуючими стратегіями спілкування. Враховуючи, що респондентами нашого дослідження є особи юнацького віку, які прагнуть особистісної та подальшої професійної реалізація, то прояви життєстійкості та домінуючих стратегій спілкування є важливими для них.

Здійснене емпіричне дослідження не вичерпує всіх аспектів зазначеної проблеми. Перспективним, на нашу думку, є вивчення гендерних аспектів цієї проблеми.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Бацилєва О. В., Пузь І. В., Єрмішев О. В. Життєстійкість як внутрішній ресурс особистості та шляхи її підвищення під час професійного становлення // Науковий журнал «Габітус». – Причорноморський науково-дослідний інститут економіки та інновацій, 2021. – Вип. 22 – С. 52-56
2. Бондарєва Т. С. Життєстійкість особистості в контексті способів долаття складних життєвих ситуацій / Т. С. Бондарєва // Актуальні проблеми психології – Т. III : Консультативна психологія і психотерапія. – 2018. – Вип. 14 – С. 233-254.
3. Бутузова Л. П. Життєстійкість особистості у площині її психологічної безпеки / Л. П. Бутузова// Fundamental and applied researches in practice of leading scientific schools. Issue: 6(12) – co-publ.: Publishing office: Accent graphics communications – Hamilton, ON, 2016. – P. 186-202.
4. Основи психології: Підручник для студентів вищих закладів освіти / За заг. ред. О.В. Киричука, В.А. Роменця. – К.: Либідь, 2017. – 623 с.
5. Вернік О. Л. Проблематика “життєвого шляху” у психологічному дослідженні / Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. – Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2017. – Том VII. Екологічна психологія. – Вип. 44. – С. 30-50.
6. Гавриловська К. П., Дем’янчук Ю. Ю. Формування життєстійкості особистості: арт-коучинговий підхід // Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. – Київ-Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2019. – Том VI: Психологія обдарованості. – Вип.16. – С. 83-90.

7. Гладкевич М. І. Психологічні умови формування життєвих планів у юнацькому віці. – дис. канд. психол. наук – Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова – Київ, 2019. – 277 с.
8. Гріньова О. М. Психологічні особливості авторського життєвого вибору в юнацькому віці / О. М. Гріньова // Вісник Одеського національного університету. Серія : Психологія. – 2018. – Т. 23, Вип. 1. – С. 43-51.
9. Гріньова О. М. Психологія проектування життєвого шляху особистістю юнацького віку [Текст] : автореф. дис. д-ра психол. наук : 19.00.07 / Гріньова Ольга Михайлівна ; Нац. пед. ун-т ім. М. П. Драгоманова. – Київ, 2018. – 44 с. : рис., табл.
10. Гріньова О. М. Теоретичні засади дослідження життєвого шляху особистості / О. М. Гріньова // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія : Психологічні науки. – 2018. – Вип. 121. – С. 86-89.
11. Гуляс І. А. Життєвий вибір як творче самоздійснення особистості / І. А. Гуляс // Проблеми сучасної психології : зб. наук. пр. Кам'янець-Поділ. нац. ун-ту ім. І. Огієнка, Ін-ту психології ім. Г. С. Костюка НАПН 58 України / за ред. С. Д. Максименка, Л. А. Онуфрієвої. – Кам'янець-Подільський : Аксіома, 2019. – Вип. 16. – С. 213-222.
12. Дуб В. Г. Життєстійкість як умова самоздійснення студента мігранта / В. Г. Дуб // Проблеми гуманітарних наук. Серія : Психологія. – 2017. – Вип. 41. – С. 59–69.
13. Кабиш-Рибалка А. В. Психологічні фактори вибору стратегій проектування життєвого шляху особистості / А. В. Кабиш-Рибалка // Освіта та розвиток обдарованої особистості – 2019. – Вип. 2. – С. 45-49.
14. Корчікова І. В. Особистісна автономія як чинник визначення життєвої перспективи в юнацькому віці : автореф. дис. канд. психол. наук : 19.00.07 / І. В. Корчікова ; наук. керівник В. А. Чернобровкіна ; М-во освіти і науки України, Нац пед. ун-т ім. М. П. Драгоманова. – Київ, 2018. – 21 с.

15. Кравчук С. Л. Особливості життєстійкості як фактора психологічної пружності особистості юнацького віку в умовах воєнного конфлікту / С. Л. Кравчук // Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки». – Херсон: Херсонський державний університет, 2018. – Том 1. – Вип. 1. – С. 99-105.
16. Кравчук С. Л. Особливості психологічної пружності та життєстійкості особистості як чинників запобігання негативним наслідкам воєнного конфлікту / С. Л. Кравчук // Психологічні виміри культури, економіки, управління : науковий журнал. – Львів, 2018. – Том 11. – С. 156-164.
17. Кравчук С. Л. Психологічні особливості життєстійкості студентів та їх ставлення до активної участі в політичному житті суспільства в умовах 59 воєнного конфлікту / С. Л. Кравчук // Психологічні виміри культури, економіки, управління : науковий журнал. – Львів, 2018. – Том 12. – С. 27-38.
18. Кравчук С. Л. Психологічні особливості зв'язку духовних цінностей та життєстійкості особистості в юнацькому віці / С. Л. Кравчук // Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія : Психологічні науки. – 2016. – Вип. 3(1). – С. 47-53.
19. Ларіна Т. О. Роль життєстійкості в оптимізації самоздійснення особистості / Т. О. Ларіна // Наукові студії із соціальної та політичної психології – 2019. – Вип. 24. – С. 137-146.
20. Левенець А. Є. Психологічні особливості становлення життєвої перспективи в юнацькому віці : автореф. дис. канд. психол. наук : 19.00.07 / А. Є. Левенець ; наук. кер. О. І. Власова ; Нац. пед. ун-т ім. М. П. Драгоманова. – К., 2016. – 20 с.
21. Маннапова К. Р. Життєстійкість в системі поняття життєздатності / К. Р. Маннапова // Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди. Психологія. – 2017. – Вип. 44(1). – С. 143-150.
22. Панок В. Г. Життєвий шлях особистості як категорія прикладної психології / В. Г. Панок // Науковий вісник Миколаївського державного

- університету імені В. О. Сухомлинського. Серія: Психологічні науки. – 2018. – Вип. 2(12). – С. 146-151.
23. Помиткіна Л. В. Психологія прийняття особистістю стратегічних життєвих рішень: монографія / Л. В. Помиткіна. – К.: Кафедра, 2018. – 381 с.
24. Рудь Г. В. Формування життєвих перспектив у ранній юності : Автореф. дис.канд. психол. наук / Г. В. Рудь; Ін-т психології ім. Г. С. Костюка АПН України. – К., 2017. – 20 с.
25. Сердюк Л. З. Психологічні засади підвищення життєстійкості особистості / Л. З. Сердюк, О. І. Купреєва // Актуальні проблеми психології. Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України – Том XI: Психологія особистості. Психологічна допомога особистості. – Київ, 2017. – Вип. 15. – С. 481- 491.
26. Тавровецька Н. І. Структурні складові характеристики життєвого шляху особистості. // Актуальні проблеми психології: [зб. наук. праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України]. – Том IX: Загальна психологія. Історична психологія. Етнічна психологія. – Вип. 9. – К. : Талком. 2016. – С. 496-506.
27. Титаренко Т. М. Життєвий світ особистості: у межах і за межами буденності / Т. М. Титаренко. – К. : ДП Спеціалізоване видавництво «Либідь», 2018. – 376 с.
28. Титаренко Т. М. Життєстійкість особистості: соціальна необхідність та безпека / Т. М. Титаренко, Т. О. Ларіна. – К. : Марич, 2019. – 76 с.
29. Шумік І. В. Психологічні умови формування свідомого вибору життєвого шляху старшокласниками/старшокласницями / І. В. Шумік, М. О. Голубєва // Наукові записки НаУКМА. Педагогічні, психологічні науки та соціальна робота. – 2017. – Т. 199. – С. 74-78.

Додатки

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

	Жит	Зал	Кон	ПрР	Сп	СтУн	СтСП	СтВП	Агр	Мир	Ун
N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
Normal Parameters ^a											
Mean	81,8400	34,8800	30,6600	19,4600	20,5000	15,5800	18,1600	20,9800	5,2400	7,5000	11,3000
Std. Deviation	19,18690	10,25320	7,96833	7,28210	6,99052	6,66422	6,48817	7,02326	3,39002	5,50417	5,95990
Most Extreme Differences											
Positive	,106	,140	,087	,096	,071	,124	,151	,155	,211	,227	,153
Negative	-,106	-,140	-,087	-,096	-,068	-,058	-,114	-,143	-,134	-,119	-,153
Kolmogorov-Smirnov Z	,750	,987	,614	,682	,506	,876	1,067	1,093	1,494	1,608	1,082
Asymp. Sig. (2-tailed)	,627	,284	,846	,742	,960	,426	,205	,183	,093	,061	,192

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

Correlations												
		Жит	Зал	Кон	ПрР	Сп	СтУн	СтСП	СтВП	Агр	Мир	Ун
Жит	Pearson Correlation	1	,759	,484**	,334	,433**	-,647**	,495	,146	-,621**	,355	-,295
	Sig. (2-tailed)		,270	,000	,018	,003	,004	,072	,084	,046	,093	,142
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
Зал	Pearson Correlation	,759	1	-,112	,539**	,726**	-,839*	,427	,582*	-,545**	,521	-,477**
	Sig. (2-tailed)	,270		,440	,000	,001	,043	,136	,031	,003	,127	,000
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
Кон	Pearson Correlation	,484**	-,112	1	,264	,248*	-,624**	,278	,586	-,835**	,462*	-,271
	Sig. (2-tailed)	,000	,440		,064	,048	,001	,179	,064	,001	,021	,243
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
ПрР	Pearson Correlation	,334	,539**	,264	1	,354*	-,522**	-,259**	,697**	-,357**	-,351*	-,731*
	Sig. (2-tailed)	,018	,000	,064		,049	,001	,004	,000	,001	,023	,047
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
Сп	Pearson Correlation	,433**	,726**	,248*	,354*	1	,129	,124	-,394**	,344	,073	-,257
	Sig. (2-tailed)	,003	,001	,048	,049		,374	,390	,005	,014	,612	,071
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
СтУн	Pearson Correlation	-,647**	-,839*	-,624**	-,522**	,129	1	,005	-,259	,591**	-,188	-,157
	Sig. (2-tailed)	,004	,043	,001	,001	,374		,971	,069	,000	,190	,278
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
СтСП	Pearson Correlation	,495	,427	,278	-,259**	,124	,005	1	-,694**	-,154	,681**	-,531**
	Sig. (2-tailed)	,072	,136	,179	,004	,390	,971		,000	,286	,000	,000
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
СтВП	Pearson Correlation	,146	,582*	,586	,697**	-,394**	-,259	-,694**	1	-,196	-,580**	,640**
	Sig. (2-tailed)	,084	,031	,064	,000	,005	,069	,000		,172	,000	,000
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
Агр	Pearson Correlation	-,621**	-,545**	-,835**	-,357**	,344	,591**	-,154	-,196	1	-,180	-,403**
	Sig. (2-tailed)	,046	,003	,001	,001	,014	,000	,286	,172		,210	,004
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
Мир	Pearson Correlation	,355	,521	,462*	-,351*	,073	-,188	,681**	-,580**	-,180	1	-,826**
	Sig. (2-tailed)	,093	,127	,021	,023	,612	,190	,000	,000	,210		,000
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
Ун	Pearson Correlation	-,295	-,477**	-,271	-,731*	-,257	-,157	-,531**	,640**	-,403**	-,826**	1
	Sig. (2-tailed)	,142	,000	,243	,047	,071	,278	,000	,000	,004	,000	
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).