

ОДЕСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ І. І. МЕЧНИКОВА

(повне найменування закладу вищої освіти)

Факультет психології та соціальної роботи

(повне найменування факультету)

Кафедра диференціальної та спеціальної психології

(повна назва кафедри)

Кваліфікаційна робота

на здобуття ступеня вищої освіти «Магістр»

«Дослідження гармонійного розвитку особистості»
«Study of harmonious personality development»

Виконала: здобувачка денної форми навчання
спеціальності 053 Психологія
Освітня програма 053 Психологія
Нестеренко Алла Станіславівна

Керівник д.психол.н., професор

Родіна Наталія Володимирівна

Рецензент к.психол.н., доцент

Головська І.Г.

Рекомендовано до захисту:
Протокол засідання кафедри
диференціальної та спеціальної
психології
№ ____ від _____. _____. 2023 р.

Завідувачка кафедри

(підпис) Родіна Н.В.
(прізвище, ім'я)

Захищено на засіданні ЕК № _____
протокол № ____ від _____. _____. 20 ____ р.

Оцінка _____ / _____ / _____
(за національною шкалою/шкалою ECTS/ бали)

Голова ЕК

(підпис)

(прізвище, ім'я)

Одеса 2023

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1. ПРОБЛЕМА ДОСЛІДЖЕННЯ ГАРМОНІЙНОГО РОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ.....	7
1.1. Теоретичний аналіз феномену розвитку особистості.....	7
1.2. Поняття та психологічний зміст гармонійного розвитку особистості.....	16
1.3. Аналіз складових гармонійно розвиненої особистості.....	21
Висновки до 1 розділу.....	33
РОЗДІЛ 2. МЕТОДИ ТА ОСНОВНІ ЕТАПИ ДОСЛІДЖЕННЯ ГАРМОНІЙНОГО РОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ ...	36
2.1. Організація емпіричного дослідження.....	36
2.2. Методи дослідження.....	39
Висновки до 2 розділу.....	49
РОЗДІЛ 3. РЕЗУЛЬТАТИ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ ГАРМОНІЙНОГО РОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ СЬОГОДЕННЯ.....	50
3.1. Результати дослідження гармонійного розвитку особистості.....	50
3.2. Результати дослідження копінг-стратегій особистості.....	71
3.3. Результати дослідження взаємовпливу копінг-стратегій на гармонійний розвиток особистості	84
Висновки до 3 розділу.....	91
ВИСНОВКИ.....	94
СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ.....	97
ДОДАТКИ.....	105

ВСТУП

У сучасній науці проблема гармонійного розвитку особистості набуває особливої актуальності, займаючи центральне місце в теоретичних та експериментальних дослідженнях постнекласичної психології. Гармонійність розвитку особистості детермінована низкою психологічних чинників, до яких належить ціннісне і смислове наповнення людини. Розвиток духовно-морального потенціалу особистості в сучасному мінливому суспільстві створює умови для сталого та стабільного розвитку суспільства на основі здібностей та потреб індивідів у відповідальній, свідомій та цілеспрямованій поведінці, у творчому конструюванні соціальної реальності. Здатність бути не пасивним, але активним учасником соціальних відносин, розвивати, перетворювати соціальне середовище є найважливішим показником розвиненої особистості.

Актуальність дослідження гармонійного розвитку особистості набуває саме зараз, коли громадяни України знаходяться у складних умовах загрози життю. Саме із цієї причини є усвідомленість людей шукати нові сенси для подальшого життя та власного гармонійного розвитку.

В останні десятиліття у психологічній науці значно збільшився інтерес до проблеми вивчення розвитку особистості, зокрема її гармонійного розвитку. Психологія особистості стала експериментальною наукою початку ХХ століття. Її становлення пов'язані з іменами таких вчених, як Г. Айзенк, Г. Олпорт, Р. Кеттел, О.М. Леонтьєв та інші. З. Фрейд розглядав особистість як опосередковану ланку між мотивом та її реалізацією, у якому переважають несвідомі процеси. Проблеми самосвідомості, як складової гармонійного розвитку особистості, вивчали Б.Г. Ананьєв, О.О. Бодальов, І.Д. Бех, Р. Бернс, Л.С. Виготський, І.С. Кон, О.М. Леонтьєв, А.В. Петровський, С.Л. Рубінштейн, В.О. Сластенін, О.Г. Спіркін, В.В. Столін та ін. Дослідження у галузі розвитку особистості відповідно до вікових періодів проводили Л.С. Виготський, В.М. Дружинін, Г.С. Костюк, С.І. Мельников, Є.Є. Симанюк, В.І.

Чигриков, О.Ю. Шавріна, В.Д. Шадріков, В.І. Шахов та ін. Дослідження питання самоконтролю, що грає велику роль у навчально-пізнавальному процесі займалися С.І. Архангельський, Ю.Б. Бабанський, Ю.С. Матвієнко, В.Є. Михайличенко та ін. Питанням самосвідомості власного –Я присвячені роботи Р. Бернса, У. Джемса, Ч. Кулі та Дж. Міда, Е. Еріксона, К. Роджерса, Т.П. Клімаш та інших. Серед сучасних українських науковців можна виділити таких В.Є. Михайличенко, О.Ю. Огородніков, Н.В. Прокоф'єва, О.Г. Шаумян, О.І. Донець, В.М.Онищенко, А.О. Нерубасська та інші.

Таким чином перед дослідниками постає завдання дослідити особливості гармонійного розвитку особистості в умовах сьогодення задля відновлення її психологічного здоров'я у ситуації загрози життя.

Метою дослідження є вивчення гармонійного розвитку особистості.

Відповідно до мети дослідження були поставлені наступні **завдання**:

1. Провести теоретичний аналіз феномену розвитку особистості.
1. Визначити поняття та психологічний зміст гармонійного розвитку особистості.
2. Дослідити гармонійний розвиток особистості в умовах сьогодення.
3. Проаналізувати взаємовплив копінг-стратегій на гармонійний розвиток особистості.

Об'єкт дослідження: розвиток особистості.

Предмет дослідження: гармонійний розвиток особистості.

Методи дослідження:

Теоретичні: аналіз психологічної літератури, здійснений з метою визначення стану розробленості досліджуваної проблеми; порівняння, аналіз, синтез, узагальнення, що були застосовані для вивчення впливу феномену гармонійного розвитку особистості.

Емпіричні: анкетування, тестування, опитування, опитувальник «Інтегральна гармонійність особистості ІГЛ – 3» (О.І. Моткова), методика

WOCQ (у модифікації Н.В. Родіної) за 7-ми факторною моделлю для екстремальних ситуацій та 8-ми факторною моделлю для ситуації самоактуалізації особистості.

Математичної статистики: методи описової статистики, однофакторний дисперсійний аналіз, пост-хок аналіз Бонферроні, непараметричний тест Манна-Уїтні, непараметричний метод рангової кореляції Спірмена, непараметричний тест суми рангів Вілкоксона, параметричний t-критерій Ст'юдента.

Опис вибірки: у дослідженні брали участь громадяни України. Вік досліджуваних від 19 до 64 років. Загальний обсяг вибірки 31 респондент.

База проведення емпіричного дослідження: Дослідження проводилося у період з червня по серпень 2023 року за допомогою Googleформи, створеної для осіб, які знаходяться в Україні, виїхали закордон або переїхали в межах України.

Практична значущість дослідження:

1. Доведено, що виховання гармонійної особистості безпосередньо пов'язане із становленням життєвих цінностей і мотивації (мотиви, потреби, самооцінка, ціннісні орієнтації, образ «Я»).

2. Визначено поняття гармонійної особистості, а саме це особистість, яка має оптимально інтегровані динамічні внутрішні структури, узгодженість з навколишнім світом, у якої нормально протікає життєдіяльність.

3. Виявлено, що життєва цінність «Інтегральна гармонійність особистості» має позитивний взаємозв'язок із копінг-стратегіями: «Аналіз проблеми», «Очікування на допомогу», «Ігнорування проблеми», «Прийняття проблеми – Відмова від рішень».

4. Виявлені наступні життєві цінності, які притаманні гармонійно розвиненим особистостям: «Конструктивність спілкування», «Позитивність самооцінки». Гендерною особливістю є наступні життєві цінності — для чоловіків це «Цінності духовні» та «Поміркованість сили бажань і

досягнень»; для жінок це - «Інтегральна гармонійність особистості», «Самогармонізація особистості» та «Цінності духовні».

Апробація: Результати даної роботи були опубліковані та обговорені в наступній публікації : Родіна Н.В., Нестеренко А.С. Дослідження проблеми гармонійного розвитку особистості в умовах війни в Україні. Психологічні науки: Теорія і практика сучасної науки. 29-30 вересня 2024 р., м. Запоріжжя, Україна. С.46-48.

Структура роботи: : Робота складається зі вступу, 3 розділів, висновків, списку використаних джерел 89. Загальний обсяг кваліфікаційної роботи 96 сторінок (133 із списком літератури та додатками). Робота містить 38 таблиць і 39 рисунків.

РОЗДІЛ 1. ПРОБЛЕМА ДОСЛІДЖЕННЯ ГАРМОНІЙНОГО РОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ

1.1. Теоретичний аналіз феномену розвитку особистості

У сучасній психології визнано конструктивним вивчення особистості людини як системи. При цьому системою називають таку множину елементів, зв'язки яких один з одним міцніше і стійкіше, ніж зв'язки з іншими елементами, що утворюють зовнішнє середовище системи. Різні наукові напрями називають як елементи цієї системи риси, стану, стійкі ситуації, види діяльності, смисли та інші психологічні категорії. Систему неможливо описати без свідчення про її структуру. В останні десятиліття саме комплексний підхід до вивчення людини набуло першорядного значення. Комплексний, системний підхід до людини не лише можливий, а й необхідний. Так, О.М. Леонт'єв виділяє різні рівні вивчення людини: рівень біологічний, на якому він відкривається як тілесна, природна істота; рівень психологічний, у якому він постає як суб'єкт одушевленої діяльності; і, нарешті, рівень соціальний, у якому він поводить та реалізує об'єктивні суспільні відносини, суспільно – історичний процес. Співіснування цих рівнів і ставить проблему у внутрішніх відносинах, які пов'язують психологічний рівень із біологічним та соціальним [34]. Відмінна риса психологічного підходу до особистості, на відміну традиційного педагогічного, полягає, вважає О.М. Леонт'єв, у його безоцінності. Не означає, що оцінка відсутня взагалі, чи різні форми поведінки оцінюються однаково. Йдеться про те, що спочатку сприймається об'єктивно людина і те, що вона робить, і вже після цього, окремо, у разі потреби дається оцінка [34]. При дослідженні феномену розвитку особистості потрібно звернути увагу на особистісний розвиток - це шлях людини довжиною в життя, і його можна уявити як процес збирання мозаїки, яка відображає індивідуальну модель світу, як внутрішнього, так і зовнішнього.

Розвиток духовно-морального потенціалу особистості в сучасному мінливому суспільстві створює умову для сталого та стабільного розвитку суспільства на основі здібностей та потреб індивідів у відповідальній, свідомій та цілеспрямованій поведінці, у творчому конструюванні соціальної реальності. Але для творчої та результативної участі людини як суб'єкта у соціальних процесах необхідно сформувати стійку ієрархію цінностей, яку в науці психології називають інтеріоризацією цінностей. Під інтеріоризацією цінностей ми також розумітимемо внутрішньо-особистісний процес формування індивідуальної, цілісної та ієрархічної системи цінностей особистості, який полягає у становленні в людини значущості правил, інструментів та цілей соціальної участі. Досить часто у роботах психологів та соціологів можна простежити зв'язок інтеріоризації цінностей та гармонійного розвитку особистості. Так, наприклад, у Л.С. Виготського інтеріоризація розуміється як присвоєння суспільно-історичного досвіду і виступає як основний механізм соціалізації. Деякі вчені вважають (Б.Г.Ананьєв), що формування особистості шляхом інтеріоризації – присвоєння продуктів суспільного досвіду та культури у процесі виховання та навчання – є водночас освоєння певних позицій, ролей та функцій, сукупність яких характеризує її соціальну структуру. Ряд інших авторів (П.Я. Гальперін, В.В. Давидов, Н.Ф. Талізін та ін.) розуміють інтеріоризацію як перетворення структури пізнавальної діяльності на структуру внутрішнього плану свідомості, як процес формування розумових дій. Так, інтеріоризація цінностей є невід'ємною частиною процесу формування гармонійно розвиненої особистості, тобто формування такої людини, яка була б здатна брати участь у соціальній взаємодії, вступати в соціальні відносини, рефлексувати результати індивідуальних та групових соціальних дій, класифікувати ресурси та можливості досягнення цілей, прогнозувати розвиток соціальних систем, диференціювати функціональні та дисфункціональні елементи системи та ін. У процесі формування особистості, її входження в суспільство вона проходить рівні адаптації,

соціалізації, самоактуалізації та трансценденції. На кожному з цих етапів існують свої специфічні функції цінностей та особливості їх сприйняття, відбору та актуалізації. Зміна цінностей призводить до трансформації когнітивних здібностей людини. Змінюються точки концентрації уваги, сприйняття соціальних ситуацій та інших. Отже, дані чотири рівня інтеграції людини і суспільства можна як етапи становлення гармонійно розвиненої особистості, кожному з яких інтеріоризація цінностей грає особливу роль [11].

Першим рівнем становлення особистості та основою подальшого входження людини в суспільство можна вважати процес адаптації. У процесі ітеріоризації цінностей на цьому етапі відбувається пасивне сприйняття корисних властивостей предметів навколишнього світу та значущості потреб, які задовольняються цими предметами. Основним завданням безперервного процесу адаптації є забезпечення стану рівноваги людини з природою та соціальними середовищами, що може здійснюватися на фізіологічному, психологічному чи соціально-психологічному рівнях. Інтеріоризація цінностей на цьому етапі спрямовано, насамперед, на вироблення пріоритетів для індивідуального збереження та розвитку у конкретних соціальних умовах, визначення цінності елементів довкілля: загроз чи переваг. У процесі адаптації реалізуються соціально-психологічні механізми зниження невизначеності, що супроводжуються становленням значимості тих чи інших якостей особистості, що трансформуються в інструментальні цінності, що створює основу формування ціннісних орієнтацій особистості. Цей процес докладно проаналізовано в теоріях «дзеркального Я» Г. Кулі та символічному інтеракціонізмі Дж.Г. Міда [82, Р.135-144, 164-178]. У світі швидких технологічних переобладнань та інновацій роль адаптації розширюється. Успішна адаптація формує такі якості особистості, які дозволяють їй залишатися стійкою серед постійних і швидких змін. Для такої адаптації необхідна системоутворююча властивість особистості – духовний

інтелект як засіб визначення та мобілізації умінь та здібностей, необхідних для прикладного використання духовних властивостей особистості в контексті конкретних соціальних ситуацій постійних соціальних та технологічних змін. Тому в умовах сучасного світу, що швидко змінюється, для розвитку особистості особливо важливою стає наявність стійких еталонів (зразків або ідеалів), «закодованих» у системі цінностей на її вищих рівнях, що дозволяють визначити свої переваги або небезпеки від змін, нововведень і таким чином успішно адаптуватися до нових умов.

Другим, після адаптації, етапом розвитку особистості та рівнем інтеріоризації цінностей є самоідентифікація. Соціологічне трактування самоідентифікації розробляється в західній соціологічній традиції, зокрема, у роботах Г. Тарда, Є. Дюркгейма, Т. Парсонса, де вона розглядається як становлення світогляду, пошук мого місця у світі (через прийняття норм, підкріплених цінностями), формування спроможності і інтерпретації символічного апарату і, зрештою, входження індивіда у конкретні соціальні ролі. У соціологічних теоріях джерелом самоідентифікації служить або інституційна система (Т. Парсонс, Ч. Міллі, Г. Тард, Є. Дюргейм), або поле культури як система накопичення досвіду, інтерпретацій, значимостей, комунікаційне середовище (Є.М. Вебер, П. Бергер, Н. Луман). Поєднує ці теорії положення про те, що вирішальне значення процесу самоідентифікації приділяється суспільству, а не особистості, яке за допомогою своїх інститутів примушує людину до внутрішнього прийняття соціальних норм. Так, самоідентифікацію можна визначити як свідомо здійснюваний процес залучення особистості до себе подібним, що супроводжується суб'єктивним співвідношенням індивідуальних, особистісних та групових особливостей, присвоєнням інтересів та цінностей групи. Отже, у процесі самоідентифікації людина починає усвідомлювати, ким вона може і має бути, а потім які зовнішні умови їй для цього знадобляться. З цього уявлення формується поняття про значущість як внутрішніх, так і зовнішніх властивостей, а

зовнішні або внутрішні предмети, явища, процеси та властивості, які розуміються як значущі, стають цінними для людини і надалі абсолютизуються як цінності. На цьому етапі важливим для особистості є визначити сукупність усіх уявлень про себе, що в психології є як поняття «Я-концепції особистості». Це продукт функціонування самосвідомості людини та важливий чинник детермінації її поведінки. Я-концепція виникає в процесі соціальної взаємодії та є результатом культурного розвитку особистості. Вона має суттєвий вплив на перебіг життя людини будь-якого вікового періоду, однак із віком самостійність її ролі значно зростає[11]. Результатом самоідентифікації у розвитку особистості є вибір нею своєї позиції, цілей та засобів самоздійснення у конкретних обставинах життя. Інтеріоризація цінностей тут спрямована на включення до системи цінностей, що спрямовують життєву активність людини на життєвий шлях соціальної спільності або групи, з якими вона ідентифікує себе і тим самим займає свою позицію в соціокультурному просторі. Визначення людиною себе у суспільстві як особистості є визначення себе (самовизначення, зайняття активної позиції) щодо соціокультурних цінностей і цим – визначення сенсу свого існування. Так, на етапі самоідентифікації інтеріоризація цінностей у розвитку та гармонійній особистості сприяє не просто оцінці зовнішніх явищ для свого існування та формування, а й присвоєнню загальнозначимих смислів, оцінок та подальшому оперуванню ними. В результаті такої інтеріоризації людина налагоджує зв'язки з елементами суспільства (групами, організаціями, інститутами), формує своє місце в соціумі і набуває досвіду діяльності, а головне, набуває можливості стати значущою в конкретних соціальних процесах, тобто засвоює образ (тип) людини, властивий конкретному суспільству. Завдяки цьому особа починає ідентифікувати себе з певною спільністю, відтворюючи цим соціальні структури.

На наступному етапі - становлення та розвитку особистості, включення їх у соціальний процес здійснюється самоактуалізація, що має свої

особливості інтеріоризації цінностей особистістю. На цьому етапі людина вступає у відносини із суспільством, усвідомлюючи себе як суб'єкт соціальних відносин. Під самоактуалізацію ми розуміємо процес свідомої та цілеспрямованої реалізації у соціально значущих процесах індивідуальної системи цінностей. Самоактуалізація нерозривно пов'язана з такими стадіями розвитку особистості, як автономізація, індивідуалізація, персоналізація та ін. У процесі самоактуалізації інтеріоризація цінностей особистості стає інструментом відбору сутнісних для людини ознак її зовнішнього та внутрішнього буття. В результаті людина стає готовою до свободи, зокрема, до свободи волі та свободи вибору. З найнебезпечнішої та руйнівної спроможності індивіда свобода волі на цьому етапі перетворюється на фактор розвитку гармонійної особистості та позитивного конструювання соціальної реальності. Рушійною силою процесу самоактуалізації, на відміну адаптації та ідентифікації, не потреба в адаптації та пристосуванні, а, навпаки, опір рівновазі, постійне становлення (Г.Олпорт [72]); розкриття загальнозначущого, духовного, формування власного (і унікального) способу життя та власного внутрішнього світу, внутрішній ріст чи розвиток; здійснення особистісного змісту (В.Франкл [76]). У процесі самоактуалізації індивід прагне інтегрувати цінності, що декларуються і актуалізуються, в тому числі через перетворення соціальних умов. Внаслідок цього розвивається дискурсивна свідомість, здатність до ухвалення інноваційних рішень, участі у процесах самоорганізації. А.Нерубаська зазначає, що «особливість та особливість індивідуальності є форма, яку наскрізь пронизує спільне всім людям трансцедентальне»[45], саме цінності формують орієнтацію на загальне, на загальнозначуще. Особистість у процесі самоактуалізації знаходить здатність зіставляти явища зі своїми ідеалами та уявленнями про значущість для свого чи суспільного розвитку процесів, властивостей та явищ, визначати розбіжність належного та суцього в соціальному світі. Саме на цьому рівні цінності можуть сприяти трансформації соціальних інститутів, оскільки по-перше, особистість

починає актуалізувати цінності не так на інтуїтивно-емоційному, як в свідомо-вольовому рівні, по-друге, від простого копіювання соціальних процесів індивід переходить до соціального конструювання. На цьому етапі свого розвитку людина перестає задовольнятися вибором із рівнозначних та релятивних варіантів, моделей соціальних дій, наборів значних потреб, пріоритетів життєвих планів, цілей, оскільки у нього формується власна ієрархія цінностей, система міцних схильностей, заснована на стійких термінальних цінностях. Людина усвідомлює необхідність реалізації термінальних цінностей, вони стають достатньою основою діяльності. Творча активність особистості у соціальному полі, у разі успішності самоактуалізації, складає основи «знайденого будови буття, має осмислений цілеспрямований характер: будучи надчасним, діяч здатний передбачати цінне майбутнє як можливість перейматися щодо нього почуттям і свідомим бажанням чи психологічно, згідно з прагненням, робити дії в теперішньому заради майбутнього на основі минулого досвіду». Успішність участі людини у трансформації соціальних інститутів у разі залежить з його здатності адаптувати інструментальні цінності під умови досягнення термінальних, і навіть від узгодженості і його термінальних цінностей від домінуючих цінностей у суспільстві та від буттєвих цінностей. Самоактуалізація досягається шляхом інтеграції гармонійної, ієрархічної структури цінностей. На думку А. Маслоу, «для самоактуалізованої людини життя – це нескінченний процес розвитку та самовтілення, чудовий процес розуміння вищих, абсолютних цінностей Буття» [40]. З одного боку, процес самоактуалізації особистості залежить від глибини самосвідомості, від моральної сформованості та стійкості, від здатності інтегрувати соціальний інтерес групи та свій власний на основі універсалізації загальних смислів. З іншого – механізм самоактуалізації людини безпосередньо пов'язано з формуванням відповідальності через складання особистого плану та прийняття конкретних зобов'язань. Враховуючи свої реальні можливості, аналізуючи зобов'язання, молода людина не тільки демонструє свою

відповідальність і принциповість, а й формує ці якості, виконуючи функцію самоконтролю за результатами діяльності. Одночасно він проводить і самооцінку своїх внутрішніх можливостей та дій. У процесі самореалізації людини, особливо молодій, виявляються включеними всі її особистісні вольові компоненти, що впливають на його зміст. Але найважливішим компонентом у ланцюзі цих впливів є самосвідомість: структура останнього визначає тип активної життєвої позиції. На вищому етапі свого розвитку ми його умовно назвали трансценденцією, особистість перестає задовольнятися автономним розвитком, досягнутим у процесі самоактуалізації. Однією із сутнісних потреб людини як соціальної істоти є потреба у відчутті приналежності до певної групи, у почутті єдності з нею. Це може бути мала група чи організація, країна, нація. Проте людина не задовольняється пасивною інтеграцією із групою. Пройшовши етапи соціалізації та самоактуалізації, людина прагне постійного відтворення відносин із групою, активної участі у її житті, зокрема самопожертви. Трансценденція проявляється одночасно як специфічний психологічний досвід, наприклад, альтруїстична любов, як зовнішня поведінка, наприклад, захист групи, і як соціальне ставлення, наприклад, оцінка соціальних змін не з індивідуальної, а загальногрупової позиції. На цьому етапі свого розвитку пріоритети соціальної активності переміщуються за межі індивідуальних відносин та обставин, орієнтують особистість впливати на все соціальне та культурне життя суспільства. Щоб краще зрозуміти цей етап розвитку особистості, можна розглянути його окремий випадок – альтруїстичне кохання. Таке кохання тисячоліттями вважалося одним із найвищих проявів людського духу: «І якщо я роздам увесь маєток мій і віддам тіло моє на спалення, а любові не маю, немає мені в тому ніякої користі» [46]. Любов як здатність до трансценденції виступає «як рушійна сила творчого прогресу людини у напрямку до більш повної вічної істини, гіднішої вічної чесноти, чистішої вічної краси, глибшої вічної свободи і прекрасних вічних форм соціального життя та інститутів». За допомогою різного роду загальних і спеціальних

соціальних агентів, наприклад, через друзів, сусідів чи організації, альтруїстична любов спрямовує людину до тих груп і суб'єктів, які найбільше її потребують в даний момент. В основі механізму інтеграції на основі трансценденції знаходиться буттєва свідомість. Буттєва свідомість характеризується відчуттям наявності у собі Святого Духа, і як наслідок, найвищої цілісності та несуперечності системи цінностей, що дозволяє людині досягати смисли та сутності явищ через буття, через образ цілісності світу. Тільки на цьому етапі розвитку особистості та інтеріоризації цінностей людина як агент соціальних відносин, досягаючи загальні, загальнозначущі сенси, стає здатним творче перетворити світ. Діалектика взаємодії цінностей та соціальних умов проявляється тут найвищою мірою. Соціальні умови з рамок, що стримують індивіда, стають «матеріалом» перетворення навколишнього світу, засобом конструювання «загального блага», а цінності починають повною мірою реалізовувати функцію диференціації сутнісного та тимчасового, одиничного та універсального, значущого для всього суспільства.

Таким чином, за результатами теоретичного аналізу феномену розвитку особистості було визначено, що завершена інтеріоризація цінностей послідовно на чотирьох розглянутих рівнях (адаптації, самоідентифікація, самоактуалізації та трансценденції) є показником гармонійно розвиненої особистості та умовою продуктивного включення людини у процес становлення та трансформації соціальних інститутів. Однак у суспільстві завжди існує розбіжність між буттєвими, історичними та особистісними цінностями, що призводить до відхилення від ідеальної моделі процесу інтеріоризації цінностей. Дана розбіжність, з одного боку, створює ресурс (можливість) вільної, творчої участі людини у розвитку соціальних інститутів через зміну рольового набору, норм, зміни рангів в ієрархії потреб, цілей та масштабів діяльності організацій та ін., з іншого – призводить до

протиріччя цінностей між собою та загрожує розвитку соціальних відносин та інститутів.

1.2. Дослідження гармонійного розвитку особистості

У сучасній науці проблема гармонійного розвитку особистості набуває особливої актуальності, займаючи центральне місце в теоретичних та експериментальних дослідженнях постнекласичної психології, яка базується на концепціях: А. Адлера, Л.І. Анциферової [2], Є.І. Головахи, О.О. Кроніка та ін.. (просторово-часові характеристики життя); Ш.Бюлер та К.О.Абульханової (динамічні аспекти життєвого шляху людини); Б.С.Братуся, А.О.Деркача, Н.В.Козлової, Є.П.Степанова та ін.. (акмеологічний підхід); О.Маслоу, Д.О.Леонтьєва та ін.. (смыслжиттєві орієнтації особистості); В.І.Слободчикова, О.Г.Асмолова, В.П.Зінченко, В.І.Кабріна та ін. (Антропоорієнтований підхід), В.Є.Клочко, Є.В.Галажинського (теорія психологічних систем).

Гармонійний розвиток особистості детерміновано рядом психологічних факторів, до яких, без сумніву, належить ціннісне та смислове наповнення людини, те, що ми називаємо духовністю чи моральним рівнем розвитку. Доросліша людина знаходить внутрішні ціннісно-смыслові координати і, виходячи з них, здійснює певні вибори і вчинки, які формують її як особистість і визначають її життєвий шлях. І, перш за все, хотілося б звернутися до словників, а саме, як вони дають визначення «гармонійному розвитку особистості». Так, наприклад, під «гармонійним розвитком особистості розуміють – процес узгодженого збагачення раціонально-логічної та емоційно-психологічної сфер духовного світу індивіда, що передбачає досягнення єдиноспрямованості розуму, волі та почуттів» [8, С.243]. Таке ж визначення дає нам і Л.М. Юлсумова «Під гармонійним

розвитком особистості розуміють процес досягнення єдиноспрямованості розуму, волі та почуттів людини» [30, С.37]. Дещо розширене поняттям можна знайти у В.С. Безрукова «Гармонійний розвиток особистості – це узгоджений, взаємно обумовлений розвиток духовних, душевних і фізичних сил і здібностей, це виховання людини, здатність жити в ладі з собою, з природою, з суспільством. Гармонізація особистості включає питання про єдність її способу життя і психологічного стилю життєдіяльності. Створення умов для такого розвитку включає: матеріально-технічну базу, навчально-програмну документацію, підручники, методики навчання, дидактичні засоби, підготовленого до досягнення цієї мети вчителя і т.д.» [3, С.348]. Ми бачимо, що саме реалії нашого «складного» часу, часу високих швидкостей та технологій диктують необхідність перекладу моральних категорій із галузі ідеальної в реальне поле усвідомленості кожної людини [34, С.16-21]. Тільки ця обставина допоможе особистості у всій повноті жити насиченим, усвідомленим життям і нести відповідальність за свої вибори та переваги, поступово морально розвиваючись і осягаючи істинно свої смисли буття. На стадії засвоєння моральних норм через систему особистісних цінностей людина, використовуючи всі механізми породження смислів, приходять у «покладання» смислів, коли зміст осяганого змісту розкривається через особливий екзистенційний акт, в якому суб'єкт своїм свідомим і відповідальним рішенням встановлює значущість чогось у своєму житті. Так, кожна людина прагне встановити баланс, рівновагу між внутрішнім та зовнішнім – світом та із самим собою. Саме ці якості відповідають визначенню «гармонійна особистість», а також поняття «конгруентність». Але не варто плутати та розглядати як синоніми поняття «гармонійна особистість» та «гармонійний розвиток». Особистість, що знайшла гармонію, баланс, - це не обов'язково гармонійно розвинена особистість. «Гармонійний розвиток» у кожній культурі та епосі наповнений своїм змістом, але загалом можна сказати, що він відповідає фізичній, моральній, естетичній та інтелектуальній розвиненості особистості. Очевидно, що не кожна людина,

яка набула балансу, розвинена в усьому однаково. Створення умов гармонійного розвитку – мета виховання. Цю мету першими почали переслідувати Стародавні греки, сьогодні вона стоїть перед демократичним суспільством. «Гармонічними» називають процеси чи об'єкти, які є у відповідності, згоді, упорядкованості, узгодженості. У загальному значенні узгодженості внутрішнього та зовнішнього. Гармонійна особистість відрізняється рівновагою в діях та думках, їх несуперечливістю. Набуття внутрішньої гармонії – процес, пов'язаний з розкриттям себе, з формуванням особливого погляду на світ і людей (світогляду). У більшості словників сказано, що з педагогічної позиції «особистість розглядається в трьох аспектах - це верхній поверх - спрямованість особистості: світогляд, ціннісні орієнтації, переконання, прагнення і т.д. Другий поверх – досвід людини: знання, уміння, компетенції, навички. Третій поверх – вищі психічні процеси: інтелект, мислення, пам'ять, увага, воля, емоції, фізична активність». Взаємодія та пропорційність трьох поверхів в особистості, дозволяє досягти гармонізації внутрішнього та зовнішнього буття. Сьогодні освітня система прагне створити умови для всебічного розвитку особистості, це визначається у всебічному розвитку особистості через гармонійне поєднання в ній духовного багатства, моральної чистоти та фізичної досконалості. Існує досить педагогічних концепцій, але всі вони мають одну й ту саму мету – це формування гармонійно розвиненої особистості, що відрізняються між собою лише методами досягнення гармонії. Педагогічна ж проблема гармонійного розвитку особистості буде вирішена в умовах виховно-освітнього середовища. Так ще французький психолог А. Біне бачив гармонійно розвинену особистість у поєднанні трьох головних життєформуючих систем – розуму, характеру та здоров'я. Є. Мейман вперше висунув теорію про саморозвиток дитини[5]. Карл Густав Юнг розглядає психологію як основу формування доброти. На думку вченого, добра людина – гармонійна людина, а значить досконала, духовно розвинена: «...досконала людина не настільки завершена, що б не було можливим подальше вдосконалення. Слово

«досконалий» передає сенс грецького слова духовний». Знаменитий мислитель ХХ століття Єріх Фромм у роботі «Душа людини» встановив, що «завданням психіатрії, психоаналізу та різних гуманітарних наук є вивчення умов, які ведуть до того чи іншого розвитку». За Є. Фроммом однією з найважливіших умов у саморозвитку особистості є виховання в ньому кохання, отже будь-якій людині для гармонійного розвитку особистості необхідно жити і перебувати в оточенні людей, які її люблять. У середині ХХ століття з формуванням нового напрямку в психогуманістичній психології, його першим представником Карлом Роджерсом було висловлено: що гармонізація особистості дитини відбувається в умовах «доброго життя». «Добре життя» створюється лише творчими людьми. Творча людина – це людина «з сприйнятливою відкритістю світу, з її вірою у свою здатність формувати нові відносини з оточуючими, і вона буде такою людиною, у якої з'являться продукти творчості та творчого життя. Він не обов'язково буде пристосований до своєї культури, але майже обов'язково не буде конформістом. У будь-який час і в будь-якій культурі він житиме в гармонії зі своєю культурою...» [83, С.111]. Ніхто не росте в ідеальних умовах - та нікому і не відомо, якими б вони мали бути. Проте ми знаємо, що стати впевненими та тямущими дорослими багато в чому допомагають урівноважені та послідовні батьки; батьки, які захоплюються дитиною, її відкриттям та процесом пізнання нею світу; батьки допомагають йому зі злетами та падіннями; які своїм прикладом показують йому, як йому потрібно дбати про себе і ладити з оточуючими. І як стверджує Бессел ван дер Колк [4, С. 381-382] «проблеми з будь-яким з цих аспектів з великою ймовірністю дадуть себе знати пізніше в житті. Дитині, яку постійно ігнорували чи принижували, з великою ймовірністю бракуватиме самоповаги. Дітям, яким не давали самоствердитися, швидше за все, буде складно постояти за себе, коли вони подорослішають, а більшості дорослих, які пережили жорстоке поводження в дитинстві, доводиться витратити безліч сил, щоб стримувати лють, що тліє в них». Відомий американський психолог і

психотерапевт, теоретик екзистенційної психології Ролло Мей стверджує, що для виховання гармонійно розвиненої особистості потрібно в дитині сформувати душевну цілісність, і чим розвиненіша душевна цілісність, тим здоровіша особистість. У сучасних західних дослідженнях широко використовують термін «positivementalhealth» (позитивне ментальне здоров'я), в якому поєднуються недоністичний (як відчуття щастя й задоволеності) та евдемонічний (як повнота самореалізації) підходи до аналізу цього феномену [80]. Пізніше М.Г. Чернишевським, П.Д. Юркевичем та В.С. Соловйовим було проведено дослідження проблеми людинопізнання у дискурсі пізнання особистості, його гармонійного розвитку, благородних душевних якостей через його природу та навколишній світ. Онтологічно та гносеологічно обґрунтовується ідея єдності духовної та тілесної сутності людини.

Таким чином, вищевикладені психологічні концепції у вирішенні проблеми гармонійного розвитку особистості пропонують, по-перше, створення оптимальних психологічних умов для розвитку та саморозвитку особистості, спрямованих на формування загальної гармонії у навколишньому маренні; по-друге, розвиток адаптаційного психологічного механізму, який би включав психологічне, духовне, соціальне та фізичне здоров'я; по-третє, формування гармонійно розвиненої особистості залежить від позиції батьків вміня вчити змалку дітей бути щасливими і створювати навколо себе добро. Щодо визначення «гармонійний розвиток особистості», то ми приєднуємося до авторів, які під цим поняттям розуміють «процес досягнення єдиноспрямованості розуму, волі та почуттів людини». Ми бачимо, що для набуття тілесно-духовної гармонії людині необхідне душевне здоров'я (психічне здоров'я), а його набуття отримують шляхом задоволення душевних потреб особистості. Відтак людині необхідно жити протягом усього життя відповідно до потреб її Душі (психологічного здоров'я).

1.3. Аналіз складових гармонійного розвитку особистості

Почнемо ми з питання взаємодії суспільства та особистості як системи та її складової, що зумовлює нерозривний зв'язок, взаємозалежність між ними, оскільки соціальне середовище формує людину, а люди в сукупності формують середовище. При цьому, розвиваючись, соціалізуючись, людина, отримує здатність впливати на суспільні процеси у різних сферах – економічній, культурній, духовній – та з різним масштабом цього впливу. В будь-якому разі особистість, перебуваючи в суспільстві, робить свій внесок у формування соціального середовища, і від ступеню її інтелектуального, фізичного та духовного розвитку, від особистісних якостей залежить, яким буде цей внесок, до яких змін в середовищі він призведе. Всебічний розвиток особистості передбачає єдність та взаємодію розумового (яке спрямоване на розвиток пізнавальних мотивів, культури мислення, раціональної організації навчальної праці, приводить до формування наукового світогляду), фізичного (яке забезпечує необхідне зміцнення здоров'я, підвищення працездатності, виховання наполегливості, дисциплінованості, відповідальності, досягнення гармонії духовного та тілесного), трудового (яке сприяє свідомому та творчому ставленню до праці як життєвої потреби та вищих цінності людини і суспільства), морального (яке формує у людини моральні поняття, судження, почуття і переконання, навички і звички, що відповідають суспільним нормам. В основі його лежать цінності, вироблені в процесі історичного розвитку суспільства – справедливість, чесність, порядність, гуманізм, толерантність, відповідальність) й естетичного виховання (яке розвиває художньо-естетичну освіченість і уміння творити прекрасне у повсякденному житті. Завдяки йому формуються естетичні знання, погляди, смаки, почуття, засновані на кращих надбаннях цивілізації). Всебічний розвиток особистості сьогодні визначається як одна з цілей соціальної роботи так і освіти. Ми вважаємо, що доцільним є зміщення акценту в бік власних ресурсів людини, її самостійного бажання і діяльності з

вирішення власних проблем, та бажанням самовдосконалюватися, розвиватися. На сьогодні існує новий підхід «селфемпауермент» - це спосіб відновлення та розвитку почуття власної ефективності, пов'язаного з набуттям нових можливостей для себе. Цей термін увібрав у себе такі організаційні фактори, як відповідальність, автономність, контроль. Найбільший внесок у модель «емпауерменту» був зроблений мотиваційною школою, зокрема К. Роджерсом, який вважав, що в людині закладена природна тенденція до самореалізації, яка змушує його розвивати свої особистісні здібності, і саме вона створює ядро особистості, яке розвиваючись, активізує її рух [66]. Всі ці процеси забезпечуються на початкових етапах розвитку особистості соціальним середовищем, де під таким середовищем розуміють такі соціальні інститути як держава, в якій народжується людина, зі своїми економічними, географічними, етнічними особливостями; сім'я, навчально-виховні та культурно-просвітницькі заклади, засоби масової інформації. Соціальне середовище забезпечує виховання людини через батьків, педагогів, так і вільне засвоєння людиною інформації з різноманітних джерел. Сукупність усіх факторів охопити неможливо, як і простежити повністю їхній вплив на формування особистості. Але маємо звернути увагу на фактор, присутній певною мірою у кожній свідомій особистості – це фактор самовиховання, встановлення власних цілей і задач, прагнення досягти їх виконання, виробляти у себе якості, необхідні для їх досягнення. Найбільша активність особистості при цьому спостерігається, коли людина починає серйозно замислюватись над самовихованням, розробляючи програму свого самовдосконалення, мобілізує свою волю та витрачає спеціальні зусилля з виконання цієї програми, сама активно формуючи свою особистість [66]. Саме цей фактор є вирішальним для всебічного розвитку особистості у зрілому віці. Поняття розвиток особистості тісно пов'язане з такими категоріями, як самоздійснення, самовдосконалення, самореалізація, самоактуалізація - це складний процес постійного розвитку та самовдосконалення.

Наступним аспектом, на якій слід звернути увагу, це «психологічне благополуччя», яке є показником та проявом психічного здоров'я особистості. Сутність поняття здоров'я у психології розкрито у дослідженнях багатьох сучасних вчених, але ми би хотіли звернути увагу на саме детермінанти психологічного здоров'я особистості, тому звернемо увагу саме на таких авторів, як Н.В. Жигалкіна (Лебедева) [17], Ю.І. Кашлюк [22], Н.М. Колотій [25], І.Я. Коцан [29], Н.Ю. Ярема [71, С.106-115]. Так у своїй статті К.В.Терещенко [66, С. 91], розглядає різні погляди вчених, а саме «психологічне здоров'я є втіленням соціального, емоційного та духовного благополуччя (як ресурсу та стану), оскільки є потенційною передумовою забезпечення життєвих потреб щодо активного способу життя, досягнення власних цілей, адекватної та оптимальної взаємодії з людьми, соціальним та іншим оточенням»; «психологічне благополуччя як переживання щастя і задоволеності життям, як переважання позитивних емоцій над негативними, а також інтенсивність вираженості позитивних емоцій»; «суб'єктивне благополуччя має два виміри, - когнітивно-рефлексивний та емоційний, - і характеризується в аспекті першого виміру почуттям задоволенням життям, а в аспекті другого – переважанням у досвіді життєдіяльності людини позитивних емоцій над негативними». У моделі психологічного благополуччя, розробленій західною дослідницею К. Ріфф, виокремлено шість основних складових психологічного благополуччя: *автономність* (здатність бути незалежним, протистояти соціальному тиску і оцінювати себе, виходячи з власних стандартів); *само прийняття* (позитивне ставлення до себе і свого минулого); *особистісне зростання* (сприйняття свого життя як процесу самореалізації); *мета в житті* (переживання осмисленості життя, наявність занять, що додають життю сенсу); *управління середовищем* (успішне управління навколишнім середовищем, здатність домагатися бажаного); *позитивні відносини з іншими* (здатність бути відкритим спілкуванню і ставитися до інших людей тепло, з турботою і довірою) [22, С.47-58]. На нашу думку ці властивості особистості саме і є базовими для

гармонійного розвитку особистості у будь які часи, так і в сучасних умовах сьогодення. Разом з психологічним благополуччям (здоров'ям), слід звернути увагу на таке поняття, як «задоволеність життям», яке в науці трактується неоднозначно, досі не сформовані єдині підходи до його використання, термінів до розуміння його структури, властивостей і детермінант. Задоволеність життям розглядається в контексті якості життя. Також задоволеність життям пояснюється як узагальнене пережиття свого буття і виступає у деяких дослідників синонімом щастя. Задоволеність виступає суб'єктивним переживанням особистості і є характеристикою внутрішнього світу суб'єкта. На думку Н.В. Андрєєнкова [1] задоволеність життям – це когнітивна сторона суб'єктивного благополуччя, яку доповнює афективна сторона – позитивні і негативні емоції, які людина відчуває в якийсь відрізок часу. Більшість дослідників говорять про узагальненості системності цього феномена. Задоволеність життям – складне, динамічне соціально-психологічне утворення, засноване на інтеграції когнітивних і емоційно-вольових процесів, яке характеризується суб'єктивним емоційно-оціночним ставленням і має спонукальну силу, що сприяє дії, пошуку шляхів управління внутрішніми і зовнішніми об'єктами. А. Адлер зазначав, що задоволеність життям впливає із соціального інтересу як основи людського існування. Задоволеність життям людей залежить від їх очікувань стосовно майбутнього, тобто індивід задоволений своїм життям, якщо воно відповідає його сподіванням і вимогам. Автор виходив з того, що люди, визначаючи за допомогою вигадки свої особистісні цілі, тим самим (за допомогою цих цілей) визначають свою поведінку й стиль життя [15, С.12]. Переважна же частина досліджень «задоволеності життям» зосереджена на вивченні джерел цього феномену [6]. Прийнято їх поділяти на об'єктивні і суб'єктивні. До об'єктивних чинників відносять: соціально-економічний, сімейний стан, здоров'я, вік, соціальні зв'язки. До суб'єктивних чинників належать: співвідношення рівнів досягнень і домагань, послідовність у досягненні життєвих цілей і зацікавленості життям внутрішній локус контролю,

суб'єктна життєва позиція, стратегія дистанціювання і проблемно-вирішальна стратегія в складних життєвих ситуаціях, соціальні порівняння, такі особистісні особливості, як екстравертність і оптимізм. І.В. Заїка під поняттям «життєва задоволеність» розуміє загальне уявлення людини про психічний комфорт, який включає в себе: інтерес до життя як протилежність апатії; рішучість, цілеспрямованість, послідовність у досягненні цілей; узгодженість між поставленими і реально досягнутими цілями; позитивною оцінкою особистих якостей і вчинків; загальним фоном настрою [15]. Так, задоволеність життям – це складне та комплексне поняття, яке поєднує багато чинників: хороше здоров'я (відсутність хронічних хвороб); матеріальне благополуччя (наявність нормального житла, одягу, медичного обслуговування); сімейне благополуччя (гармонійні відносини з членами сім'ї, любов і повага); соціальна стабільність (відсутність соціальної і політичної напруженості); досягнення поставлених цілей (наявність реальних можливостей для реалізації особистого потенціалу); творча самореалізація (можливість самовираження в житті); наявність неформальних соціальних контактів (дружба, спілкування, самовираження в житті); наявність неформальних соціальних контактів (дружба, спілкування, взаєморозуміння тощо). Основними чинниками впливу щодо почуття задоволеності життям є: здоров'я, економічне становище, сімейні відносини, рівень спілкування з оточуючими, позитивне функціонування тощо. Саме ці складові є базовими для гармонійного розвитку особистості. Але слід зазначити, яким би не було гармонійним життям особистості на перший погляд, в житті трапляються моменти, коли виникають кризові ситуації. І саме через подолання таких життєвих криз особистість трансформується, йде накопичення досвіду та зміна ціннісно-сміслової сфери, активізація творчих здібностей особи. Виникнення кризового стану особистості пов'язано з наявністю певних протиріч у свідомості людини [18]. Так, сьогодні Україна знаходиться у стані воєнних дій, що для більшості громадян країни є кризовим. Як зазначає Н.В.Родіна «Сучасна психологія змушена все більше звертати увагу на те,

що складні життєві ситуації, з якими стикається особистість, набувають кризового характеру, тому проблема гармонійного розвитку особистості та її психологічного здоров'я є дуже актуальною для українського суспільства» [54, С. 7]. І ми у своєму дослідженні цьому питанню приділили увагу. Аналіз досліджень і публікацій на тему особистості, життєвих криз, кризових ситуацій, трансформацій особистості, потенціал особистісних змін, подолання криз, показує, що даними питаннями займалися такі вчені як Л.І.Анциферова [2, С. 42], Ф.Ю. Василюк, Л.П. Гримак [10], О.А. Донченко [13], І.С. Кон [26], П.В. Лушин [36], В.М. Заїка [16], С.К. Нартова-Бочавер [44], О.П. Саннікова [65] та інші. Як зазначає В.М. Онищенко, подолання кризових ситуацій особистістю відбуваються на таких рівнях: інтелектуальному (когнітивному), емоційному, поведінковому та соціально-психологічному та має свій особистісний профіль подолання. Існують також вікові [12], соціальні, етнічні та статеві (гендерні) відмінності психологічного подолання, які суттєво відрізняються між собою. У будь-якому разі людина застосовує різні стратегії і тактики при вирішенні проблеми, але всі вони зводяться чи до перетворення ситуації, чи до пристосування до неї (хоча існує і третій шлях – втечі, який, на думку автора, не є конструктивним). Але, безумовно, людина не залишається такою, якою була до кризи, змінюється її внутрішній світ, адже в нього включається новий життєвий досвід, відбувається трансформація різних структур особистості. Важливим процесом є й започаткування змін особистості під час подолання, що веде до контрольованого процесу трансформації та гармонізації психічного світу людини [48]. М.К. Кременчуцька зазначає, що «в кожному віковому періоді у людини існують деякі внутрішні ресурси, щоб оптимально справлятися з життєвими труднощами, проте ці ресурси часто можуть залишитися незатребуваними, якщо навмисно не сфокусувати увагу на їх виявленні та розвитку» [31, С. 48]. Нині наша держава переживає складний, вже досить тривалий за часом, період на шляху до звільнення своєї території від захвату військ РФ. На цьому історичному витку особливо гостро відчуваються зміни,

що відбуваються в українському суспільстві. Як зазначає Н.В.Родіна «відсутність стабільності в політичній, соціальній і економічній сферах життєдіяльності держави в тій або іншій мірі чинять негативний вплив на кожну людину, що проживає в Україні. В наслідок цього люди стають більш схильні до соціальних стресів, що чинить у крайній негативний вплив на їх психологічний і фізичний стан здоров'я» [59, С.197].

У ході всіх цих процесів, що відбуваються в Україні у населення росте і зміцнюється хвиля загального незадоволення існуючим положенням усередині держави. Люди не розуміють як їм вирішувати проблеми, пов'язані з матеріальним достатком, з фізичною безпекою. Відсутність реальних видимих перспектив в осяжному сьогоденні і найближчому майбутньому все це веде до того, що люди стають озлобленими, агресивними. М.Є.Сандомирський звертає увагу на те, що стреси – не лише особиста справа окремих громадян, але і проблема суспільства в цілому. Джерела стресів пов'язані з соціальними процесами, з впливом змін способу життя на життя великих людських мас. .. люди виявляються не вільними від тих проблем, які переживає суспільство, держава в цілому» [59, С.198]. Сила, спрямованість і тривалість агресивних проявів залежить від цілого спектру психологічних, фізіологічних і ситуаційних чинників. Але в основі всякої агресивності лежить той або інший конфлікт – усвідомлюваний або несвідомий, швидкоплинний або затяжний та інші. По своїй суті всяка агресія є проявом активного, діяльного невдоволення людини умовами навколишнього життя, ближніми або самим собою. Дративливість і нетерплячість, завжди супроводжуючі мимовільні прояви агресивності, носять неприродний, нав'язливий, компульсивний характер. Зовнішні прояви агресивності незмінно пов'язані з погано усвідомлюваним почуттям страху. Погано контрольована агресивність нерідко обертається проти самого індивідуума, проявляючись в різних формах саморуйнування – від самозвинувачень і самобичувань до розтягнутого за часом самогубства у

формі никотиноманії або зловживання алкоголем. Також агресивна поведінка нерідко пов'язана з так званою дефіцитарною мотивацією, визначуваною недоліком або відсутністю тих або інших бажаних предметів або станів.[54, С.200]Так людині потрібно вперш за все усвідомити свій стан, свою проблему. У концепції ортобіозу, автором якої є І.І. Мечников, можна визначити, що вона включає турботу про фізичне здоров'я, оптимальний ритм роботи і відпочинку, рухову активність, раціональне харчування, культуру спілкування і особисту гігієну. Метою ортобіозу, за словами вченого, являється відновлення «правильної еволюції людського життя», тобто перетворення її «дисгармонії на гармонію». [54, С.201] Для людини вкрай важливо у своєму розвитку перебувати в нормальній еволюції почуття життя, що призводить зрештою до розвитку почуття насиченості життям.

У процесі подолання стресу кожна людина використовує власні стратегії (копінг-стратегії) на основі наявного в неї особистісного досвіду і її психологічних резервів, що є копінг-поведінкою. Так, копінг-стратегії – це засоби управління діючим стрес-чинником, які виникають як відповідь особистості на загрозу [28]. Ми у своєму дослідженні використали методики WOQO(в модифікації професора Н.В. Родіна), де ми використали 8-факторну модель для ситуацій само актуалізації та 7-факторну модель для екстремальних ситуацій [59]. Таким чином, ми намагаємося дослідити які саме шкали інтегральної особистості корелюють з WOQO. При наявності або відсутності яких цінностей особистості виникає погроза до виникнення нестабільного психологічного стану особистості.

На думку В.М. Заїки [15], трансформацію особистості під час подолання життєвих крих можна розглядати як здатність людини ставати суб'єктом власного життя, беручи відповідальність за результати своїх дій на себе, можна простежити зв'язок самозміни з саморозвитком. Вченими виділяються такі критерії саморозвитку: опосередкованість, цілеспрямованість,

суб'єктність, усвідомленість. Так, І.О. Шаршов зазначає, що саморозвиток є «вищим рівнем саморуху, на якому відбуваються не хаотичні, а спрямовані, усвідомлені зміни, які призводять до якісної трансформації» [59, С.116]. І.І.Чеснокова стверджує, що каталізатором процесу саморозвитку виступає ініціювання, що відбувається як «...результат усвідомлення ступеня розходження змісту реального та ідеального Я особистості» [59, С.117]. На думку Б.Д. Ельконіна, «досвід суб'єктності... - це досвід реалізації замислу в способі вирішення задачі, Це досвід ініціативної дії, тобто прийняття на себе труднощів втілення замислу». Отже, сам індивід є ініціатором зміни та розвитку, що реалізовує процес трансформації: «наявне-інше», «реалія- ідея». О.С. Штепа зазначає, що «трансформація – це процес, що веде особистість до гармонійності, більшого само розуміння та адекватного ставлення до себе. Тому усі стадії трансформації, не дивлячись на можливі негативні переживання, що їх супроводжують, є конструктивними» [49]. За іншими даними, під час переживання життєвої кризи можуть відбуватися трансформації елементів ціннісно-сислової сфери особистості; відбувається акумулювання досвіду, його структурування; розвиток вольових якостей таких, як: наполегливість, організованість, цілеспрямованість, терпіння, витримка тощо; активізація власних можливостей, творчих здібностей людини; розширення кола форм і засобів існування; і, нарешті, усвідомлення наявності сформованих у неї особистісних змін і власної продуктивної самореалізації. При подоланні кризових ситуацій відбуваються зміни в ідентичності людини, яка має два аспекти – особистісний і соціальний. Отже, кінцевим наслідком кризи при успішному її подоланні та отриманні позитивного об'єктивного результату, поєданого з особистісним зростанням і суб'єктивним переживанням власного успіху і особистісної цінності і цілісності, є зміцнення почуття впевненості в собі, власної вартості, а також позитивної трансформації самої особистості. Поряд з цим відбувається збагачення психологічних ресурсів людини, включення в її «репертуар» нових адаптаційних стратегій поведінки. Все це вказує на конструктивний

поворотний пункт в життєіснуванні людини, в її особистісному розвитку, відносно її позитивних творчих проявів. Отже, якщо ж обставини складаються так, що людина не досягає визнання на соціальному і груповому рівні, не має близьких друзів, теплої родини, затишного місця для відпочинку, то така ситуація призводить до глибокої психологічної кризи особистості [69, С.93]. Це спричиняє виникнення відчуття самотності, яке характеризується тим, що людина втрачає зв'язок між окремими елементами єдиного цілого, тобто порушується її цілісна система: змінюються не лише її окремі елементи, але і їх взаємодія та взаємовплив. Відомо, що саме цілісна структура особистості через удосконалення складових забезпечує власний гармонійний розвиток. Так, Є. Гейко трактує творчу цілісну особистість, як таку що будує власний універсам. Цей світ у його цілісній унікальній своєрідності створює умови для переживання індивідом справжньої суб'єктності. Активність, відповідальність, самостійність є тими провідними чинниками, які забезпечують індивідуальне світоутворення. Життєвий світ передбачає ціннісну ієрархізацію дійсності відповідно до часу власного життя і ставлення до людей у моральному ракурсі. Структура життєвого світу, і передусім його просторово-часові параметри, - це той спосіб особистісної організації життя, що стимулює або гальмує особистісне зростання [7]. Так, з метою забезпечення досягнення особистістю гармонійного стану слід виокремити детермінанти розвитку саме для конкретного індивіда, сформулювати потребу цілісного життя, включаючи різноманітні сфери життя людини, задля позитивного успішного розвитку. Питання психологічної та особистісної гармонії стосувалися як зарубіжні, так і українські автори. Вони висували різні критерії гармонії особистості. Ретельний аналіз цих підходів дозволив усі описані в літературі критерії гармонійного розвитку особистості розділити на кілька категорій: 1) структура гармонійної особистості, 2) успішність її функціонування, 3) оптимальність виразності рис і прагнень, 4) позитивність психологічного та фізичного стану, 5) оптимальність ставлення до себе, людей та світу в

цілому. Структурні критерії: включають збалансованість, пропорційність, узгодженість характеристик особистості, врівноваженість прояву особливостей та аспектів особистості; «хорошу внутрішню і зовнішню інтеграцію» особистості – мало внутрішніх протиріч і зовнішніх конфліктів, єдиний погляд життя і Світ, почуття єдності із собою і зі світом, виражена емоційна спрямованість. Також включають: повноту, достатню різноманітність потреб та цінностей – наявність і дефіцитарних, і розвинених буттєвих потреб та цінностей, їх достатньої значимості та гарної реалізації; оптимальне співвідношення значимості цінностей та їх доступності, значущості та реалізації зовнішніх та внутрішніх цінностей; оптимальні співвідношення самооцінки та рівня домагань, Я-концепції та реального досвіду особистості, Я-реального та Я-ідеального, і т.п. (Б.І. Додонов, А.Маслоу, В.Д. Менделевич, О.І. Мотков, В.М. Мясичев, Р. Олпорт, Ю.Л.Ольвінська, І.П. Павлов, О.О. Передільський, В.В. Ремнева, К. Роджерс, Л.М. Собчик, Є.Б. Фанталова та ін). Успішність функціонування особистості – гарна соціальна та природна адаптація; психологічне здоров'я; гарне життя - довіра організму, хороша самореалізація; наявність творчості, самоактуалізації, інтересу до життя; переважне життя у цьому, що розвивається спосіб життя; самоприйняття, ясне самовизначення; психологічний суб'єктивний добробут; підвищена життєстійкість; гарна саморегуляція; задоволеність життям; резистентність до несприятливих впливів, збереження впевненості у собі у складних ситуаціях; самостійність та автономність; епізодичне переживання щастя; реалістичний оптимізм; ритмічне чергування основних видів діяльності та почуття міри у їх розвитку, та ін., Д.О.Леонт'єв,М. Лінч, А. Маслоу, С. Мадді, В.Д. Менделевич, К.Роджерс та ін). Оптимальна вираженість рис та прагнень: підтримка середнього рівня активності, помірна вираженість рис та прагнень, емоційного збудження; невисока вираженість невротизуючих рис; оптимум мотивації відповідно до труднощі завдання (Р.М. Йеркс, Д.Д. Додсон, Г.Л.Фрімен та ін); оптимальна впевненість у собі, гарне почуття міри;

відповідність поведінки поточним потребам організму, «довіра» йому (К.Роджерс); реалістичний оптимізм; «оптимальна тривожність», «оптимальна зона функціонування», біологічна тенденція малими зусиллями домагатися більшого – принцип мінімаксу, економії сил, що оптимізує саморегуляцію та ін. Позитивність психологічного та фізичного стану – гарне фізичне та психологічне самопочуття; в цілому позитивний емоційний тон, настрої; низька або середня тривожність, оптимальний бойовий стан - «все виходить дуже добре», переживання оптимізму в очікуванні майбутніх подій, щастя (М. Аргайл, К. Байер і Л.О. Шейнберг та ін; А. Маслоу, К. Роджерс та ін). Оптимальність ставлення до себе та до Світу – позитивна, адекватна та гнучка самооцінка, прийняття себе, реалістичний та гнучкий рівень домагань; задоволеність відносинами із собою, з людьми (мала кількість конфліктів з людьми та з собою, хоча вони іноді бувають) та з природою; почуття єдності з собою, людьми та Світом; почуття краси природи, людини, предметів, позитивна картина світу тощо (М. Аргайл, К. Роджерс [83]).

Таким чином, нами було проаналізовано складові структури особистості, а саме оптимальність структури особистості (співвідношення її окремих характеристик і ширших аспектів); мотивації до гармонійного життя та відносин; результатів життя, його успішності, особливостей відносин людини; виразності рис, прагнень та станів особистості; оптимальність процесу функціонування особистості та організму в цілому. Оптимальність виразності показників особистості та його пропорцій – функція і результат роботи насамперед блоку оперативного Я – її Суб'єкта, і навіть багато в чому і спадково зумовлених властивостей темпераменту і характеру, початкової сили Я, виразності і співвідношення потреб. Крім того, вона залежить і від сили поточної мотивації до саморозвитку, до більш гармонійного життя.

Висновки до 1 розділу

За результатами теоретичного аналізу проблеми гармонійного розвитку особистості ми дійшли наступних висновків: розвиток особистості триває усе життя і для творчої та результативної участі особистості як суб'єкта у соціальних процесах необхідно сформувати стійку ієрархію цінностей (інтеріоризація), завдяки якій відбувається внутрішньо-особистісний процес формування індивідуальної, цілісної та ієрархічної системи цінностей, який полягає у встановленні в людини значущості правил, інструментів та цілей соціальної участі (як механізм соціалізації). У процесі формування особистості, її входження в суспільство вона проходить рівні адаптації, самоідентифікації, самоактуалізації та трансценденції. На кожному з цих етапів існують свої специфічні функції цінностей та особливості їх сприйняття, відбору та актуалізації. Зміна таких цінностей призводить до трансформації когнітивних здібностей особистості. Завершена інтеріоризація цінностей послідовно на чотирьох рівнях є показником гармонійно розвиненої особистості та умовою продуктивного включення людини у процес становлення та трансформації соціальних інститутів.

Щодо визначення гармонійна особистість, то ми приєднуємося до авторів, які під цим поняттям розуміють, що гармонійна особистість — це людина, яка має оптимально інтегровані динамічні внутрішні структури, узгодженість з навколишнім світом, у якій нормально протікає життєдіяльність. Особистість, яка гармонійно розвинена — це індивід, який має рівномірний розвиток у всіх сферах своєї діяльності, у якого відсутні внутрішні конфлікти, наявна внутрішня гармонія. Такий індивід має досягнення в різних напрямках, але у нього присутні спеціальні навички або вміння, які виділяються на тлі інших». Гармонійний розвиток особистості відповідає фізичній, моральній, естетичній та інтелектуальній розвиненості людини. Цей процес триває все життя людини, починаючи з виховання (тому що саме цей період для розвитку особистості є фундаментальним, який

зкладає певне світосприйняття себе та навколишнього світу) і в подальшому залежить від самої людини (самовиховання, саморозвиток). Гармонійною називається особистість, у якої є баланс між внутрішнім і зовнішнім світом. Під внутрішньою гармонією розуміється усвідомлення власного «Я». У людини відсутні внутрішні протиріччя, вона усвідомила свої переваги і недоліки, приймає себе такою яка вона є. Про зовнішню гармонію говорять тоді, коли у особи відсутні будь-які проблеми з навколишнім світом. Індивід має хороші відносини з родичами, колегами, друзями і навіть з малознайомими особами.

Вважаючи, що ми досліджували громадян України, які перебувають у стані воєнних дій, то нами було обрано проаналізувати саме емоційне благополуччя особистості. Бо ми вважаємо, що вкрай важливо також знати про характерні прояви дисгармонійної особистості: замкнутість; порушення в емоційній сфері; невмотивована агресія; проблеми з поведінкою; недовірливість; наявність сумнівів і страхів. Присутність вищевикладених рис характеру призводить до розвитку неадекватної самооцінки.

У дисгармонійних індивідів усвідомлення життя і неусвідомлені афекти перешкоджають нормальній життєдіяльності і розвитку особистості. Наявності внутрішньо особистісного конфлікту, який призводить до неможливості правильно приймати рішення, адекватно на них реагувати навіть в елементарних ситуаціях. Впливати на розвиток подібних конфліктів можуть, як зовнішні, так і внутрішні умови. Зовнішні характеризуються відсутністю можливості задовольнити глибоко значущі мотиви. У людини з'являється суперечність між його бажанням і тим, що він реально може зробити. Тут важливо визначитися з життєвими пріоритетами. Іноді не буде зайвим відвідати психолога або психотерапевта, з метою розвинення ефективних копінг-стратегій, тому що проблема може ховатися глибоко, наприклад, не виключено наявність дитячої психотравми. До внутрішніх може ставитися суб'єктивна нерозв'язність, проблематичність з'явилася у

ситуації. Дозволити такий внутрішньо особистісний конфлікт можна тільки в тому випадку, якщо індивід змінить своє ставлення до конкретного випадку, і у нього сформується нові мотиви, що дозволяють повернутися до нормальної життєдіяльності.

РОЗДІЛ 2. МЕТОДИ ТА ОСНОВНІ ЕТАПИ ДОСЛІДЖЕННЯ ГАРМОНІЙНОГО РОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ

2.1. Організація емпіричного дослідження

У першому розділі магістерської роботи нами було досліджено сучасний стан вивченості особливостей гармонійної особистості. Зокрема, ми проаналізували поняття «гармонійна особистість» та «гармонійний розвиток особистості», проаналізували з чим пов'язано виховання гармонійної особистості, дослідили при наявності яких проявів людина може називати себе гармонійно розвиненою. В ході формування завдань магістерської роботи виникла необхідність у проведенні експериментального дослідження.

Метою дослідження стало проведення теоретичного аналізу феномену розвитку особистості, визначення поняття «гармонійного розвитку особистості», визначити основні складові гармонійно розвиненої особистості, виявлення особливостей зв'язків у показників гармонійного розвитку особистості, та вибору копінг-стратегій в екстремальних ситуаціях, та ситуаціях само актуалізацій і особистісних особливостей респондентів.

Емпіричне дослідження складалось з наступних **етапів**:

1. Добір вибірки;
2. Підбір методологічної бази для дослідження гармонійності особистості, орієнтовна оцінка здорової поведінки гармонійної особистості;
3. Організація і проведення емпіричного дослідження;
4. Опис результатів опитування;
5. Аналіз та інтерпретація отриманих даних із використанням математико-статистичних методів;
6. Формування висновків, заснованих на результатах дослідження.

Дослідження здійснювалось з червня 2023 по серпень 2023 року.

Для добору піддослідних, посилання на електронний опитувальник було розіслано в інтернет чатах громадянам України, які знаходяться в Україні та тим особам, які перебувають за кордоном. Долучитися до опитування можна було за бажанням.

У дослідженні взяло участь 31 респондент - 22 жінки і 9 чоловіків, віком від 19 до 64 років, громадяни України, які перебувають на території країни і вимушено залишили її. 71 % респондентів - жінки. 29 % - чоловіки. Більшість респондентів становить вік 31-45 років (35,5%). Частка респондентів віком 46-60 становить 29 %, до 20 років- 16,1% , 21-30 років - 16,1% %, старше 60 - 3,2 %. Найбільша кількість респондентів, що працюють в Україні (рУ) мають вищу освіту: 19,4% - одну, 12,9 - дві і більше; 3,2% - мають середньо-спеціальну освіту. 3,2% респондентів працює за кордоном (пК), та має одну вищу освіту. Серед тих, хто навчається в Україні (нУ), більшість має середню освіту - 9,7%, інші категорії по 3,2% кожна. Респонденти, що навчаються за кордоном (нК), становлять 3,2% та мають одну вищу освіту. Ті, що працюють и навчаються в Україні (пнУ) становлять 9,7% та мають одну вищу освіту. Серед тих, хто працює і навчається за кордоном (пнК), дві групи по 3,2% - одне та декілька вищих освіт кожна. Незайнята група респондентів становить 22,6%: 9,7% з однією вищою освітою - ніде не навчається (нН); 19,4% - ніде не працює (нП): дві групи по 9,7% - одна вища та середньо-спеціальна освіта.

Більшість респондентів не має неповнолітніх дітей (74,2%), у тому числі респонденти у розлученні - 6,5%, вдовство - 6,5%, у відносинах - 25,8%, у шлюбі - 6,5%, не у відносинах - 29%. 25,8% респондентів має неповнолітніх дітей: 16,1% - одна дитина, 9,7 - дві дитини (у шлюбі). 3,2% респондентів, що мають одну дитину знаходяться у розлученні, 3,2% - у відносинах, 9,7% - у шлюбі. Більшість респондентів (58,1%) займається фізичними та/або духовними практиками, та відчуває у своєму житті позитивні емоції та

спокійний настрій. При відчутті залежності від близьких респонденти оцінюють свої взаємини у сім'ї по різному: як добрі - 9,7%, як погані - 9,7%, по різному - 3,2%. 3,2% респондентів оцінює стосунки як добрі і при цьому не відчуває залежності від близьких. Доля респондентів, що відчувають залежність від близьких, оцінюють свої стосунки по типу стосунків у родині, приблизно рівно по трьом категоріям. 54% респондентів мають добрі стосунки як у родині, так і з друзями; 3,2% мають добрі стосунки з друзями і погані з сім'єю; 19,4% мая нестабільні відносини у родині, мають добрі стосунки з друзями. Ніхто з респондентів не зазначив, що має погані відносини з друзями. Найбільша кількість респондентів (48,4%) часто навчаються новому і підвищували свою кваліфікацію упродовж року. 6,5% респондентів не навчаються новому і не проходили підвищення своєї кваліфікації. Більшість респондентів (41,9%) володіють методами психологічної саморегуляції і задоволені своїм життям. Більшість тих, хто не бачить сенсу у психологічної саморегуляції не задоволені своїм життям (9,7%). 51,6% респондентів має віру в себе та свої здібності, але не проходила у поточному році жодних психологічних тренінгів або семінарів. Ті респонденти (по 3,2%), які теж не проходили тренінгів не мають віру у себе, або не можуть визначитися з відповіддю.

48,4% респондентів звертаються до спеціалістів з питань розвитку своєї особистості, з них книги з саморозвитку читають - 16,1%, читають рідко - 22,6%, зовсім не читають - 9,7%. 16,1% не читає та не звертається. 51,6% респондентів бачать позитивні зміни у своєму житті та вміють вести щоденник аналізу свого життя та взаємовідносин. Усі респонденти, котрі не бачать позитивних змін не вміють вести щоденник (6,5%). Переважна більшість респондентів (90,3%) самостійно приймають рішення щодо свого життя, з них вважають себе духовно-моральними особистостями - 67,7%. У вибірці нема респондентів, котрі зазначили и про себе що вони не є духовно-моральною особистістю.

Таким чином, нами було досліджено 31 особа, з яких 21 були в Україні, та 10 були закордоном в іншій країні. До дослідження було залучено осіб обох статей. Однак, більша частина досліджуваних була жінками, що, зокрема, пояснюється тим, що території України після початку вторгнення війська Російської Федерації 24 лютого 2022 покидали в основному жінки через заборону для виїзду чоловіків. До даного дослідження було залучено 22 жінок та 9 чоловіків віком від 19 до 64 років. Опитані особи відрізнялись за рівнем освіти: чотири індивідів мали середню освіту, п'ять - середню спеціальну освіту, 16 - вищу, а 6 - дві та більше вищих освіти. Сімейне положення опитаних було наступним: 9 особистостей були самотніми, троє - розлученими, дев'ять - мали стосунки, а вісім - одруженими, двоє - вдова / вдовець. Працюють та навчаються - 4, не працюють и не навчаються - 6, не працюють, а навчаються - 6, працюють, але не навчаються - 12.

2.2. Методи дослідження

У даному дослідженні ми застосовували наступні методи:

1. Емпіричні методи. Для дослідження гармонійного розвитку особистості було залучено наступні методики:

Анкета. Анкета складалася з 21 питання, націлених на з'ясування соціально-демографічних показників, досвіду, пов'язаного з розвитком особистості, та наявності емоційної та соціальної підтримки у опитуваних. Соціально-демографічні питання включали питання про вік, стать, освіту, сімейне положення, наявність неповнолітніх дітей, наявність роботи та навчання. Питання, націлені на дослідження досвіду, чи відчувають опитувані позитивні емоції; підтримування з боку своїх близьких чи друзів; чи займаються вони регулярно фізичними вправами, духовними практиками; чи відчувають вони залежність від когось із своїх близьких. Як часто навчаються чогось нового в різних сферах свого життя, чи підвищують свій

професійний рівень. Чи задоволені вони своїм життям. Чи є віра у себе, свої здібності. Також були запитання : чи читають вони книги з саморозвитку, чи звертаються до інших фахівців за допомогою у розвитку своєї особистості. Чи вміють вони проводити аналіз свого життя щодня. Також було питання про те, чи відвідували психологічні тренінги протягом поточного року; чи самостійні вони у прийнятті рішень у своєму житті; чи задоволені своїм життям. Також анкета містила питання про те, чи подобається індивіду його життя. Анкета містила одне відкрите запитання про вік опитуваного; решта питань були закриті, та опитуваний мав обрати серед кількох варіантів відповідей один.

Методика «Опитувальник «Інтегральна гармонійність особистості ІГЛ – 3» [43], яка дозволяє вивчати та кількісно оцінювати інтегральну загальну ГЛ - узагальнену оптимальність виразності найважливіших аспектів та характеристик особистості (змінних її спрямованості, процесу та результат). Поданий опитувальник складається із 109 пунктів, що належать до 12 окремих показників, 7 пунктів складають шкалу брехні. Використовується 5 - бальна Шкала відповідей. Індивід визначає, якою мірою йому властиві перелічені (109 питань) психологічні особливості. Вибираючи свою відповідь по Шкалі можливих відповідей: 1- дуже малою мірою; 2- малою мірою; 3 - у середньому ступені; 4 - великою мірою; 5 - дуже великою мірою. Усі відповіді були надані не в балах, а формулюваннях. Рекомендований вік для проведення методики – починаючи з 15 років. Випробувані під час роботи з методикою оцінюють ступінь виразності в себе різних аспектів особистості. Твердження сформульовані таким чином, що за оцінками респондентів можна визначити вже напрацьовану, дієву гармонійність (оптимальність) виразності локусів особистості, що вивчаються.

Представлені в пунктах опитувальника аспекти та характеристики особистості виділені в результаті аналізу експертних думок відомих

психологів, які визначили деякі важливі ознаки гармонійної особистості (А.Маслоу, К. Роджерс , М. Аргайл , Р. Розен, східна психологія та ін.), а також частково взяті і раніше розроблених та пробованих методик О.І.Моткова : Оцінка сили ознак гармонійності особистості; Особистісна біографія; Спосіб життя; Психологічна культура особистості; Базові прагнення; культурологічні тенденції; Життєвепризначення; Самооцінка особистості; Ціннісні орієнтації. Крім головної мети створення методики ІГЛ - вивчення інтегральної гармонійності особистості - ставилася і додаткова мета заміни кількох методик вивчення гармонійності різних аспектів особистості одним діагностичним інструментом, що поєднує в собі всі основні показники.

0 Шкала Брехні (реалістичності) Л - пп.6, 18, 39, 50, 71, 92, 103 (число пунктів у показнику 7). Ця шкала введена визначення наявності у респондента тенденції занадто високо, нереалістично оцінювати себе. Дуже високі оцінки більшості пунктів даної шкали вказують на слабку диференційованість уявлення себе, що може призводити до неадекватно завищеним оцінкам за основними шкалами. Тому спочатку обчислюємо середнє за шкалою Л: підсумовуємо бали за зазначеними вище пунктами і ділимо отриману суму число питань, тобто на 7. Якщо середнє більше 4 балів, то дані вважаються недостовірними.

Далі бальні оцінки за пунктами у Ключі зі знаком мінус (-) переводимо за Зворотною шкалою: 1- у 5, 2 - у 4, 3 - у 3, 4 - у 2, 5 - у 1. Бали за іншими пунктами враховуються у подальших розрахунках як є (за звичайній прямій шкалі).

1 Шкала Цінності особистісної гармонії ЦГЛ – пп. 1, 14, 27, 40, 53, 65, 76. Число пунктів у показнику 7.

2 Шкала Цінності духовні ЦД (моральні, естетичні, творчість, реалістичність картини світу) – пп. 2, 15, 28, 41, 54, 66, 77, 78-, 83, 87, 96, 97, 99-, 105, 106, 107, 108, 109. Число пунктів у показнику 18.

3 Шкала Спосіб життя (його оптимальність) ОЖ - пп. 3, 16, 29, 42, 55, 67--. Число пунктів у показнику 6.

4 Шкала Саморегуляції емоцій та ін. СР – пп. 4, 17-, 30, 43, 56, 68-, 79, 86, 90, 93. Число пунктів у показнику 10.

5 Шкала Конструктивність спілкування КО – пп. 5, 19, 31-, 44, 57, 69, 89-, 91. Число пунктів у показнику 8.

6 Шкала Самогармонізація особистості СГ – пп. 7, 20-, 32, 45, 58, 70, 80, 81, 85, 88, 95, 98, 100, 104. Число пунктів у показнику 14.

7 Шкала Помірність сили бажань та досягнень Ум. - пп. 8, 21, 33, 46, 59. Число пунктів у показнику 5.

8 Шкала Самостійність (опора на себе, внутрішній локус контролю) Сам – пп. 9, 22, 34-, 47, 60-, 72. Число пунктів у показнику 6.

9 Шкала Задоволеність життям та стосунками з людьми УД – пп. 10, 23, 35, 48, 61, 73-- , 82, 84, 101-. Число пунктів у показнику 9.

10 Шкала Життєве самовизначення ЖСО – пп. 11, 24-, 36, 62, 74. Число пунктів у показнику 5.

11 Шкала Життєва самореалізація ЖСР – пп. 12, 25, 37, 51, 63. Число пунктів у показнику 5.

12 Шкала Позитивність самооцінки ПС – пп. 13, 26, 38, 49, 52, 64, 75, 94, 102. Число пунктів у показнику 9.

13 Шкала Інтегральна гармонійність особистості ІГЛ – усі пункти, крім Шкали брехні (крім №№ 6, 18, 39, 50, 71, 92, 103). Число пунктів у показнику 102.

І так у кожному показнику підраховуємо середнє арифметичне - тобто суму балів за показником ділимо на число пунктів, що входять до нього, зберігаючи два знаки після коми. Отримуємо виразність даних випробуваного (або групи) за 12 показниками методики у вигляді середніх. Показники №№ 1-12 – приватні. Робимо таблицю в Excel із середніми за кожним показником кожного випробуваного. Підраховуємо загальногрупові середні за кожним показником, а також окремо середні за даними чоловічої та жіночої статі.

Розрахунок даних за загальним показником ІГЛ.

Можна підрахувати відповіді за показником ІГЛ двома способами:

1 ручний спосіб - заснований на тому, що всі приватні показники ІГЛ приблизно однакові за своєю значимістю. Складаємо підраховані середні за кожним приватним показником у випробуваного та його суму ділимо на 12 (кількість приватних показників).

2 спосіб - вводимо в таблиці середніх даних (по кожному з 12 приватних показників в Excel) в порожньому осередку колонки ІГЛ випробуваного № 1 формулу: $=(\text{срЦГЛ} + \text{срЦД} + \text{срОЖ} + \text{срСР} + \text{срКО} + \text{срСГ} + \text{срУм} + \text{срСам} + \text{СРЖСР} + \text{СР ПС})/12$. Масив даних для обчислення середніх позначати символами за правилами Excel. Після обчислення ІГЛ у ісп. 1 поширюємо цю формулу в колонці змінної ІГЛ вниз всіх випробуваних.

Далі ми співвідносимо середні дані вибірки піддослідних з даними нормативної групи та з рівнями результатів визначеними на основі оцінок виразності якостей у ідеальної особистості та середніх у різних груп.

Знаходимо рівень гармонійності ІГЛ та її приватних показників у респондента. Гармонійним є високий рівень виразності даних за якоюсь приватною змінною і, головне, за інтегральним показником ІГЛ

ДОДАТКОВІ ПОКАЗНИКИ

Якщо у дослідженні робиться особливий акцент на вивченні цінностей випробуваних та їх дієвості, то слід підрахувати виразність додаткових показників Духовних цінностей (ЦД): моральних та естетичних цінностей, творчості та реалістичності картини Світу – за наступним Ключем.

Ключ визначення виразності духовних цінностей (їх значущості та реалізації)

Моральні цінності – пп. 2, 41, 66, 78-, 97, 105. Число пунктів у показнику 6.

Естетичні цінності – пп. 28, 77, 107, 109. Число пунктів у показнику 4.

Творчість – пп. 54, 83, 87, 99--. Число пунктів у показнику 4.

Реалістичність картини Миру – пп. 15, 96, 106, 108. Число пунктів у показнику 4.

Обробка результатів за додатковими показниками аналогічна обробці основних даних: підраховуємо середні арифметичні за кожним додатковим показником, попередньо перевіривши пун78 та 99 за зворотною шкалою відповідей. Ці середні будуть характеристиками виразності цих видів духовних цінностей.

Методика WOCQ (в модифікації Н.В. Родіни).

Перша версія опитувальника запропонована С. Фолкманом і Р.С.Лазарусом у 1980 році. На пострадянському просторі після виходу 2003 року статті С. Хаїрової опитувальник WOCQ широко використовується українськими дослідниками. Н.В. Родіна у 2010 році були розроблені нові

версії WOCQ, ключі та тестові норми на основі 8 - факторної моделі для ситуацій самоактуалізації та 7 - факторної моделі для екстремальних ситуацій.[55, 56, 57, 58, 59, 60, 61, 62].

Близьким вважається опитувальник Ways of Coping Checklist (WCCL), який адаптувався на азіатській вибірці для вивчення стратегій подолання стресу на робочому місці.

Інструкція

«Щоб відповісти на затвердження цього опитувальника, Ви повинні згадати особливу стресову ситуацію, в якій опинилися минулого тижня.

Під «стресовою» ми маємо на увазі ситуацію, яка була важкою для Вас, Вам довелося сильно переживати з приводу того, що трапилося, або докладати великих зусиль, що впоратися із ситуацією. Це могла бути суперечка чи сварка з будь-ким близьким Вам, будь-яка проблема, пов'язана з роботою чи навчанням, проблема зі здоров'ям тощо.

Насамперед відповісти на твердження опитувальника подумайте про деталі ситуації: де це сталося, хто був залучений до того, що відбувалося, як Ви діяли і чому це було важливим для Вас.

Відповідаючи на кожне твердження, тримайте цю ситуацію у пам'яті. Прочитайте кожну фразу та оцініть, наскільки у цій ситуації Ви поводитися так, як описано в цьому твердженні. Для того, щоб позначити свою відповідь, виберіть один із чотирьох варіантів оцінок»:

0 - у цій ситуації ніколи так себе не поведив;

1 – деякою мірою поведився так;

2 – більшою мірою поведився так;

3 – поведився переважно так»..

Обробка результатів

Бали за кожною шкалою копінгу виражаються у вигляді відсотка від максимально можливої кількості набраних балів за тією чи іншою шкалою (для кожної шкали максимальна кількість балів дорівнює кількості пунктів у

шкалі). Відсоткові значення легко дозволяють робити різні порівняння як між випробуваними, так і між шкалами копіngu.

Ключі та шкали

Ключ 1 (8-факторна модель Н.В. Родіни для ситуацій самоактуалізації)

Номери пунктів у шкалі Назва шкал

15, 20, 23, 30, 32, 36, 38, 56, 66 (27 = 100%) Фокусування на позитиві

4, 10, 11, 19, 50, 53, 57, 58, 59, 60 (30=100%) Прийняття бажаного за дійсне

8, 18, 22, 31, 42, 45, 63 (21 = 100%) Пошук соціальної підтримки

9, 29, 40, 51, 55, 61 (18 = 100%) Самозвинувачення

5, 25, 26, 39, 48, 49, 52, 62, 64 (27=100%) Вирішення проблеми

6, 17, 28, 34, 37, 43, 46 (21 = 100%) Поведінкова розрядка

13, 14, 21, 41, 44 (15 = 100%) Усунення

1, 2, 24, 35, 54 (15 = 100%) Аналіз проблеми

Ключ 2 (7-факторна модель Н.В. Родіни для екстремальних ситуацій)

Номери пунктів у шкалі Назва шкал

37, 38, 39, 46, 48, 49, 56, 63, 64 (27=100%) Вирішення проблеми

9, 40, 50, 51, 55, 57, 58, 59 (24=100%) Догляд у суб'єктивний світ

1, 2, 8, 15, 20, 26, 30, 34, 36, 52, 62, 66 (36=100%) Аналіз проблеми

5, 14, 19, 43, 54, 65 (18 = 100%) Самоконтроль

7, 18, 22, 23, 25, 31, 42, 45, 60 (27 = 100%) Очікування допомоги

6, 10, 13, 21, 32, 35, 41, 44 (24 = 100%) Ігнорування проблеми

3, 4, 24, 28, 53, 61 (18 = 100%) Прийняття проблеми - Відмова від рішень

Інтерпретація - Відсоткове значення за шкалами свідчить про таке:

Для 8-факторної моделі:

Відсоткове значення за шкалами свідчить про таке:

Шкала фокусування на позитиві — спроба сформуванати позитивний погляд на кризову ситуацію, знайти можливості особистісного зростання та творчого розвитку. Ситуація сприймається не такою, що несе небезпеку, бо як та, що несе можливість позитивних змін. Допускає оптимізм, активність.

Прийняття бажаного за дійсне – спроби змінити погляд на реальність шляхом фантазійного реагування. Місце реальності займають уявлення про неї. Ситуація визнається, але рівень її загрози спотворюються.

Шкала пошуку соціальної підтримки - описує спроби знайти інформаційну підтримку, матеріальну та емоційну. Ситуація сприймається як загрозна. Поведінка залежна та пасивна.

Шкала самозвинувачення - ситуація кризи сприймається як загрозна, що призводить до негативного сприйняття своєї ролі в ній. Схильність до постійного переосмислення повторних невдач, конфліктність із міжособистісним оточенням.

Вирішення проблеми - зусилля, які використовуються індивідом для пошуку вирішення складної ситуації, послідовно використовую накопичений досвід та протидії труднощам. Ситуація не оцінюється як винятково негативна, але на ній фіксується увага. Ефективний самоконтроль.

Поведінкова розрядка - виражається гострим сприйняттям загрози та призводить до спонтанних емоційно-насичених реакцій на кризову ситуацію. Може виявлятися як імпульсивних рішень, міжособистісної конфронтації. Стратегія короткочасна.

Усунення - спосіб відокремити себе від ситуації, звести до мінімуму її значимість.

Аналіз проблеми — зусилля щодо раціонального аналізу важкої ситуації, створення плану її вирішення. Особистісна зрілість. Передбачає активну когнітивну діяльність із формування та оцінки конкуруючих шляхів вирішення проблеми. Ситуація оцінюється як когнітивне завдання.

Для 7-факторної моделі:

Шкала розв'язання проблеми - розуміється як зусилля, які використовуються індивідом для пошуку вирішення складної ситуації, послідовно використовують накопичений досвід та протидії труднощам. Ситуація не оцінюється як винятково негативна, але на ній фіксується увага. Ефективний самоконтроль.

Відхід у суб'єктивний світ — спроби вирішити ситуацію шляхом фантазування, ухвалення бажаного за дійсне, проекція своїх дій у уявне майбутнє. Передбачає самоаналіз, відхід від себе, відхід від реальності. Ситуація розцінюється як загрозна внутрішній цілісності, що може спричинити агресію.

Аналіз проблеми - зусилля щодо раціонального аналізу важкої ситуації, створення плану її вирішення. Особистісна зрілість. Передбачає активну когнітивну діяльність із формування та оцінки конкуруючих шляхів вирішення проблеми. Ситуація оцінюється як когнітивне завдання.

Самоконтроль — зусилля щодо регулювання власного емоційного стану, викликаного складною ситуацією. Емоції та почуття ховаються, спроба дистанціювання від них.

Очікування допомоги – спроба отримати підтримку міжособистісного оточення. Зусилля інформувати про складну життєву ситуацію. Ситуація оцінюється як загрозна. Фрустрування потреби у вільній самореалізації та соціальному статусі.

Ігнорування проблеми - свідоме та несвідоме неприйняття реальної ситуації, небажання визнавати її існування або зниження її значущості. Ситуація не оцінюється як реалістична. Можливий активний захисний механізм заперечення. Зайва впевненість у власних силах.

Ухвалення проблеми-відмова від рішень - уникнення важкої ситуації, де вона визнається, але не вживаються дії щодо її вирішення. Ситуація розцінюється як потенційно небезпечна, але така, що не вимагає миттєвих дій. Поведінкові реакції блокуються, а соціальні контакти обмежуються.

Методи математичної статистики: методи описової статистики (діапазон значень, середнє значення та стандартне відхилення), критерій хі-квадрат Пірсона для порівнянні частот номінальних змінних, непараметричний тест Манна-Уїтні для порівняння середніх значень інтервальних змінних. Для перевірки нормальності розподілення

використовували критерій Шапіро-Уїлка [89]. Статистичний аналіз отриманих даних проводили в програмі SPSS IBM Statistics.

Таким чином нами було проведено дослідження щодо гармонійного розвитку особистості, в умовах стресових ситуацій та в ситуаціях самоактуалізації 31 респондента за допомогою вище перелічених методів та методик.

Висновки до розділу 2

У даному розділі наведено організацію проведення емпіричного дослідження для вивчення гармонійного розвитку особистості. Другий розділ складається з двох підрозділів. Перший підрозділ описує процедуру проведення емпіричного дослідження. У даному підрозділі наведено відомості щодо формування вибірки дослідження, якою виступали 31 особа, з яких 22 жінки та 9 чоловіків. Емпіричне дослідження проводилось у період з червня по серпень 2023 року.

Другий підрозділ описує власне уже обрані методики емпіричного дослідження. До дослідження були залучені наступні методики: анкетування, Опитувальник «Інтегральна гармонійність особистості ІГЛ – 3» (О.І.Моткова), Методика WOCQ (в модифікації професора Н.В. Родіна). У 2010 році були розроблені нові версії WOCQ, ключі та тестові норми на основі 8 - факторної моделі для ситуацій самоактуалізації та 7 - факторної моделі для екстремальних ситуацій. Обрані методики надають нам можливість дослідити гармонійний розвиток особистості.

РОЗДІЛ 3. РЕЗУЛЬТАТИ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ ГАРМОНІЙНОГО РОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ

3.1. Аналіз особливостей зв'язку показників тесту ІГЛ та особистісних особливостей респондентів

У дослідженні цієї роботи взяли участь 31 респондент. Середній вік 38,5 років (від 19 до 64 років). 9 жінок, 22 чоловіки.

Аналіз шкали "Брехня" не показав високих значень, таким чином до подальшого аналізу приймаються дані всіх респондентів.

Щоб описати отримані дані, ми звертатимемося до роботи О.І.Моткова. Для виявлення зв'язків користуватися статистичними методами. Розрахунки проводились у програмі SPSS.

Для того щоб вибрати параметричні або непараметричні статистичні методи, проаналізуємо отримані дані на нормальний розподіл.

Таблиця 3.1

Описові частоти.

	ЦГ Л	ЦД	ОЖ	СР	КО	СГ	Ум	Сам	Уд	ЖС О	ЖС Р	ПС	ІГ Л
Середнє	3,22	3,79	3,74	3,57	3,65	3,89	3,62	3,51	3,68	3,73	3,56	3,30	3,90
Медіана	3,14	4,00	3,67	3,67	3,67	3,88	3,75	3,60	3,68	3,76	3,60	3,20	3,90
Мода	3,14	4,00	3,56	3,67	3,50	3,88	3,79	3,60	3,33	3,22	3,40	3,20	4,22
Ассимет рія	- 0,195	- 0,922	- 0,002	- 0,109	- 0,020	- 0,045	- 0,450	- 0,352	- 0,232	- 0,101	- 0,725	- 0,444	- 0,946
Екссес	- 0,179	- 0,673	- 0,511	- 0,283	- 0,476	- 0,793	- 0,782	+ 0,083	- 0,946	- 0,963	+ 0,990	+ 0,353	+ 1,353

Ми можемо спостерігати розподіл близький до асиметрії, оскільки показники середнього, медіани та моди близькі один до одного. Однак, варто зауважити, що у всіх випадках, крім шкали "Самогармонізація особистості", дані частоти не рівні.

Ми спостерігаємо негативну асиметрію всіх шкал, що говорить про те, що розподіли "нахилені" праворуч. Всі значення асиметрії знаходяться в

допустимому діапазоні ± 1 . Однак, за шкалами "Духовні цінності" та "ІГЛ" значення знаходяться дуже близько до меж допустимого діапазону. Показники ексцесу для нормального розподілу в діапазоні ± 1 свідчать про достатню нормальність розподілу. Як ми бачимо шкала "ІГЛ" знаходиться вище цього діапазону, а шкали "Задоволеність життям та відносинами з людьми", "Життєве самовизначення" та "Життєва самореалізація", знаходяться на межі діапазону.

В додатку А розглянуто гістограми шкал та їх порівняння з нормальним розподілом.

Проанлізувавши графіки, бачимо, що нормальному розподілу відповідає лише шкала "Конструктивність спілкування".

Аналіз показав, більшість шкал можна зарахувати до нормального розподілу лише умовно, а основна шкала "Інтегральна гармонійність особистості" в ексцесі немає нормального розподілу.

Для подальшого статистичного аналізу ми обираємо непараметричні методи. Також будуть використовуватися описові та порівняльні методи.

О.І. Мотков експериментально визначив діапазон гармонійного високого рівня характеристик ІГЛ, що становить 4,00-4,50 бала. При цьому він назвав нижньою межею оптимальної виразності ІГЛ, з якою можна говорити про наявність особистісної гармонії у людини. У вибірці ми бачимо середнє в діапазоні 3,22 - 3,90 (3,628 в середньому за всіма показниками), що нижче за нижню межу, позначену О.І. Мотковим. Відповідно ми можемо говорити про те, про недостатність особистісної гармонії даних респондентів.

Таблиця 3.2

Середні та стандартні відхилення за показниками методики ІГЛ.

Мінімум	Максимум	Середнє		Середньоквадратичне відхилення		Шкала	
		Респонд.	ІГЛ	Респонд.	ІГЛ		
2,14	4,00	3,22	3,83	0,46	0,57	ЦОГ	1
2,57	4,57	3,79	3,80	0,47	0,48	ЦД	2
2,89	4,67	3,74	3,77	0,44	0,59	ОЖ	3
2,83	4,33	3,57	3,65	0,37	0,50	СЕ	4
2,70	4,60	3,65	3,79	0,43	0,46	КС	5
3,00	4,63	3,89	3,66	0,45	0,56	СО	6
2,71	4,36	3,62	3,57	0,43	0,60	Пм	7
3,00	4,40	3,51	3,72	0,36	0,56	С	8
2,67	4,50	3,68	3,74	0,50	0,56	Зд	9
2,89	4,44	3,73	3,48	0,44	0,62	ЖСВ	10
2,20	4,40	3,56	3,35	0,47	0,69	ЖСР	11
2,00	4,80	3,30	3,87	0,64	0,54	ПС	12
2,44	4,78	3,90	3,69	0,51	0,40	ІГО	13

Середньоквадратичне відхилення значень у респондентів менше, ніж за методикою ІГЛ, за винятком більшого значення за параметрами: позитивна самооцінка та загального параметра ІГЛ.

Для визначення рівня характеристики, ми спиратимемося на дані, отримані за методиками ІГЛ.

Таблиця 3.3

Приблизні рівні виразності середніх даних респондентів різного віку (15-88 років), обох статей за показниками методики ІГЛ у балах.

Рівень	ЦОГ	ЦД	ОЖ	СЕ	КС	СО	Пм	С	Зд	ЖСВ	ЖСР	ПС	ІГО
Високий	4,00-4,50	4,00-4,50	4,10-4,60	4,00-4,50	4,10-4,60	4,00-4,50	3,70-4,40	4,10-4,60	4,05-4,55	3,80-4,50	3,80-4,40	4,00-4,50	4,00-4,50
Псевдо-високий	5,41-5,00	4,51-5,00	4,61-5,00	4,41-5,00	4,61-5,00	4,51-5,00	4,41-5,00	4,61-5,00	4,46-5,00	4,51-5,00	4,41-5,00	4,51-5,00	4,51-5,00
Середній	3,00-3,99	3,00-3,99	3,10-4,09	3,00-3,99	3,10-4,09	3,00-3,99	2,80-3,69	3,10-4,09	3,00-4,04	2,90-3,79	2,90-3,79	3,00-3,99	3,00-3,99
Низкий	1,00-2,99	1,00-2,99	1,00-3,09	1,00-3,29	1,00-3,09	1,00-2,99	1,00-2,79	1,00-3,09	1,00-2,99	1,00-2,89	1,00-2,89	1,00-2,99	1,00-2,99

В додатку Б подані таблиці з рівнями виразності середніх даних за показниками методики ІГЛ у балах за групами "усі респонденти", "чоловіки",

"жінки". Згідно з аналізом таблиці Б1 оптимальному рівню за методикою ІГЛ відповідають 26% від усіх значень.

Розглянемо докладніше значення шкал особистісної гармонії у респондентів.

Таблиця 3.4

Частотність рівнів за показниками методики ІГЛ, усі респонденти.

Рівень	ЦОГ	ЦД	ОЖ	СЕ	КС	СО	Пм	С	Зд	ЖСВ	ЖСР	ПС	ІГО
Високий (27%)	16	11	3	4	9	8	9	8	7	13	4	12	5
Псевдо-високий (3%)	1	1	0	1	2	0	0	1	0	0	2	3	0
Середній (63%)	12	18	24	24	20	21	22	17	23	16	17	15	25
Низкий (7%)	2	1	4	2	0	2	0	5	1	2	8	1	1
сер.	3,79	3,72	3,58	3,65	3,90	3,62	3,53	3,69	3,75	3,59	3,32	3,89	3,69

90% респондентів показали високий та середній рівні особистісної гармонії. 3% показали псевдовисокий, що може характеризуватись їх бажанням показати себе в процесі опитування краще, ніж є. 7% продемонстрували низький рівень.

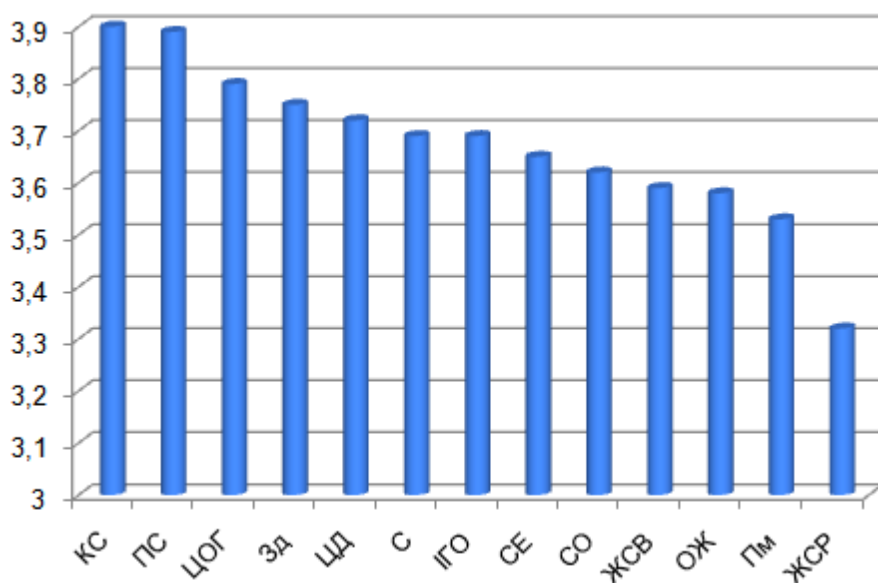


Рис. 3.1 Ранжування шкал за середньою, загальна вибірка

Вищий рівень респонденти демонструють за шкалами "Конструктивність спілкування" та "Позитивність самооцінки". Найнижчий рівень респонденти демонструють за шкалою "Життєва самореалізація".

На підставі цих даних, ми можемо говорити про те, що респонденти мають навички комунікацій, вважаючи важливим виявляти гнучкість у пошуку компромісів при спілкуванні з іншими людьми. Вважають, що важливо поважати та чути інших людей. Ми можемо припустити, що це проектна властивість, заснована на власному позитивному відчутті себе, вірі у свої здібності. В оцінці себе як гармонійних, та чуйних людей. При цьому респонденти можуть бути демотивовані життєвою ситуацією, занадто критично ставитися до своїх успіхів, відчувати труднощі з вольовою саморегуляцією.

Проведемо оцінку відмінностей між шкалами ІГЛ та іншими факторами.

Для оцінки відмінностей між двома вибірками за рівнем параметрів ми вибираємо непараметричний U-критерій Манна-Уїтні, тому що маємо малу вибірку ($n_1, n_2 \geq 3$ (наш випадок) або $n_1 = 2, n_2 > 5$). Розрахунки проводяться у програмі SPSS, якщо $n > 20$, ми використовуємо також інтерпретацію розміру ефекту згідно з Дж. Коена, згідно з таблицею.

Таблиця 3.5

Інтерпретація розміру ефекту згідно з Дж. Коеном.

Умови	Розмір ефекту
$0,00 \leq ES \leq 0,10$	Несуттєвий
$0,10 \leq ES \leq 0,30$	Малий
$0,30 \leq ES \leq 0,50$	Середній
$0,50 \leq ES \leq 1,00$	Великий

Рівнем статистичної значущості приймається 5% рівень ($p \leq 0,05$).

Проаналізуємо, чи існує взаємозв'язок між шкалами ІГЛ та фактором А: пол.

H₀: Чоловіки не відрізняються від жінок за рівнем ІГЛ за різними шкалами.

H1: Чоловіки відрізняються від жінок за рівнем ІГЛ за різними шкалами.

Таблиця з оцінками відмінностей між вибірками "стать" та "шкали ІГЛ" за U-критерієм Манна-Уїтні подані в таблиці В1 (додаток В)

Результати вказують на відсутність суттєвої різниці в рівні шкал ІГЛ та статі за шкалами: ЦОГ, ОЖ, КС, СО, Пм, С, Зд, ЖСВ, ІГО.

При цьому, незважаючи на те, що немає достатніх доказів для відхилення H_0 за шкалами 6 ("Самогармонізація особистості"), 8 ("Самостійність"), ми спостерігаємо середній розмір ефекту за Дж. Коеном, що говорить про те, що ми не можемо стверджувати про відсутність відмінностей.

За шкалами ЦД, СЕ, ЖСР, ПС маємо достатньо доказів, щоб скасувати нульову гіпотезу. За даними шкалами спостерігається суттєва різниця між рангами у чоловіків і жінок, емпіричним і критичним U , за ймовірності $p \leq 0,05$, також ми бачимо середній розмір ефекту за Дж. Коеном, що дозволяє нам стверджувати про дійсну наявність відмінностей.

Таким чином, ми можемо говорити про дійсну наявність відмінностей у шкалах:

- "Цінності духовні". $M_{sr} = 3,13$ (середній рівень), $J_{sr} = 3,72$ (середній рівень). Середній ранг за параметром "чоловік" – 10,61 (сума рангів – 95,50), за параметром "жінка" – 18,20 (сума рангів – 400,50).

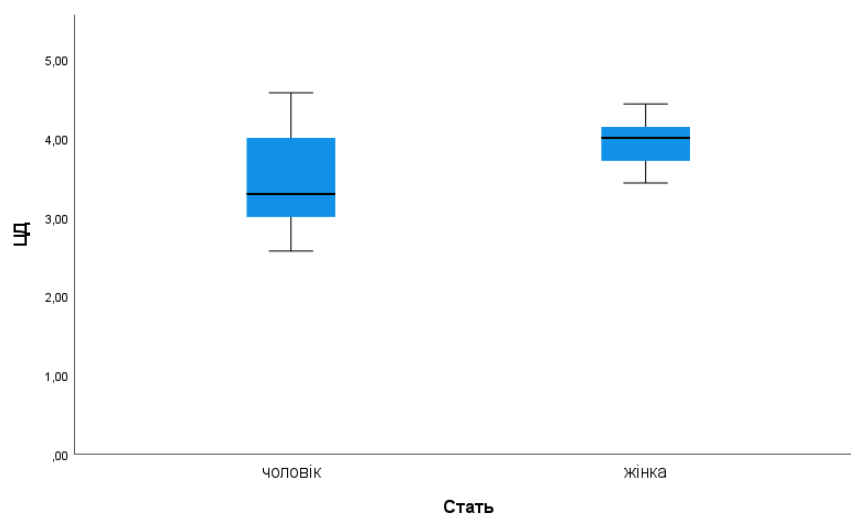


Рис. 3.2 Оцінка впливу статі до рівня шкали " Цінності духовні "

Жінки мають вищий рівень за шкалою "Цінності духовні", ніж чоловіки. Це може свідчити у жінок, порівняно з опитаними чоловіками, більш розвинених моральних стосунків до людей та природи, яскравіших творчих проявів, прагнення побудувати обґрунтовану та реалістичну картину світу.

- "Саморегуляція емоцій" (М ср = 3,06 (низький рівень), Ж ср = 3,65 (середній рівень)). Середній ранг за параметром "чоловік" – 10,22 (сума рангів – 92,00), за параметром "жінка" – 18,36 (сума рангів – 404,00).

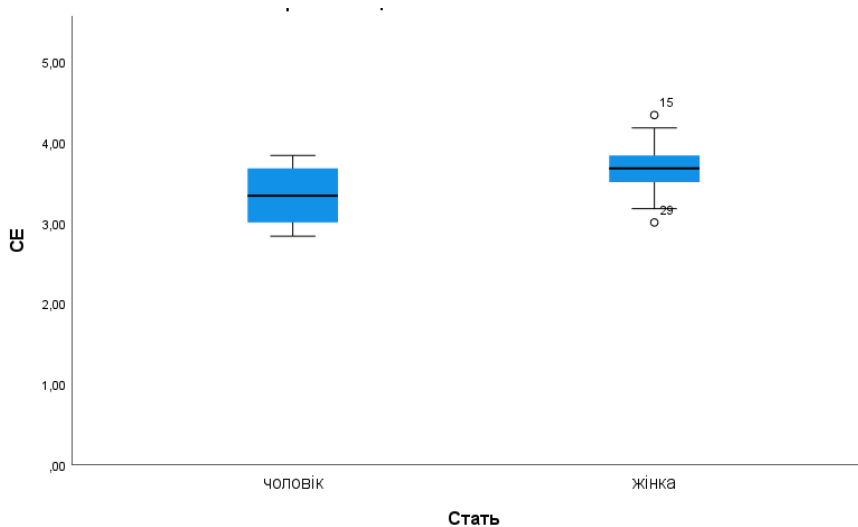


Рис. 3.3 Оцінка впливу статі на рівень шкали "Саморегуляція емоцій".

Жінки мають вищий рівень за шкалою "Саморегуляція емоцій", ніж чоловіки. Це може свідчити у жінок, порівняно з опитаними чоловіками, наявності найкращого контролю над своїми емоціями у звичайній та стресовій ситуаціях. Вони можуть краще зберігати ясність думок у більшості конфліктних ситуацій. Можуть частіше виявляти життєстійкість, збереження впевненості та цілеспрямований пошук розумного виходу у важких ситуаціях.

- "Життєва самореалізація" (М ср = 2,69 (низький рівень), Ж ср = 3,32 (середній рівень)). Середній ранг за параметром "чоловік" - 10,22 (сума рангів - 92,00), за параметром "жінка" – 18,36 (сума рангів – 404,00).

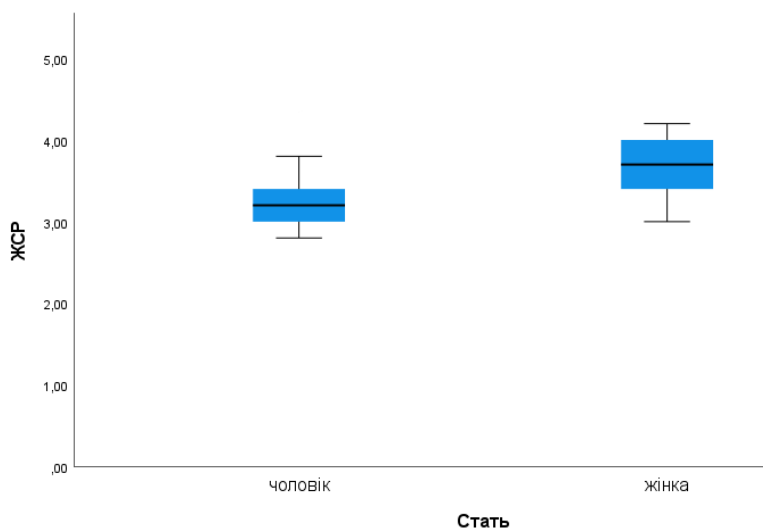


Рис. 3.4 Оцінка впливу статі на рівень шкали "Життєва самореалізація".

Жінки мають вищий рівень за шкалою "Життєва самореалізація", ніж чоловіки. Це може свідчити у жінок, порівняно з опитаними чоловіками, більш високе задоволення рівнем своїх успіхів у різних сферах життя. Вони можуть частіше реалізовувати свої життєві цілі та плани.

- "Позитивність самооцінки" (М ср = 3,19 (середній рівень), Ж ср = 3,89 (середній рівень)). Середній ранг за параметром "чоловік" - 10,78 (сума рангів - 97,00), за параметром "жінка" – 18,14 (сума рангів – 399,00).

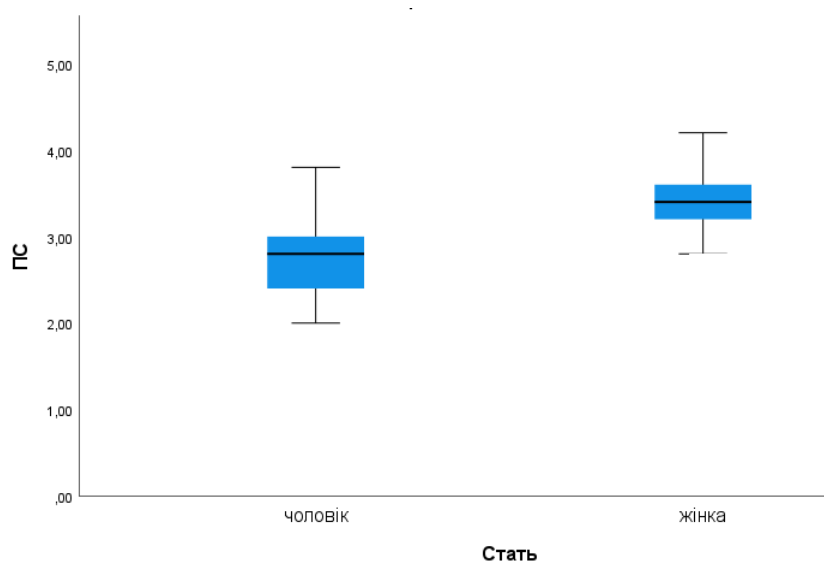


Рис. 3.6 Оцінка впливу статі на рівень шкали "Позитивність самооцінки".

Жінки мають вищий рівень за шкалою "Позитивність самооцінки", ніж чоловіки. Це може свідчити, що в жінок, порівняно з опитаними чоловіками, більш позитивне уявлення про себе, віра у своє призначення та свої здібності. Вони можуть бути більш чуйними. Почуватися більш гармонійними особистостями.

Згідно з проведеним дослідженням, жінки в середньому демонструють високий рівень за даними шкалами. При цьому О.І. Мотков, не виявив різниці за даними ознаками.

Розглянемо рівні шкал, залежно від гендерної складової, зокрема "респонденти-чоловіки". Рівні вираженості середніх даних за показниками методики ІГЛ у балах більш детально розглянуто в Додатку Б (таблиця Б2).

Таблиця 3.6

Частотність рівнів за показниками методики ІГЛ, чоловіки.

Рівень	ЦОГ	ЦД	ОЖ	СЕ	КС	СО	Пм	С	Зд	ЖСВ	ЖСР	ПС	ІГО
Високий (17%)	2	2	0	1	0	3	2	2	1	2	1	3	1
Псевдо-високий (3%)	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0
Середній (61%)	4	5	6	5	8	5	7	5	8	5	2	4	7
Низкий (19%)	2	1	3	3	1	1	0	2	0	2	5	1	1
сер.	3,79	3,72	3,58	3,65	3,90	3,62	3,53	3,69	3,75	3,59	3,32	3,89	3,69

78% респондентів-чоловіків показали високий та середній рівні особистісної гармонії. 3% показали псевдовисокий, що може характеризуватись їх бажанням показати себе в процесі опитування краще, ніж є. 19% продемонстрували низький рівень. При цьому за шкалою життєва самореалізація цей параметр найвищий.

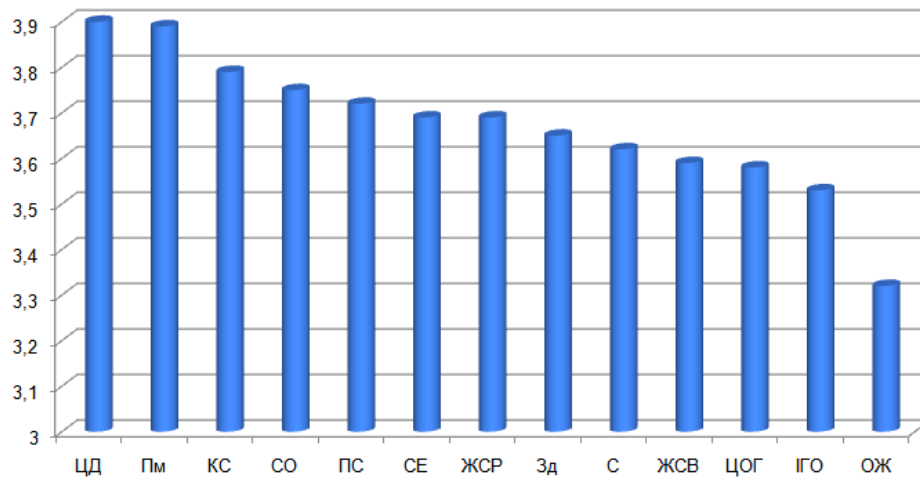


Рис. 3.7 Ранжування шкал за середньою, чоловіки.

Вищий рівень респонденти-чоловіки демонструють за шкалами "Цінності духовні" та "Поміркваність сили бажань і досягнень". Найнижчий рівень, респонденти демонструють за шкалою "Спосіб життя".

Таким чином, ми можемо зробити висновок, що респонденти-чоловіки більш сконцентровані на розвитку моральних та пізнавальних цінностях, на поглибленні розуміння устрою світу при цьому реалістично оцінюючи життєві ситуації, виявляючи почуття міри у своїх бажаннях та очікуваннях, що може викликати нахил у бік якогось вузького кола інтересів та занять.

Аналізуючи таблицю, ми можемо бачити, що середні показники шкал за вибіркою чоловіків, знаходяться на середньому та низькому рівні гармонізації особистості.

На низькому рівні перебувають: самогармонізація особистості, поміркваність сили бажань та досягнень, життєва самореалізація. Це може свідчити про відсутність прагнення до саморозвитку особистісної гармонії, різкої акцентуації характеру та недостатньої мотивації у досягненнях. Ми можемо припустити наявність підвищеної критичності у респондентів-чоловіків до своїх успіхів, неясність свого життєвого шляху.

Розглянемо рівні шкал залежно від гендерної складової "чоловік" та її взаємозв'язок із наступними суб'єктивно оціненими респондентами факторами:

Фактор Б: працює (навчається) / не працює (не навчається);

Фактор В: у шлюбi (у вiдносинах)/розлучення (не у вiдносинах);
 Фактор Г: респондент навчається новому часто/не часто (нi);
 Фактор Д: респондент має навички саморегуляції емоцій / не має;
 Фактор Е: респондент вважає себе духовно-моральною людиною/не вважає (не впевнений). Так як вибірка по чоловікам менше 20, ми не проводимо оцінку розміру ефекту.

Проаналізуємо, чи існує взаємозв'язок між шкалами ІГЛ та фактором Б.

H0: Чоловіки, які працюють (вчаться), не відрізняються від чоловіків, які не працюють (не вчаться) за рівнем ІГЛ за різними шкалами.

H1: Чоловіки, які працюють (вчаться), відрізняються від чоловіків, які не працюють (не вчаться) за рівнем ІГЛ за різними шкалами.

Таблиця з оцінками відмінностей між фактором Б та "шкалами ІГЛ" за U-критерієм Манна-Уїтні (чоловіки), подані в таблиці В2 (додаток В).

За шкалою 1 "Цінності особистісної гармонії" маємо достатньо доказів, щоб скасувати нульову гіпотезу. За цією шкалою спостерігається суттєва різниця між рангами у чоловіків, які працюють або навчаються і тими, які не працюють і не навчаються, емпіричним та критичним U, за ймовірності $p \leq 0,05$, що дозволяє нам стверджувати про дійсну наявність відмінностей. Середній ранг за параметром "працює/навчається" - 3,50 (сума рангів - 21,00), за параметром "не працює/не вчиться" - 8,00 (сума рангів - 24,00).

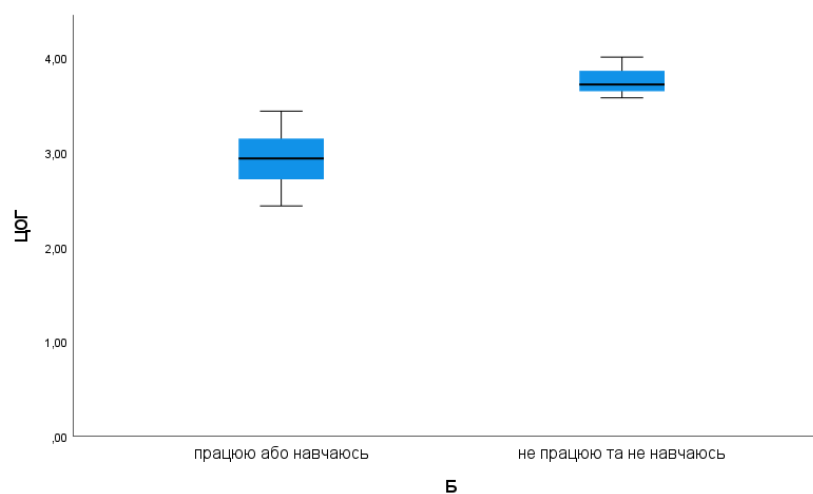


Рис. 3.8 Оцінка впливу зайнятості до рівня шкали "Цінності особистісної гармонії".

Чоловіки, які не працюють і не навчаються, мають більш високий рівень за шкалою "Цінності особистісної гармонії", ніж чоловіки зайняті на роботі або навчанні. Це може свідчити, що чоловіки, які не зайняті у навчанні чи роботі, можуть мати сильніше бажання стати гармонійнішими, сильнішими прагнуть бути врівноваженими, жити більш повним життям. Можливо, вони мають ширше коло інтересів, ніж чоловіки, які зайняті на роботі чи навчанні.

За шкалою 5 "Конструктивність спілкування" ми маємо достатньо доказів, щоб скасувати нульову гіпотезу. За цією шкалою спостерігається суттєва різниця між рангами у чоловіків, які працюють або навчаються і тими, які не працюють і не навчаються, емпіричним та критичним U , за ймовірності $p \leq 0,05$, що дозволяє нам стверджувати про дійсну наявність відмінностей. Середній ранг за параметром "працює/вчиться" - 3,58 (сума рангів - 21,50), за параметром "не працює/не вчиться" - 7,83 (сума рангів - 23,50).

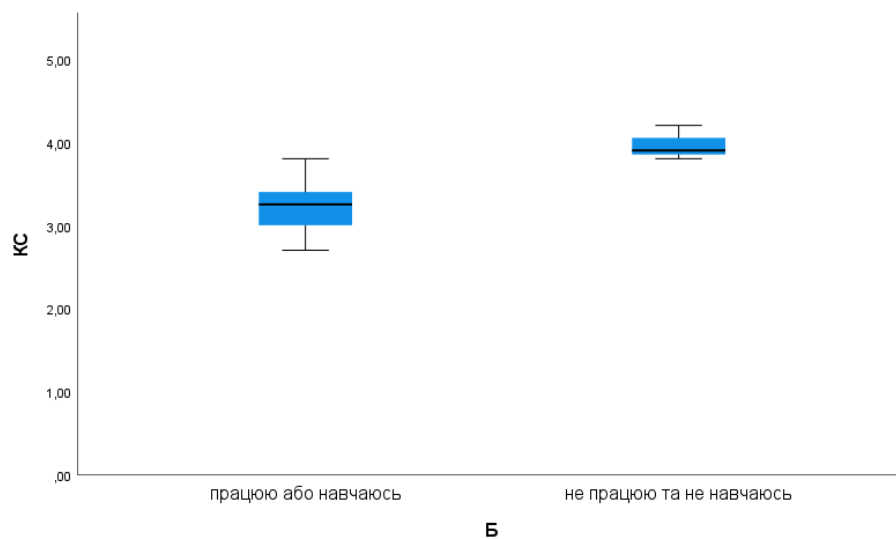


Рис. 3.9 Оцінка впливу зайнятості до рівня шкали "Конструктивність спілкування".

Чоловіки, які не працюють і не навчаються, мають більш високий рівень за шкалою "Конструктивність спілкування", ніж чоловіки зайняті на роботі або навчанні. Це може свідчити, що чоловіки, які не зайняті у навчанні чи роботі, можуть вміти краще висловлювати свої негативні емоції. Можуть

уважніше, порівняно з чоловіками, які працюють чи навчаються, слухати співрозмовника, у суперечках виявляти велику гнучкість, незацикленість та велику схильність шукати аргументи для співпраці чи компромісу. Вони найчастіше вірять у позитивне ставлення до них інших людей.

Оцінка за фактором С.

H0: Чоловіки, які перебувають у стосунках / шлюбі, не відрізняються від чоловіків, які перебувають у відносинах / розведені за рівнем ІГЛ за різними шкалами.

H1: Чоловіки, які перебувають у стосунках / шлюбі, не відрізняються від чоловіків, які перебувають у стосунках / розведені за рівнем ІГЛ за різними шкалами.

Таблиця з оцінками відмінностей між фактором В та "шкалами ІГЛ" за U-критерієм Манна-Уїтні (чоловіки), подані в таблиці В3 (додаток В).

Ми можемо говорити, що немає достатніх доказів для відхилення нульової гіпотези. Таким чином, у нашій репрезентативній групі наявність у чоловіків стосунків або їхня відсутність не впливає на їхній рівень шкал гармонізації особистості.

Оцінка Г.

H0: Чоловіки, які навчаються новому, часто не відрізняються від чоловіків, які рідко або ніколи не навчаються новому за рівнем ІГЛ за різними шкалами.

H1: Чоловіки, які навчаються новому, часто не відрізняються від чоловіків, які рідко або ніколи не навчаються новому за рівнем ІГЛ за різними шкалами.

Таблиця з оцінками відмінностей між фактором Г та "шкалами ІГЛ" за U-критерієм Манна-Уїтні (чоловіки), подані в таблиці В4 (додаток В).

Ми можемо говорити, що немає достатніх доказів для відхилення нульової гіпотези. Таким чином, у нашій репрезентативній групі, частота навчання чогось нового у чоловіків, не впливає на їхній рівень шкал гармонізації особистості.

Оцінка Д.

H0: Чоловіки, які мають навички саморегуляції емоцій не відрізняються від чоловіків, які не мають цих навичок за рівнем ІГЛ за різними шкалами.

H1: Чоловіки, які мають навички саморегуляції емоцій не відрізняються від чоловіків, які не мають цих навичок за рівнем ІГЛ за різними шкалами.

Таблиця з оцінками відмінностей між фактором Д та "шкалами ІГЛ" за U-критерієм Манна-Уїтні (чоловіки), подані в таблиці В5 (додаток В).

Ми можемо говорити, що немає достатніх доказів для відхилення нульової гіпотези. Таким чином, у нашій репрезентативній групі наявність або відсутність у чоловіків навички саморегуляції емоцій не впливає на їхній рівень шкал гармонізації особистості.

Оцінка О.

H0: Чоловіки, які вважають себе духовно-моральними людьми, не відрізняються від чоловіків, які не вважають себе духовно-моральними людьми або сумніваються в цьому питанні за рівнем ІГЛ за різними шкалами.

H1: Чоловіки, які вважають себе духовно-моральними людьми, не відрізняються від чоловіків, які не вважають себе духовно-моральними людьми або сумніваються в цьому питанні за рівнем ІГЛ за різними шкалами.

Таблиця з оцінками відмінностей між фактором Е та "шкалами ІГЛ" за U-критерієм Манна-Уїтні (чоловіки), подані в таблиці В6 (додаток В).

Ми можемо говорити, що немає достатніх доказів для відхилення нульової гіпотези. Таким чином, у нашій репрезентативній групі суб'єктивна оцінка чоловіками себе як духовно-моральної людини не впливає на їхній рівень шкал гармонізації особистості.

Розглянемо рівні шкал залежно від гендерної складової, зокрема "респонденти-жінки". Рівні вираженості середніх даних за показниками методики ІГЛ у балах більш детально розглянуто в додатку Б (таблиця Б3).

Таблиця 3.7

Частотність рівнів за показниками методики ІГЛ, жінки.

Рівень	ЦОГ	ЦД	ОЖ	СЕ	КС	СО	Пм	С	Зд	ЖСВ	ЖСР	ПС	ІГО
Високий (30%)	12	9	3	3	9	5	7	6	6	11	3	9	4
Псевдо-високий (2%)	0	0	0	1	1	0	0	1	0	0	1	2	0
Середній (65%)	10	13	18	16	12	16	15	12	15	11	18	11	18
Низький (3%)	0	0	1	2	0	1	0	3	1	0	0	0	0
сер.	3,22	3,94	3,79	3,67	3,72	3,98	3,67	3,59	3,76	3,80	3,69	3,43	4,00

95% респондентів-жінок показали високий та середній рівні особистісної гармонії. 3% показали псевдовисокий, що може характеризуватись їх бажанням показати себе в процесі опитування краще, ніж є. 3% продемонстрували низький рівень.

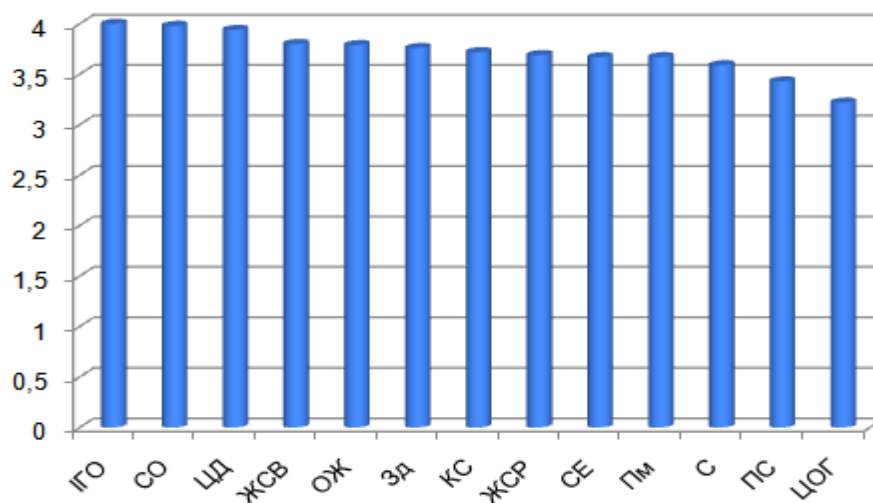


Рис. 3.10 Ранжування шкал за середньою, жінки.

Вищий рівень респонденти-жінки демонструють за шкалами "Інтегральна гармонійність особистості", "Самогармонізація особистості" та "Цінності духовні". Найнижчий рівень респонденти демонструють за шкалою "Цінності особистісної гармонізації".

Таким чином, ми можемо зробити висновок, що респонденти-жінки мають вищу, ніж чоловіки, оптимальну вираженість за всіма шкалами. Що

може бути досягнуто за рахунок більш високої гнучкості в управлінні своїми емоціями, прагненні зберігати спокій у стресових ситуаціях, активну турботу про своє здоров'я та цілеспрямований саморозвиток. А також, за рахунок важливості таких параметрів як доброзичливість, повага та прагнення допомогти іншим. Проте, можливе недостатньо широке коло інтересів і опора на хараткр, що вже склався, відносин з людьми і навколишнім світом.

Аналізуючи таблицю, ми можемо бачити, що середні показники шкал за вибіркою "жінки", знаходяться на високому та середньому рівнях гармонізації особистості. У порівнянні з вибіркою "чоловіки" практично відсутні значення у крайніх рівнях. Так ІГЛ загальне для вибірки "жінки" знаходиться в діапазоні "високий", що свідчить про більш гармонійну виразність характеристик особистості.

Розглянемо рівні шкал залежно від гендерної складової "жінка" та її взаємозв'язок із вищеназваними суб'єктивно оціненими респондентами факторами Б-Є.

Оскільки вибірка перевищує 20, ми досліджуватимемо і розмір ефекту.

Проаналізуємо, чи існує взаємозв'язок між шкалами ІГЛ та фактором Б.

H0: Жінки, які працюють (навчаються) не відрізняються від жінок, які не працюють (не навчаються) за рівнем ІГЛ за різними шкалами.

H1: Жінки, які працюють (вчаться) не відрізняються від жінок, які не працюють (не навчаються) за рівнем ІГЛ за різними шкалами.

Таблиця з оцінками відмінностей між фактором Б та "шкалами ІГЛ" за U-критерієм Манна-Уїтні (жінки), подані в таблиці В6 (додаток В).

Ми можемо говорити, що немає достатніх доказів для відхилення нульової гіпотези. Таким чином, у нашій репрезентативній групі наявність або відсутність у жінок зайнятості не впливає на їхній рівень шкал гармонізації особистості. Неістотний або малий ES, підтверджує, що відмінностей, швидше за все, дійсно немає.

Оцінка за фактором С.

H0: Жінки, які перебувають у стосунках/шлюбі, не відрізняються від жінок, які перебувають у стосунках/розведені за рівнем ІГЛ за різними шкалами.

H1: Жінки, які перебувають у стосунках/шлюбі, не відрізняються від жінок, які перебувають у стосунках/розведені за рівнем ІГЛ за різними шкалами.

Таблиця з оцінками відмінностей між фактором В та "шкалами ІГЛ" за U-критерієм Манна-Уїтні (жінки), подані в таблиці В7 (додаток В).

Ми можемо говорити, що немає достатніх доказів для відхилення нульової гіпотези. Таким чином, у нашій репрезентативній групі наявність або відсутність у жінок відносин не впливає на їхній рівень шкал гармонізації особистості. Однак, середній ES не дозволяє нам стверджувати про відсутність відмінностей за шкалами ЦОГ, ЦД, РС, КС, ЗД, ІГО. За рештою шкал (3,6,7,8,10,11,12) ES несуттєвий або малий, підтверджуючи, що відмінностей, швидше за все, дійсно немає.

Оцінка Г.

H0: Жінки, які навчаються новому, часто не відрізняються від жінок, які рідко або ніколи не навчаються новому за рівнем ІГЛ за різними шкалами.

H1: Жінки, які навчаються новому, часто не відрізняються від жінок, які рідко або ніколи не навчаються новому за рівнем ІГЛ за різними шкалами.

Таблиця з оцінками відмінностей між фактором Г та "шкалами ІГЛ" за U-критерієм Манна-Уїтні (жінки), подані в таблиці В8 (додаток В).

Ми можемо говорити, що немає достатніх доказів для відхилення нульової гіпотези. Таким чином, у нашій репрезентативній групі, частота навчання чогось нового у жінок, не впливає на їхній рівень шкал гармонізації особистості. Однак, середній ES не дозволяє нам стверджувати про відсутність відмінностей за шкалами ЦОГ, РС, ЖСР. За рештою шкал ES несуттєвий або малий, підтверджуючи, що відмінностей швидше за все дійсно немає.

Оцінка Д.

H0: Жінки, які мають навички саморегуляції емоцій не відрізняються від жінок, які не мають цих навичок за рівнем ІГЛ за різними шкалами.

H1: Жінок, які мають навички саморегуляції емоцій не відрізняються від жінок, які не мають цих навичок за рівнем ІГЛ за різними шкалами.

Таблиця з оцінками відмінностей між фактором Д та "шкалами ІГЛ" за U-критерієм Манна-Уїтні (жінки), подані в таблиці В9 (додаток В).

За шкалою 1 "Цінності особистісної гармонії" маємо достатньо доказів, щоб скасувати нульову гіпотезу. За цією шкалою спостерігається істотна різниця між рангами у жінок, які суб'єктивно наділили себе навичками саморегуляції емоцій, і тими, які не вважають, що вони мають. Є наявність між емпіричним та критичним U, за ймовірності $p \leq 0,05$, що дозволяє нам стверджувати про дійсну наявність відмінностей. ES середній, що дозволяє нам допускати відмінності. Середній ранг за параметром "є навик" - 13,60 (сума рангів - 204,00), за параметром "немає навички" - 7,00 (сума рангів - 49,00).

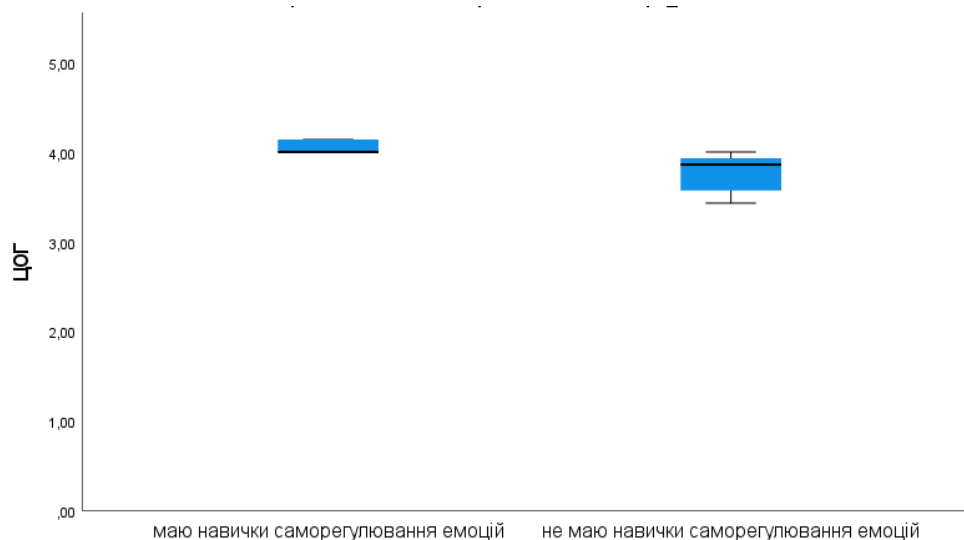


Рис. 3.11 Оцінка впливу суб'єктивної оцінки наявності навички саморегуляції емоції до рівня шкали "Цінності особистісної гармонії".

Жінки, які вважають, що мають навичку саморегуляції емоцій, мають більш високий рівень за шкалою "Цінності особистісної гармонії". Це може свідчити про те, що ці жінки можуть мати сильніше бажання стати

гармонійнішими, сильнішими прагнуть бути врівноваженими, жити більш повним життям. Можливо, вони мають ширше коло інтересів.

За шкалою 8 "Самостійність" маємо достатньо доказів, щоб скасувати нульову гіпотезу. За цією шкалою також спостерігається істотна різниця між рангами у жінок, які суб'єктивно наділили себе навичками саморегуляції емоцій, і тими, які не вважають, що вони мають. Є наявність між емпіричним та критичним U , за ймовірності $p \leq 0,05$, що дозволяє нам стверджувати про дійсну наявність відмінностей. ES середній, що дозволяє нам допускати відмінності. Середній ранг за параметром "є навичка" - 13,47 (сума рангів - 202,00), за параметром "немає навички" - 7,43 (сума рангів - 51,00).

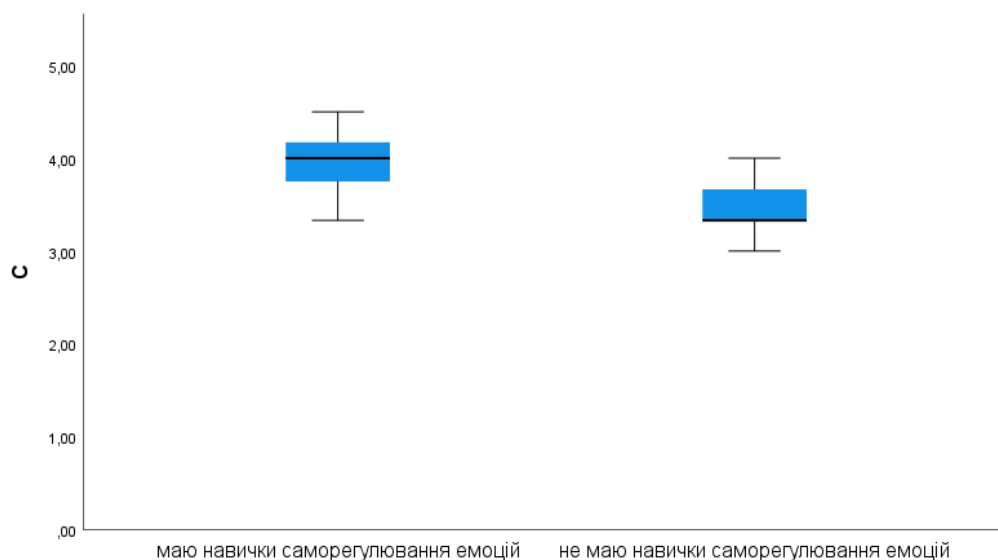


Рис. 3.12 Оцінка впливу суб'єктивної оцінки наявності навички саморегуляції емоції до рівня шкали "Самостійність".

Жінки, які вважають, що мають навичку саморегуляції емоцій, мають більш високий рівень за шкалою "Самостійність". Це може свідчити, що вміння саморегулювати свої емоції дозволяє їм більше покладатися на свій розум і сили в житті, орієнтуючись у ситуаціях більше на себе, а не на інших людей. Такі жінки, найчастіше, вважають себе творцями свого життя.

За шкалою 11 "Життєва самореалізація" ми маємо достатньо доказів, щоб скасувати нульову гіпотезу. За цією шкалою також спостерігається істотна різниця між рангами у жінок, які суб'єктивно наділили себе навичками саморегуляції емоцій, і тими, які не вважають, що вони мають. Є

наявність між емпіричним та критичним U , за ймовірності $p \leq 0,05$, що дозволяє нам стверджувати про дійсну наявність відмінностей. ES середній, що дозволяє нам допускати відмінності. Середній ранг за параметром "є навик" - 13,40 (сума рангів - 201,00), за параметром "немає навички" - 7,43 (сума рангів - 52,00).

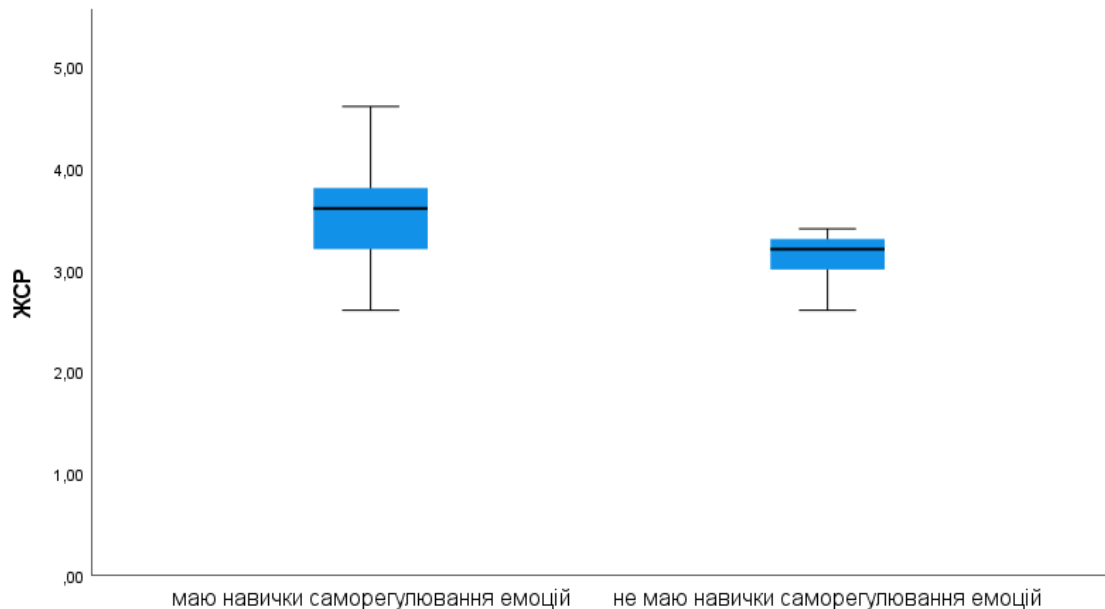


Рис. 3.13 Оцінка впливу суб'єктивної оцінки наявності навички саморегуляції емоції на рівень шкали "Життєва самореалізація".

Жінки, які вважають, що мають навичку саморегуляції емоцій, мають більш високий рівень за шкалою "Життєва самореалізація". Ми можемо припустити, що вони, на відміну від жінок, які не мають цієї навички або сумніваються в його наявності, більш задоволені своїми успіхами та досягненнями в житті. Більше того, вони швидше за все частіше досягають поставленої мети, реалізуючи свої ідеї.

За іншими шкалами, ми можемо говорити, що немає достатніх доказів для відхилення нульової гіпотези. Що підтверджується несуттєвим чи малим ES .

Оцінка О.

H_0 : Жінки, які вважають себе духовно-моральними людьми, не відрізняються від жінок, які не вважають себе духовно-моральними людьми або сумніваються в цьому питанні, за рівнем ІГЛ за різними шкалами.

H1: Жінки, які вважають себе духовно-моральними людьми, не відрізняються від жінок, які не вважають себе духовно-моральними людьми або сумніваються в цьому питанні, за рівнем ІГЛ за різними шкалами.

Таблиця з оцінками відмінностей між фактором E та "шкалами ІГЛ" за U-критерієм Манна-Уїтні (жінки), подані в таблиці B10 (додаток B).

За шкалою 5 "Конструктивність спілкування" маємо достатньо доказів, щоб скасувати нульову гіпотезу. За цією шкалою також спостерігається істотна різниця між рангами у жінок, які суб'єктивно наділили себе навичками саморегуляції емоцій, і тими, які не вважають, що вони мають. Є наявність між емпіричним та критичним U, за ймовірності $p \leq 0,05$, що дозволяє нам стверджувати про дійсну наявність відмінностей. ES великий, що говорить нам про те, що відмінність дійсно існує. 89,00).

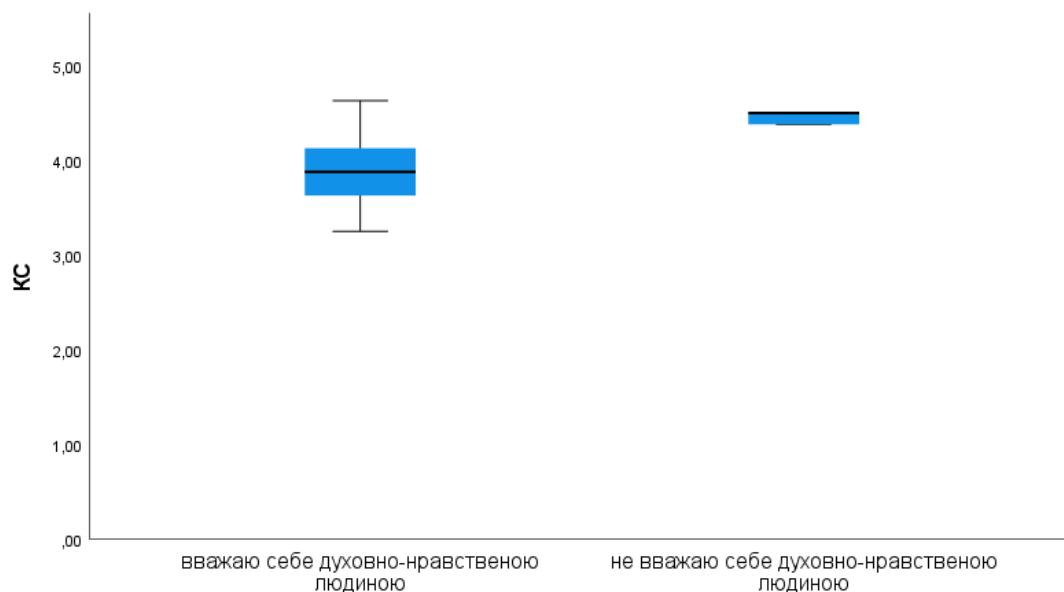


Рис. 3.14 Оцінка впливу суб'єктивної оцінки себе як духовно-моральної людини на рівень шкали "Конструктивність спілкування".

Вищий рівень за шкалою "Конструктивність спілкування" демонструють жінки, які можуть назвати себе духовно-моральною людиною. При цьому, вони швидше за все звертають увагу на культурне та прийнятне для інших людей вираження своїх негативних емоцій. Уважніше слухають співрозмовника, а спірних ситуаціях намагаються виявляти гнучкість. Можливо, вони поведуться більш щиро та природніше у спілкуванні.

Ми можемо припустити, що жінки, які відносяться до духовно-моральних людей, можуть демонструвати в спілкуванні деяку авторитарність.

За іншими шкалами, ми можемо говорити, що немає достатніх доказів для відхилення нульової гіпотези. Що підтверджується несуттєвим чи малим ES.

Таким чином, ми можемо зробити висновок, що респонденти-чоловіки більш сконцентровані на розвитку моральних та пізнавальних цінностях, на поглибленні розуміння устрою світу при цьому реалістично оцінюючи життєві ситуації, виявляючи почуття міри у своїх бажаннях та очікуваннях, що може викликати нахил у бік якогось вузького кола інтересів та занять. А респонденти-жінки мають вищу, ніж чоловіки, оптимальну вираженість за всіма шкалами. Що може бути досягнуто за рахунок більш високої гнучкості в управлінні своїми емоціями, прагненні зберігати спокій у стресових ситуаціях, активну турботу про своє здоров'я та цілеспрямований саморозвиток. А також, за рахунок важливості таких параметрів як доброзичливість, повага та прагнення допомогти іншим. Проте, можливе недостатньо широке коло інтересів і опора на характер, що вже склався, відносин з людьми і навколишнім світом.

3.2 Аналіз особливостей зв'язку показників тесту WOCQ та особистісних особливостей респондентів

Визначимо тип розподілу з допомогою критерію Колмогорова-Смирнова. Розрахунки проводимо у програмі SPSS. Розподіл можна вважати нормальним при асимпатичному значенні (двосторонній) $p > 0,05$.

Таблиця 3.8

**Критерій Колмогорова-Смирнова для 8-факторної моделі Н.В. Родіни
для ситуацій самоактуалізації**

Фактор	Критерій Колмогорова-Смирнова	Асимпатичне значення (двостороння), p
Фокусування на позитиві	0,128	0,200
Прийняття бажаного за дійсне	0,110	0,200
Пошук соціальної підтримки	0,122	0,200
Самообвинувачення	0,151	0,068
Вирішення проблеми	0,102	0,200
Поведінкова розрядка	0,131	0,188
Відстороненість	0,123	0,200
Аналіз проблеми	0,099	0,200

За кожним фактором $p > 0,05$. Ми можемо говорити про те, що значних відмінностей між даним та нормальним розподілом на цьому рівні не знайдено.

Таблиця 3.9

**Критерій Колмогорова-Смирнова для 7-факторної моделі Н.В. Родіни
для екстремальних ситуацій**

Фактор	Критерій Колмогорова-Смирнова	Асимпатичне значення (двостороння), p
Вирішення проблеми	0,125	0,200
Ухід у суб'єктивний світ	0,116	0,200
Аналіз проблеми	0,106	0,200
Самоконтроль	0,149	0,077
Очікування допомоги	0,108	0,200
Ігнорування проблеми	0,098	0,200
Прийняття проблеми – Відмова від рішення	0,154	0,058

За кожним фактором $p > 0,05$. Ми можемо говорити про те, що значних відмінностей між даним та нормальним розподілом на цьому рівні не знайдено.

Для подальшого аналізу факторів ми можемо використати параметричні методи.

Проаналізуємо використовувані копінг-стратегії у респондентів.

Таблиця 3.10

Середні значення для 8-факторної моделі Н.В. Родіни для ситуацій самоактуалізації.

Фактор	Середнє, %		
	усі	чоловіки	жінки
Фокусування на позитиві	54,9	40,7	58,2
Прийняття бажаного за дійсне	42,2	31,9	44,5
Пошук соціальної підтримки	49,5	33,3	53,9
Самообвинувачення	46,3	44,4	44,9
Вирішення проблеми	58,0	42,4	61,8
Поведінкова розрядка	50,3	39,7	52,4
Відстороненість	36,2	36,3	34,5
Аналіз проблеми	62,2	54,8	62,4

Переважною копінг-стратегією, у ситуаціях самоактуалізації для респондентів, є "Аналіз проблеми". Вони намагаються раціонально підійти до аналізу складної ситуації, створити план рішення та діяти за ним.

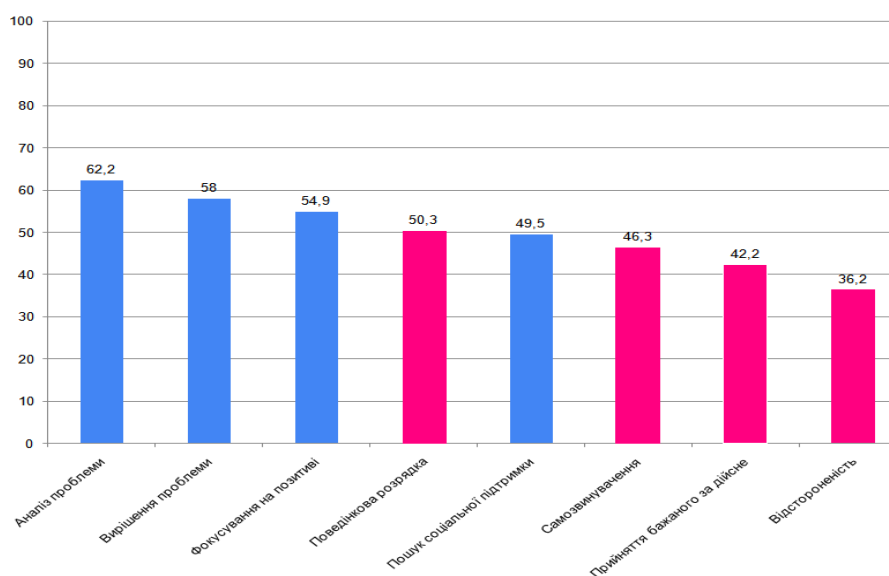


Рис. 3.13 Середні значення для 8-факторної моделі Н.В. Родіни для ситуацій самоактуалізації, усі респонденти.

Респонденти схильні використовувати конструктивні копінг-стратегії у ситуаціях самоактуалізації. Шукати когнітивні способи розв'язання. Спіратися на свій досвід, протидію труднощам. Фокусуватися на позитивних моментах і знаходити в кризах можливості для особистісного зростання та

творчого розвитку. Ми можемо припустити, якщо ці копінг-стратегії не виявляються ефективними, респонденти короткостроково реагують емоційно-насиченою реакцією. Після цього можуть звертатися до соціальної підтримки.

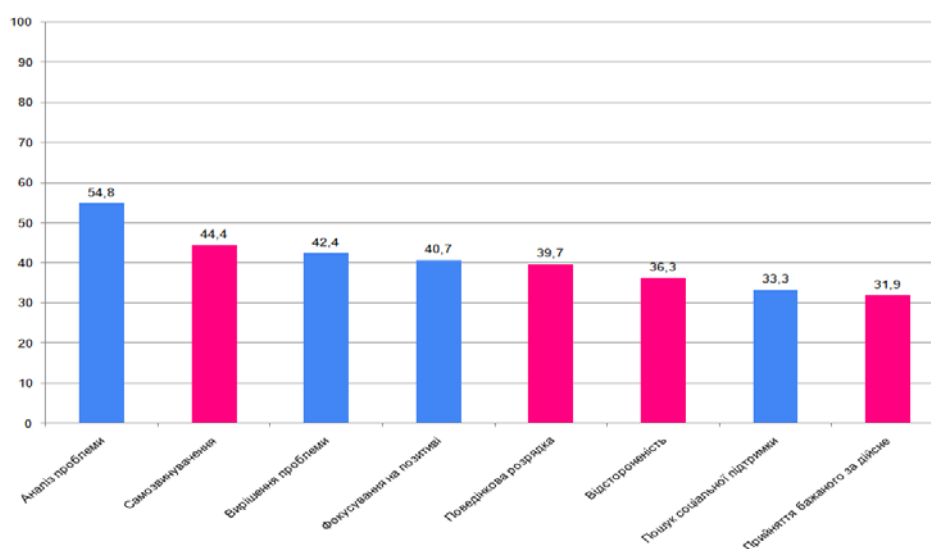


Рис. 3.14 Середні значення для 8-факторної моделі Н.В. Родіни для ситуацій самоактуалізації, чоловіки.

Респонденти-чоловіки, у разі неможливості аналізу проблеми, схильні до самозвинувачення, що може призводити до конфліктів із оточуючими. Однак вони все одно схильні орієнтуватися на вирішення проблеми, фокусуючись на позитиві.

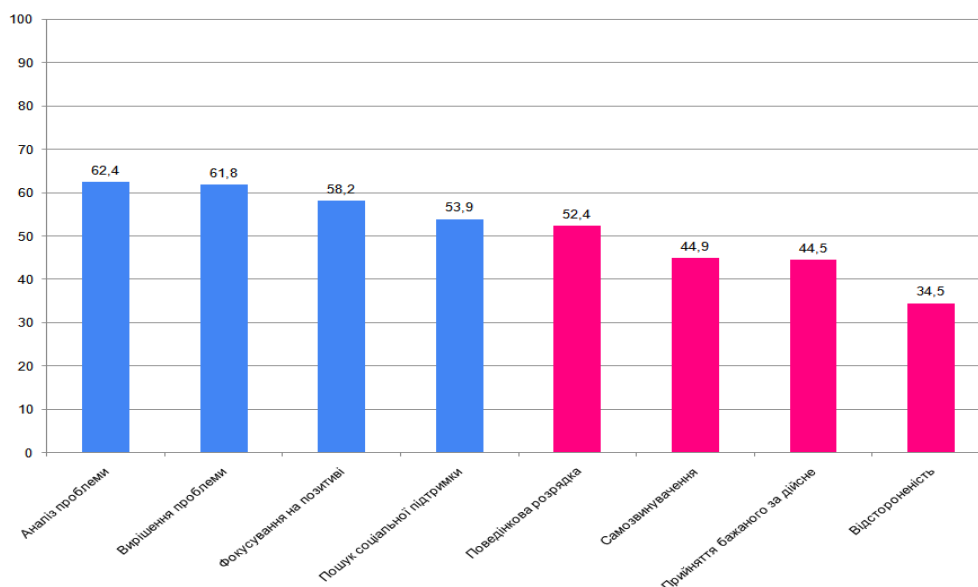


Рис. 3.15 Середні значення для 8-факторної моделі Н.В. Родіни для ситуацій самоактуалізації жінки.

Респонденти-жінки, схильні насамперед звертатися до конструктивних копінг-стратегій. Спочатку спробувавши самотійно вирішити кризову ситуацію, вони звертаються до соціальної підтримки. Якщо конструктивні копінг-стратегії не дають результату, то відбувається перехід до імпульсних реакцій та усунення проблеми.

Таблиця 3.11

Середні значення для 7-факторної моделі Н.В. Родіни для екстремальних ситуацій.

Фактор	Середнє, %		
	усі	чоловіки	жінки
Вирішення проблеми	58,0	41,2	62,3
Ухід у суб'єктивний світ	44,0	38,9	44,1
Аналіз проблеми	55,6	43,2	58,1
Самоконтроль	55,0	44,4	56,8
Очікування допомоги	44,9	29,6	49,2
Ігнорування проблеми	42,5	36,6	43,0
Прийняття проблеми – Відмова від рішення	55,7	48,1	56,3

Переважною копінг-стратегією, в екстремальних ситуаціях для респондентів, є "Вирішення проблеми". Вони намагаються раціонально

підійти до аналізу складної ситуації, створити план рішення та діяти за ним, спираючись на свій досвід.

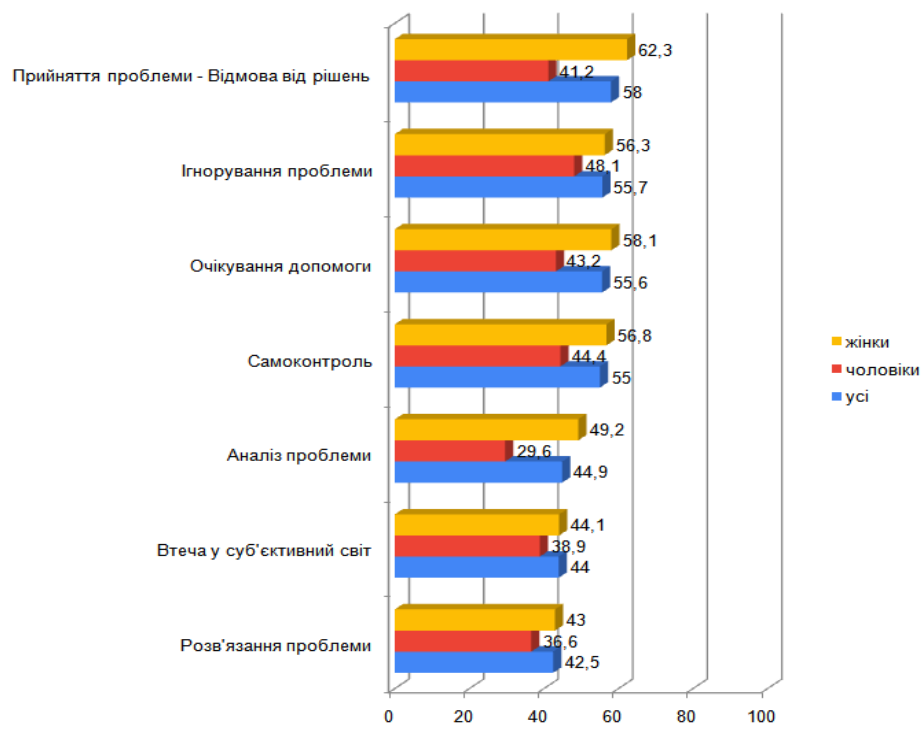


Рис. 3.16 Середні значення для 7-факторної моделі Н.В. Родіни для екстремальних ситуацій, усі респонденти.

Респонденти схильні до вирішення проблеми в екстремальних ситуаціях. Якщо рішення немає, то можливий відхід у суб'єктивний світ, прийняття бажаного за дійсне, концентрація у майбутньому. Також респонденти схильні ставитись до екстремальної ситуації, як до когнітивного завдання. Можливе дистанціювання від почуттів та емоцій, викликаних цією ситуацією та очікування допомоги ззовні.

Варто відзначити, що перевага стратегій однакова, як для чоловіків, так і для жінок, у яких вища перевага за всіма копінг-стратегіями.

Проаналізуємо, чи є значні відмінності у виборі копінг-стратегій у ситуаціях самоактуалізації та екстремальності у наступних групах респондентів:

Група 1 – респондент бачить/не бачить позитивних змін у своєму житті;

Група 2 - респондент звертається/не звертається за допомогою до близьких;

Група 3 - відчуває/не відчуває переважання позитивних емоцій та спокійного настрою;

Група 4 - респондент займається/не займається фізичними вправами, спортом чи духовними практиками;

Група 5 – респондент задоволений/не задоволений своїм життям;

Група 6 - респондент працює (вчиться)/не працює (не вчиться);

Група 7 – респондент навчається новому часто/не часто (ні);

Група 8 - респондент вміє проводити аналіз минулого дня та своїх відносин з іншими/не вміє (не бачить у цьому необхідності);

Група 9 - респондент вірить / не вірить у свої здібності та в себе;

Група 10 – респондент відчуває/не відчувається залежним від близьких.

Для цього сформулюємо гіпотези:

H₀: вибір стратегії не різниться у групах

H₁: вибір стратегії різниться у групах

Першим кроком ми аналізуємо критерій рівності дисперсій Лівіню. Якщо значимість $> 0,05$, то застосування t-критерій Стьюдента для незалежних змінних ми вважаємо правомірним. Інакше потрібне використання критерію U Манна Уїтні.

Для оцінки відмінності використовуємо t-критерій Стьюдента для незалежних змінних. Якщо значимість $> 0,05$, то H₀ приймається і вважається, що значних відмінностей між групами немає. Оціним, існують ли различия в данных группах для 8-факторной модели.

t-критерій Стьюдента для 8-факторної моделі Н.В. Родіни для ситуацій самоактуалізації, групи 1 – 10 дивиться у додатку Г.

Ми можемо говорити, що у більшості випадків, у ситуаціях самоактуалізації немає значних відмінностей при виборі копінг-стратегій у різних груп. Групи, у яких спостерігаються відмінності, винесено до таблиці.

Таблиця 3.12

Значні відмінності, згідно з t-критеріями Стьюдента для 8-факторної моделі Н.В. Родіни для ситуацій самоактуалізації.

Група 4 - респондент займається / не займається фізичними вправами, спортом чи духовними практиками				
Пошуксоціальної підтримки	0,516	0,478	-2,489	0,019
Вирішення проблеми	0,006	0,938	-3,488	0,002
Поведінкова розрядка	0,313	0,580	-2,176	0,038
Група 10 - респондент відчуває/не відчувається залежним від близьких				
Самообвинувачення	1,481	0,234	-2,229	0,034

Чинник того, чи займається респондент чи ні фізичними вправами, спортом чи духовними практиками має зв'язок з перевагою таких копінг-стратегій як "Пошук соціальної підтримки", "Вирішення проблеми", "Розпорядження поведінки". Фактор відчуття чи ні себе залежним від близьких, має зв'язок зі стратегією на "Самообвинувачення".

Розглянемо на графіках ці зв'язки.

Респонденти, які не займаються фізичними вправами, спортом чи духовними практиками, більш схили до спроб пошуку інформаційної, матеріальної та/або емоційної підтримки, ніж ті, що займаються. Вони частіше потрапляють у залежну та пасивну поведінку.

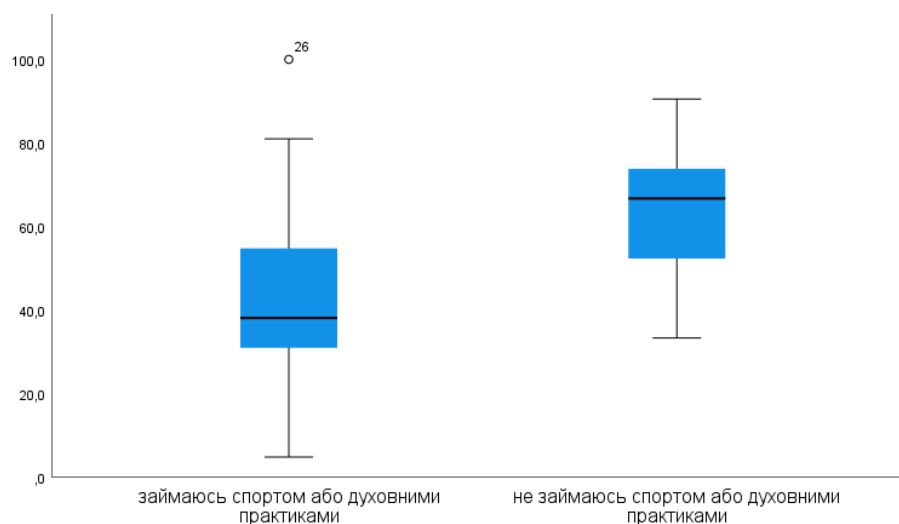


Рис. 3.17 Вплив фактора групи 4 на копінг-стратегію "Пошук соціальної підтримки", 8-факторна модель Н.В. Родіни для ситуацій самоактуалізації.

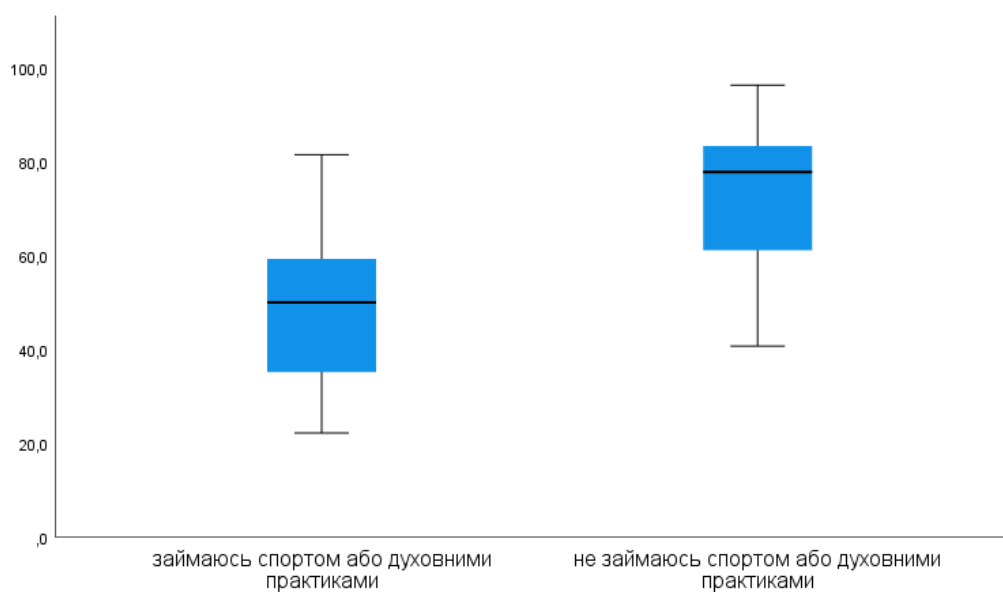


Рис. 3.18 Вплив чинника групи 4 на копінг-стратегію "Вирішення проблеми", 8-факторна модель Н.В. Родіни для ситуацій самоактуалізації.

Респонденти, які не займаються фізичними вправами, спортом чи духовними практиками, більш схили до використання накопиченого досвіду у протистоянні труднощам, ніж ті, що займаються.

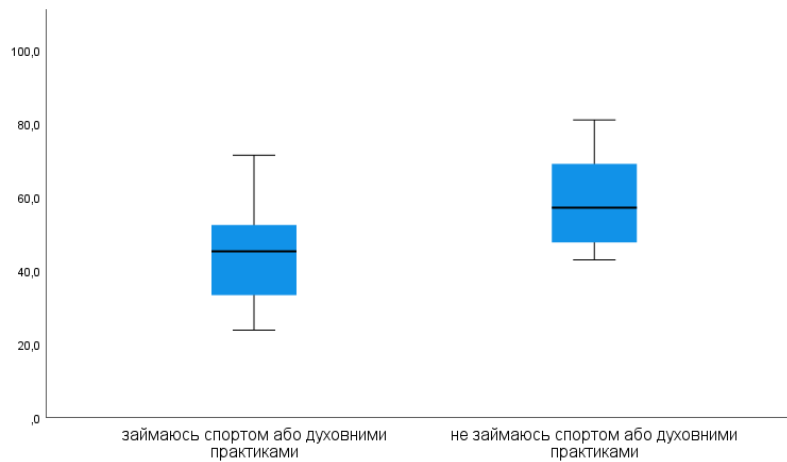


Рис. 3.19 Вплив фактора групи 4 накопінг-стратегію "Розпорядження поведінки", 8-факторна модель Н.В. Родіни для ситуацій самоактуалізації.

Респонденти, які не займаються фізичними вправами, спортом чи духовними практиками, частіше схили реагувати на загрозу спонтанними емоційно-насиченими реакціями, ніж ті, що займаються. Вони найчастіше приймають імпульсивні рішення та йдуть на міжособистісні конфлікти.

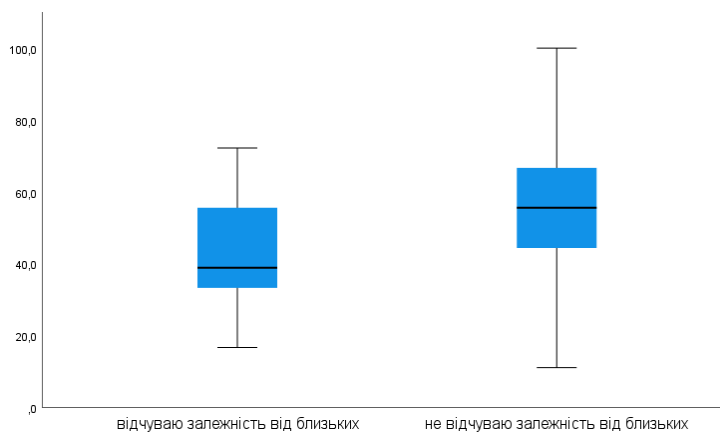


Рис. 3.20 Вплив фактора групи 10 накопінг-стратегію "Самообвинувачення", 8-факторна модель Н.В. Родіни для ситуацій самоактуалізації.

Респонденти, які відчувають свою залежність від близьких, рідше сприймають ситуацію кризи як загрозову, а свою роль у ній як негативну. Вони найчастіше приймають імпульсивні рішення та йдуть на міжособистісні конфлікти.

t-критерій Стюдента для 8-факторної моделі Н.В. Родіни для ситуацій самоактуалізації, групи А1 – Е1 дивиться у додатку Д.

Ми можемо говорити, що в більшості випадків в екстремальних ситуаціях немає значних відмінностей при виборі копінг-стратегій у різних груп.

Групи, у яких спостерігаються відмінності, винесено до таблиці.

Таблиця 13

Значні відмінності, згідно з t-критеріями Стюдента для 7-факторної моделі Н.В. Родіни для екстремальних ситуацій.

Група 1 – респондент бачить / не бачить позитивних змін у своєму житті				
Аналіз проблеми	3,429	0,074	2,294	0,029
Прийняття проблеми – Відмова від рішення	0,702	0,409	2,306	0,028
Група 4 - респондент займається / не займається фізичними вправами, спортом чи духовними практиками				
Вирішення проблеми	0,264	0,611	-2,895	0,007
Аналіз проблеми	1,137	0,295	-2,200	0,036
Група 7 – респондент навчається новому часто/не часто (ні)				
Прийняття проблеми – Відмова від рішення	0,491	0,489	-2,051	0,49

Копінг-стратегія "Аналіз проблем" має зв'язок з такими факторами: бачить чи ні респондент позитивні зміни у своєму житті та займається респондент чи ні фізичними вправами, спортом чи духовними практиками.

Копінг-стратегія "Прийняття проблеми – Відмова від рішень" пов'язана із суб'єктивним зауваженням позитивних змін у житті та схильності до навчання нового.

Перевага копінг-стратегії "Вирішення проблем" пов'язана з тим фактом, чи займається респондент чи ні фізичними вправами, спортом чи духовними практиками.

Розглянемо на графіках ці зв'язки.

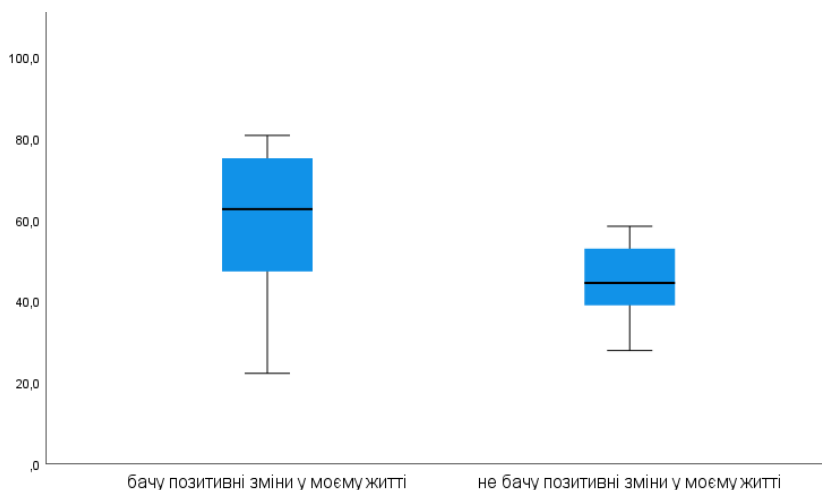


Рис. 3.21 Вплив фактора групи 1 накопінг-стратегію "Аналіз проблеми", 7-факторна модель Н.В. Родіни для екстремальних ситуацій.

Респонденти, які оцінюють зміни у своєму житті як позитивні, виявляють себе як більш зрілі особистості та схильні приймати більш активну когнітивну діяльність для вирішення ситуації, ніж ті респонденти, які не бачать позитивних змін у своєму житті.

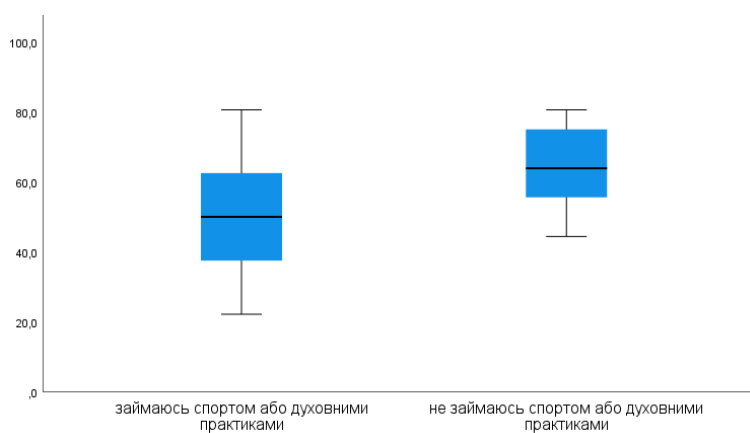


Рис. 3.22 Вплив фактора групи 4 накопінг-стратегію "Аналіз проблеми", 7-факторна модель Н.В. Родіни для екстремальних ситуацій.

Респонденти, які не займаються фізичними вправами, спортом чи духовними практиками, схильні частіше підходити до екстремальної ситуації, як до когнітивного завдання, ніж ті, які займаються.

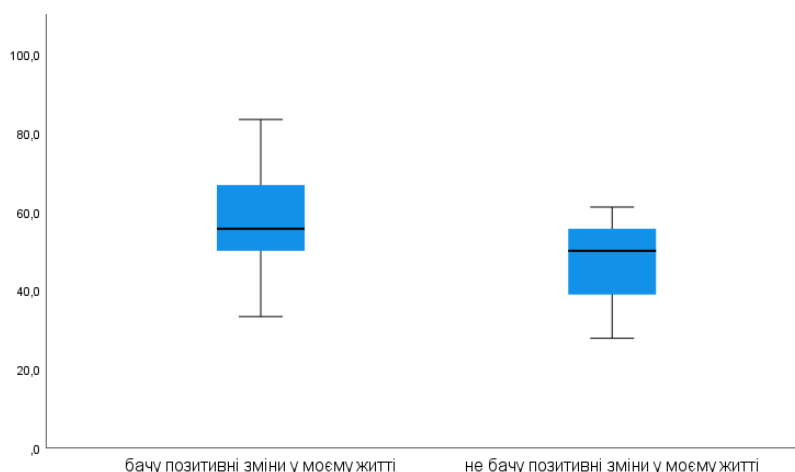


Рис. 3.23 Вплив фактора групи 1 на копінг-стратегію "Прийняття проблеми - Відмова від рішень", 7-факторна модель Н.В. Родіни для екстремальних ситуацій.

Респонденти, які оцінюють зміни у своєму житті як позитивні, частіше блокують свої поведінкові реакції та обмежують свої соціальні контакти у важких ситуаціях, ніж ті, хто дивиться на зміни у своєму житті менш позитивно.

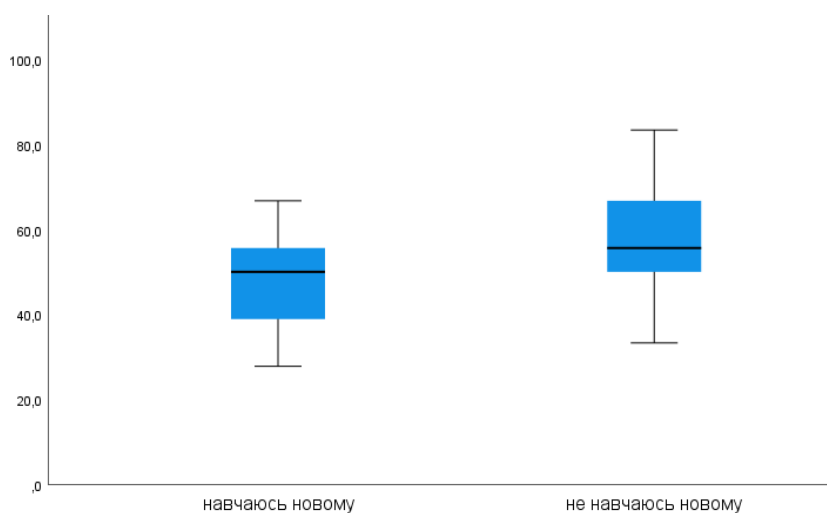


Рис. 3.24 Вплив фактора групи 7 на копінг-стратегію "Прийняття проблеми - Відмова від рішень", 7-факторна модель Н.В. Родіни для екстремальних ситуацій.

Респонденти, які постійно навчаються чогось нового у важких ситуаціях, частіше залишаються в соціальних контактах і не блокують свої

поведінкові реакції в екстремальних ситуаціях, на відміну від тих респондентів, які не навчаються або рідко навчаються чогось нового.

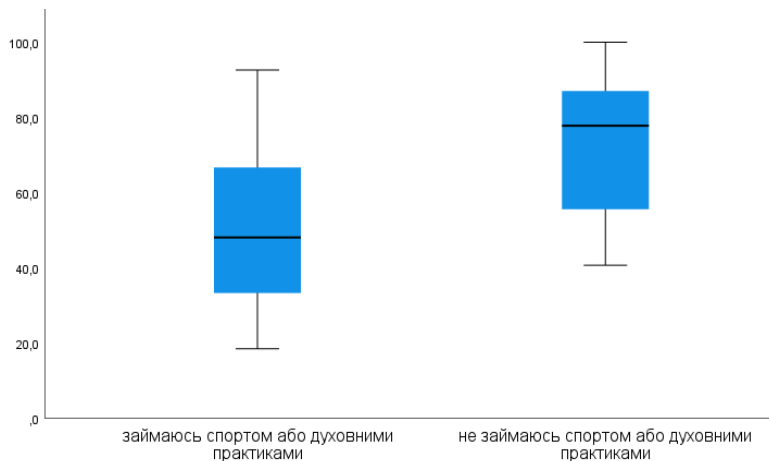


Рис. 3.25 Вплив чинника групи 4 на копінг-стратегію "Рішення проблеми", 7-факторна модель Н.В. Родіни для екстремальних ситуацій.

Таким чином, респонденти, які не займаються фізичними вправами, спортом чи духовними практиками схильні частіше ніж ті, які займаються, робити зусилля для пошуку розв'язання складної ситуації на основі власного досвіду. При цьому їхній тип самоконтролю - ефективний. Респонденти, які відчувають свою залежність від близьких, рідше сприймають ситуацію кризи як загрозову, а свою роль у ній як негативну. Вони найчастіше приймають імпульсивні рішення та йдуть на міжособистісні конфлікти. Ми можемо говорити, що в більшості випадків в екстремальних ситуаціях немає значних відмінностей при виборі копінг-стратегій у різних груп.

3.3. Аналіз кореляційних зв'язків між тестами ІГЛ та WOCQ

Для оцінки наявності зв'язків між параметрами, буде використовуватися коефіцієнт рангової кореляції r -Спірмена, так як дані ІГЛ не відповідають нормальному розподілу. Розрахунок кореляційних зв'язків між тестами ІГЛ та WOCQ (8 та 7 факторні моделі Н.В. Родіни) приведені в додатку Є.

Проведена кореляцію між параметрами тесту ІГЛ та WOCQ (8-факторна модель Н.В. Родіни для ситуацій самоактуалізації) виявило зв'язки, наведені нижче.

Виявлено зв'язок між копінг-стратегією "Фокусування на позитиві" та наступними шкалами:

- помірний позитивний зв'язок низької статистичної значимості з "Цінності особистісної гармонії" (r -Спірмена = 0,434 при p = 0,015), "Цінності духовні" (r -Спірмена = 0,437 при p = 0,014), "Саморегуляція емоцій" (r -Спірмена = 0,360 при p =0,047), "Життєве самовизначення" (r -Спірмена =0,440 при p =0,013), "Позитивність самооцінки" (r -Спірмена =0,369 при p =0,019).

- середній позитивний зв'язок із середньою силою статистичної значимості з "Конструктивністю спілкування" (r -Спірмена=0,520 при p =0,003), "Життєва самореалізація" (r -Спірмена=0,528 при p =0,002).

Виявлено зв'язок між копінг-стратегією "Прийняття бажаного за дійсне" та наступними шкалами:

- помірний позитивний зв'язок низької статистичної значимості з "Самогармонізація особистості" (r -Спірмена=0,436 при p =0,014), "Поміркованість сил бажань і досягнень" (r -Спірмена=0,413 при p =0,021), "Позитивність самооцінки" Спірмена=0,368 при p =0,041), "Життєве самовизначення" (r -Спірмена=0,400 при p =0,026).

- помірна позитивна зв'язок із середньою силою статистичної значимості з "Цінності особистісної гармонії" (r -Спірмена=0,469 при p =0,008).

Виявлено зв'язок між копінг-стратегією "Пошук соціальної підтримки" та наступними шкалами:

- помірний позитивний зв'язок низької статистичної значимості з "Життєве самовизначення" (r -Спірмена=0,415 при p =0,020), "Життєва самореалізація" (r -Спірмена=0,420 при p =0,019), "Поміркованість сили бажань і досягнень" (r Спірмена = 0,361 при p = 0,046).

- із середньою силою статистичної значимості помірний позитивний зв'язок із "Цінністю особистісної гармонії" (r -Спірмена=0,463 при $p=0,003$), середній позитивний зв'язок "Конструктивність спілкування" (r -Спірмена=0,515 при $p=0,003$).

Виявлено зв'язок між копінг-стратегією "Самозвинування" та наступною шкалою:

- помірний позитивний зв'язок низької статистичної значущості із "Задоволеність життям і стосунками з людьми" (r -Спірмена=0,358 при $p=0,048$).

Виявлено зв'язок між копінг-стратегією "Вирішення проблеми" та наступними шкалами:

- помірний позитивний зв'язок низької статистичної значущості з "Цінності духовні" (r -Спірмена=0,389 за $p=0,031$).

- помірний позитивний зв'язок із середньою силою статистичної значимості з "Життєва самореалізація" (r -Спірмена=0,483 при $p=0,006$).

Виявлено зв'язок між копінг-стратегією "Поведінкова розрядка" та наступними шкалами:

- помірний позитивний зв'язок низької статистичної значущості з "Цінності духовні" (r -Спірмена=0,389 за $p=0,031$).

- помірний позитивний зв'язок із середньою силою статистичної значимості з "Життєва самореалізація" (r -Спірмена=0,483 при $p=0,006$).

Взаємозв'язок між копінг-стратегією "Відстороненість" та шкалами ІГЛ не виявлені.

Виявлено зв'язок між копінг-стратегією "Аналіз проблеми" та наступними шкалами:

- помірний позитивний зв'язок низької статистичної значимості з "Самостійністю" (r -Спірмена=0,400 при $p=0,026$), "Життєве самовизначення" (r -Спірмена=0,379 при $p=0,036$).

- із середньою силою статистичної значимості середній позитивний зв'язок із "Цінності духовні" (r -Спірмена=0,537 при $p=0,002$), помірний

позитивний зв'язок "Життєва самореалізація" (r -Спірмена=0,477 при $p=0,007$).

- середній позитивний зв'язок із високою статистичною значимістю з "Конструктивністю спілкування" (r -Спірмена=0,557 при $p=0,001$), "Позитивність самооцінки" (r -Спірмена=0,549 при $p=0,001$).

Показник "Інтегральна гармонійність особистості" має помірний позитивний зв'язок низької статистичної значимості з наступними копінг-стратегіями: "Фокусування на позитиві" (r -Спірмена=0,420 при $p=0,019$), "Прийняття бажаного за дійсне" (r -Спірмена=0,426 при $p=0,017$), "Аналіз проблеми" (r -Спірмена=0,443 при $p=0,013$).

Проведена кореляцію між параметрами тесту ІГЛ та WOCQ (7-факторна модель Н.В. Родіни для екстремальних ситуацій) виявило зв'язки, наведені нижче.

Опишемо зв'язки, виявлені у процесі кореляційного аналізу.

Виявлено зв'язок між шкалою "Цінності особистісної гармонії" та наступними копінг-стратегіями:

- помірний позитивний зв'язок низької статистичної значимості з "Аналіз проблеми" (r -Спірмена=0,404 при $p=0,024$), "Очікування допомоги" (r -Спірмена=0,401 при $p=0,025$), "Ігнорування проблеми" (r -Спірмена=0,402 при $p=0,025$).

- середній позитивний зв'язок із середньою силою статистичної значимості з "Прийняття проблеми - Відмова від рішень" (r -Спірмена=0,513 при $p=0,003$).

Шкала "Цінності духовні" має зв'язок із усіма копінг-стратегіями:

- помірний позитивний зв'язок низької статистичної значимості з "Розв'язання проблеми" (r -Спірмена=0,423 при $p=0,018$), "Потік у суб'єктивний світ" (r -Спірмена=0,365 при $p=0,043$), "Аналіз проблеми" (r -Спірмена=0,429 при $p=0,016$), "Самоконтроль" (r -Спірмена=0,401 при $p=0,026$), "Ігнорування проблеми" (r -Спірмена=0,426 при $p=0,017$),

"Прийняття проблеми - Відмова від рішень (r-Спірмена = 0,391 при $p = 0,030$).

- помірний позитивний зв'язок із середньою силою статистичної значимості з "Очікування допомоги" (r-Спірмена=0,491 при $p=0,005$).

Виявлено зв'язок між шкалою "Конструктивність спілкування" та наступними копінг-стратегіями:

- помірний позитивний зв'язок низької статистичної значимості "Самоконтроль" (r-Спірмена=0,368 при $p=0,042$), "Прийняття проблеми - Відмова від рішень" (r-Спірмена=0,403 при $p=0,025$).

- середній позитивний зв'язок із середньою силою статистичної значимості з "Очікування допомоги" (r-Спірмена=0,534 при $p=0,002$).

- середній позитивний зв'язок із високою статистичною значимістю з "Аналіз проблеми" (r-Спірмена=0,563 при $p<0,001$).

Виявлено зв'язок між шкалою "Життєве самовизначення" та наступними копінг-стратегіями:

- помірний позитивний зв'язок низької статистичної значимості з "Розв'язання проблеми" (r-Спірмена=0,416 при $p=0,020$), "Аналіз проблеми" (r-Спірмена=0,414 при $p=0,021$), "Очікування допомоги" (r-Спірмена =0,452 при $p=0,011$).

Виявлено зв'язок між шкалою "Життєва самореалізація" та наступними копінг-стратегіями:

- помірний позитивний зв'язок низької статистичної значимості з "Очікування допомоги" (r-Спірмена=0,405 при $p=0,024$).

- середній позитивний зв'язок високої статистичної значущості з "Розв'язання проблеми" (r-Спірмена=0,568 при $p<0,001$), "Аналіз проблеми" (r-Спірмена=0,594 при $p<0,001$).

Виявлено зв'язок між шкалою "Позитивність самооцінки" та наступними копінг-стратегіями:

- помірний позитивний зв'язок низької статистичної значимості з "Аналіз проблеми" (r-Спірмена=0,388 при $p=0,031$), "Очікування допомоги" (r-

Спірмена=0,360 при $p=0,047$), "Прийняття проблеми - Відмова від рішень" (r -Спірмена = 0,373 при $p = 0,039$).

- помірний позитивний зв'язок із середньою силою статистичної значимості з "Ігнорування проблеми" (r -Спірмена=0,474 при $p=0,007$).

Показник "Інтегральна гармонійність особистості" має помірний позитивний зв'язок низької статистичної значущості з такими копінг-стратегіями:

- помірний позитивний зв'язок низької статистичної значимості з "Аналіз проблеми" (r -Спірмена=0,395 при $p=0,028$), "Очікування допомоги" (r -Спірмена=0,371 при $p=0,040$), "Ігнорування проблеми" (r -Спірмена=0,371 при $p=0,040$), "Прийняття проблеми - Відмова від рішень" (r -Спірмена=0,380 при $p=0,035$).

Таким чином, при проведенні кореляційного аналізу між параметрами тесту ІГЛ та WOCQ (8-факторна модель Н.В. Родіни для ситуацій самоактуалізації) нами було виявлено: що "Цінності особистісної гармонії" у досліджуваних виникають тоді, коли вони використовують копінг-стратегію "Фокусування на позитиві". В ситуаціях стресу виявлений помірний позитивний зв'язок між з копінг-стратегіями "Аналіз проблеми", "Очікування на допомогу", "Ігнорування проблеми" та шкалами «Цінності особистісної гармонії». Щодо "Саморегуляція емоцій та ін.", «Конструктивність спілкування», то дослідження показало, що респонденти проявляють тоді, коли в них є "Фокусування на позитиві", "Пошук соціальної підтримки", а в стані екстремальних ситуацій немає значних зв'язків. Шкали "Самогармонізація особистості" та "Поміркованість сил бажань і досягнень" щодо з 8-факторною моделлю для ситуацій самоактуалізації: мають помірний позитивний зв'язок низької статистичної значущості з копінг-стратегією "Прийняття бажаного за дійсне", а також немає значних зв'язків із 7-факторною моделлю для екстремальних ситуацій. Таких самих результатів ми дійшли і щодо шкал «Самостійність», «Задоволення життям і стосунками з людьми». Виявлено, що "Життєве самовизначення" відбувається тоді, коли

у респондентів низьки показники по "Фокусування на позитиві", "Прийняття бажаного за дійсне", "Пошук соціальної підтримки" та "Аналіз проблеми". У стресових же ситуаціях кореспонденти мають помірний позитивний зв'язок низької статистичної значущості з копінг-стратегіями, а саме "Розв'язання проблеми", "Аналіз проблеми", "Очікування допомоги". Дослідження "Життєва самореалізація" показало, що респонденти мають середній позитивний зв'язок із середньою статистичною значимістю з копінг-стратегією "Фокусування на позитиві"; помірний позитивний зв'язок із середньою силою статистичної значущості з копінг-стратегіями "Вішення проблеми", "Аналіз проблеми"; помірний позитивний зв'язок із низькою статистичною значимістю з копінг-стратегіями "Пошук соціальної підтримки", "Поведінкова розрядка". А в стресових ситуаціях він також є середній позитивний зв'язок із сильною статистичною значимістю з копінг-стратегіями "Розв'язання проблеми", "Аналіз проблеми"; помірний позитивний зв'язок низької статистичної значущості з копінг-стратегією "Очікування допомоги". "Позитивність самооцінки" тоді у респондентів, коли вони "Фокусування на позитиві", "Прийняття бажаного за дійсне", "Пошук соціальної підтримки", а у стресових випадках мають середній позитивний зв'язок із середньою статистичною значимістю з копінг-стратегією "Ігнорування проблеми"; помірний позитивний зв'язок низької статистичної значущості з копінг-стратегією "Аналіз проблеми", "Очікування допомоги", "Прийняття проблеми - Відмова від рішень".

"Інтегральна гармонійність особистості" як цінність особистості складається із "Фокусування на позитиві", "Прийняття бажаного за дійсне", "Аналіз проблеми". У стані стресу виникає помірний позитивний зв'язок низької статистичної значущості з копінг-стратегією "Аналіз проблеми", "Очікування допомоги", "Ігнорування проблеми", "Прийняття проблеми - Відмова від рішень".

Висновки до розділу 3

Аналіз особливостей зв'язків показників тесту ІГЛ та особистісних особливостей респондентів показав таке: що 90% респондентів показали високий та середній рівні особистісної гармонії (при аналізі групи "стать": 78% - чоловіки; 95% - жінки). 3% показали псевдовисокий, що може характеризуватись їх бажанням показати себе в процесі опитування краще, ніж є (3% – чоловіки; 3% – жінки). 7% продемонстрували низький рівень (19% – чоловіки; 3% – жінки). Вищий рівень респонденти демонструють за шкалами "Конструктивність спілкування" та "Позитивність самооцінки". Найнижчий рівень респонденти демонструють за шкалою "Життєва самореалізація". При цьому вищий рівень респонденти-чоловіки демонструють за шкалами "Цінності духовні" та "Поміркваність сили бажань і досягнень". Найнижчий рівень респонденти-чоловіки демонструють за шкалою "Спосіб життя". Респонденти-жінки демонструють вищий рівень за шкалами "Інтегральна гармонійність особистості", "Самогармонізація особистості" та "Цінності духовні". Найнижчий рівень респонденти-жінки демонструють за шкалою "Цінності особистісної гармонізації".

Виявлено серед респондентів, що жінки мають вищий рівень, ніж чоловіки, за наступними шкалами:

- "Цінності духовні". Це може свідчити у жінок, порівняно з опитаними чоловіками, більш розвинених моральних стосунків до людей та природи, яскравіших творчих проявів, прагнення побудувати обґрунтовану та реалістичну картину світу.

- "Саморегуляція емоцій". Це може свідчити у жінок, порівняно з опитаними чоловіками, наявності найкращого контролю над своїми емоціями у звичайній та стресовій ситуаціях. Вони можуть краще зберігати ясність думок у більшості конфліктних ситуацій. Можуть частіше виявляти життєстійкість, збереження впевненості та цілеспрямований пошук розумного виходу у важких ситуаціях.

- "Життєва самореалізація". Це може свідчити у жінок, порівняно з опитаними чоловіками, більш високе задоволення рівнем своїх успіхів у різних сферах життя. Вони можуть частіше реалізовувати свої життєві цілі та плани.

- "Позитивність самооцінки". Це може свідчити в жінок, порівняно з опитаними чоловіками, про більш позитивне уявлення про себе, віру у своє призначення та свої здібності. Вони можуть бути більш чуйними та чуйними. Почуватися більш гармонійними особистостями.

Виявлено такі зв'язки між особистісними особливостями респондентів та рівнем шкал:

- чоловіки, які на даний момент не працюють (не навчаються) демонструють вищий рівень за шкалою "Ціннісної особистісної гармонії", ніж ті, що працюють (навчаються);

- жінки, які мають навички, саморегуляція демонструють більш високий рівень за шкалами "Цінності особистісної гармонії", "Самостійність", "Життєва самореалізація", ніж ті, які відзначили, що не мають даної навички.

- жінки, які суб'єктивно оцінили себе, як духовно-моральні особистості, продемонстрували нижчий рівень за шкалою "Конструктивність спілкування", ніж ті, які відповіли на це питання "ні" або "утрудняюся з відповіддю".

Аналіз особливостей взаємозв'язків показників тесту WOCQ та особистісних особливостей респондентів показав таке: що в ситуації самоактуалізації виявлено, що досліджувані намагаються раціонально підійти до аналізу складної ситуації, створити план рішення та діяти за ним. Респонденти схильні використовувати конструктивні копінг-стратегії у ситуаціях самоактуалізації. При цьому респонденти-чоловіки уразі неможливості аналізу проблеми схильні до самозвинувачення, що може призводити до конфліктів з оточуючими. Респонденти-жінки, які спочатку спробували самостійно вирішити кризову ситуацію, звертаються до соціальної підтримки. Чинник того, чи займається респондент чи ні

фізичними вправами, спортом чи духовними практиками має зв'язок з перевагою таких копінг-стратегій як "Пошук соціальної підтримки", "Вирішення проблеми", "Поведінкова розрядка", маючи їх вищий ніж ті респонденти, які займаються. Фактор відчуття себе залежним від близьких, має зв'язок зі стратегією на "Самообвинувачення" - вищий рівень, ніж у тих, хто вважає, що залежить від близьких.

В екстремальних ситуаціях виявлено, що переважною копінг-стратегією в екстремальних ситуаціях для респондентів є "Вирішення проблеми". Вони намагаються раціонально підійти до аналізу складної ситуації, створити план рішення та діяти за ним, спираючись на свій досвід. Перевага стратегій однакова, як чоловіків, так жінок. Респонденти схильні до вирішення проблеми в екстремальних ситуаціях. Якщо рішення немає, то можливий відхід у суб'єктивний світ, прийняття бажаного за дійсне, концентрація у майбутньому. Також респонденти схильні ставитись до екстремальної ситуації, як до когнітивного завдання. Можливе дистанціювання від почуттів та емоцій, викликаних цією ситуацією та очікування допомоги ззовні. За копінг-стратегією "Аналіз проблем" вищі значення у тих респондентів, які бачать позитивні зміни у своєму житті та не займаються фізичними вправами, спортом чи духовними практиками, ніж у респондентів із протилежними відповідями. Копінг-стратегії "Прийняття проблеми – Відмова від рішень" пов'язана із суб'єктивним зауваженням позитивних змін у житті та відсутністю схильності до навчання нового, що дає при таких суб'єктивних оцінках більш високі значення, ніж у респондентів із протилежними відповідями. По копінг-стратегії "Вирішення проблем" вищі значення у тих респондентів, які не займаються фізичними вправами, спортом чи духовними практиками, ніж у респондентів, які займаються.

ВИСНОВКИ

1. Теоретичний аналіз феномену розвитку особистості показав, що виховання гармонійної особистості безпосередньо пов'язане зі становленням життєвих цінностей і мотивів. Щоб людина знайшла гармонію, у неї повинен спостерігатися баланс між такими особистісними новоутвореннями, як: мотиви, потреби, самооцінка, ціннісні орієнтації, образ «Я». Гармонійним розвитком особистості визначається формування здібностей, різних інтересів, відповідних різним сферам життя людини, переважання найбільш значущих особистісних сфер. У процесі формування особистості, її входження в суспільство вона проходить рівні адаптації, самоідентифікації, самоактуалізації та трансценденції.

2. Визначено поняття та психологічний зміст гармонійного розвитку особистості, а саме гармонійна особистість – це людина, яка має оптимально інтегровані динамічні внутрішні структури, узгодженість з навколишнім світом, у якої нормально протікає життєдіяльність. Особистість, яка гармонійно розвинена – це індивід, який має рівномірний розвиток у всіх сферах своєї діяльності, у якого відсутні внутрішні конфлікти, наявна внутрішня гармонія. Такий індивід має досягнення в різних напрямках, але у нього присутні спеціальні навички або вміння, які виділяються на тлі інших.

3. Досліджено гармонійний розвиток особистості в умовах сьогодення. За результатами проведеного емпіричного дослідження 31 особи, з яких 22 жінки та 9 чоловіків, віком з 19 до 64 років, яке відбувалося у період з червні по серпень 2023 року за допомогою авторської анкети у Google формі, опитувальника «Інтегральна гармонійність особистості ІГЛ – 3» (О.І. Моткова), Методики WOCQ (в модифікації професора Н.В. Родіни) за 7–ми факторної моделі для екстремальних ситуацій та 8–ми факторної моделі для ситуації самоактуалізації виявлено наступне: Цінність

«Інтегральна гармонійність особистості» має помірний позитивний зв'язок з такими копінг-стратегіями: з «Аналіз проблеми» (r - Спірмена =0,395 при $p=0,028$), «Очікування допомоги» (r - Спірмена =0,371 при $p=0,040$), «Ігнорування проблеми» (r - Спірмена =0,371 при $p=0,040$), «Прийняття проблеми – Відмова від рішень» (r - Спірмена =0,380 при $p=0,035$).

4. Проаналізовано взаємовплив копінг-стратегій на гармонійний розвиток особистості, а саме при аналізі вибірки досліджуваних, де 90 % показали високий та середній рівні особистісної гармонії (при аналізі групи «стать» : 78% - чоловіки, 95 % - жінки) вищий рівень у досліджуваних за цінностями «Конструктивність спілкування», «Позитивність самооцінки». Нижчий рівень за цінністю «Життєва самореалізація». При цьому вищий рівень у досліджуваних-чоловіків за цінностями «Цінності духовні» та «Поміркованість сили бажань і досягнень». Нижчий рівень у досліджуваних-чоловіків за цінністю «Спосіб життя». У досліджуваних жінок виявлено вищий рівень за такими цінностями, як «Інтегральна гармонійність особистості», «Самогармонізація особистості» та «Цінності духовні», а нижчий рівень за цінностями «Цінності особистісної гармонізації». В ситуаціях самоактуалізації виявлено, що досліджувані намагаються раціонально підійти до аналізу складної ситуації, створити план рішення та діяти за ним. Вони схильні використовувати конструктивні копінг-стратегії у ситуаціях самоактуалізації. При цьому досліджувані-чоловіки у разі неможливості аналізу проблеми схильні до самозвинувачення, що може призвести до конфліктів з оточуючими. Досліджувані-жінки, які спочатку спробували самостійно вирішити складну ситуацію, звертаються до соціальної підтримки. В екстремальних ситуаціях виявлено, що для досліджуваних переважною копінг-стратегією є «Вирішення проблеми». Вони намагаються раціонально підійти до аналізу складної ситуації, створити план рішення та діяти за ним, спираючись на свій досвід. Перевага стратегій однакова, як для чоловіків, так і для жінок. Досліджувані схильні

до вирішення проблеми в екстремальних ситуаціях. Якщо рішення немає, то можливий відхід у суб'єктивний світ, прийняття бажаного за дійсне, концентрація у майбутньому. Також досліджувані схильні ставитись до екстремальної ситуації, як до когнітивного завдання. Можливе дистанціювання від почуттів та емоцій, викликаних цією ситуацією та очікування допомоги ззовні. Досліджуючи взаємозв'язки показників копінг-стратегій та особистісних характеристик, було виявлено, що цінності «Саморегуляція емоцій та ін..», «Цінності особистісної гармонії» мають позитивний вплив із копінг-стратегією «Фокусування на позитиві». А в екстремальних ситуаціях ці цінності не мають значного впливу, бо частіше досліджувані використовують копінг-стратегію «Очікування на допомогу», «Ігнорування проблеми», «Відмова від прийняття проблеми – Відмова від рішень». «Самостійність» як цінність особистості корелює із копінг-стратегією «Аналіз проблеми».

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ:

1. Андреевкова Н.В. Порівняльний аналіз задоволеності життям та визначальних його факторів. Моніторинг громадської думки: економічні та соціальні зміни. 2010. № 5(99). С.189-215.
1. Анциферова Л.И. Личность в трудных жизненных условиях: переосмысление, преобразование ситуаций и психологическая защита. Психологический журнал.1994. Т.15. №1. С.3-18.
2. Безрукова В.С. Основи духовної культури (енциклопедичний словник педагога). 2000. 937 с.
3. Бессел ван дер Колк Тіло пам'ятає все. Яку роль психологічна грає в житті людини та які техніки допомагають її подолати: видавництво «SevenBook» м. Кишинів, Молдова. 2016. 528 с.
4. Вундт В.Проблеми психології народів: М.: видавництво «Космос»,1912. 341 с.
5. Габдуліна Л.И. Задоволеність життям та його об'єктивні детермінанти в період дорослості. Північно-Кавказький психологічний вісник. 2008. № 6/4 [Електронний ресурс]. Режим доступу: <http://skpv.sfedu.ru/index.php/skpv/article/view/68>
6. Гейко Є.В., Радул І.Г. Цілісність особистості в контексті соціального життя // Психологічне здоров'я. Вип. 1 (2019). С. 27-42.
7. Гончаренко С.У. Український педагогічний словник. К.: Либідь, 1997. 376 с.
8. Грива О.А. Толерантність в процесі становлення молоді в умовах полікультурного середовища : автореф. дис.... д-ра філос.. наук: 09.00.10. АПН України, Ін-т вищ. Освіти. Київ, 2008. 32 с.
9. Гримак Л.П. Резерви людської психіки. М., 1987. 237 с.
10. Гуменюк О.Є. Психологія Я-концепції: Навчальний посібник. Тернопіль: Економічна думка, 2004. 310 с.

11. Донець О.І. Соціально-психологічні кореляти суб'єктивного віку особистості: теоретичний аналіз проблеми. Актуальні проблеми психології. Том 1. Випуск 55. С.79-85.
12. Донченко Е.А., Т.М. Титаренко Особистість: конфлікт, гармонія. Київ: Політздат України, 1989. 185 с.
13. Дригус М.Т. Характеристика само ефективності у просторі само детермінації особистості. Проблеми сучасної психології: зб.наук. праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, Інститут психології ім.. Г.С. Костюка НАПН України / за ред.. С.Д. Максименка, Л.А. Онуфрієвої. Кам'янець-Подільський : Аксіома. 2019. Вип. 45.
14. Заїка І.В. Основні вияви особистісної напруженості. Актуальні проблеми психології. Том 1. Випуск 53.
15. Заїка В.М. Типологічні моделі ініціювання особистісних трансформацій в умовах подолання кризових станів особистості: дис.. ... канд.. психол. наук. 19.00.01 / Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки. Луцьк. 2015. 254 с.
16. Жигалкіна (Лебедева) Н.В. Основні детермінанти психологічного здоров'я особистості. *Fundamental and applied researches in practice of leading scientific schools*. Vol. 17. No 5. 2016. P. 144-149.
17. Жизненный путь личности / под ред. Л.В Сохань. Киев: Наукова думка, 1987. 280 с.
18. Журавльова О.В. Особливості взаємозв'язку прокрастинації та перфекціонізму особистості. Актуальні проблеми психології. Том 1. Випуск 55. С. 86-92.
19. Карамушка М.І., Карамушка Т.В. Психологічний аналіз сутності соціальної активності особистості, її основних видів та ролі у життєдіяльності особистості та суспільства. Актуальні проблеми психології. Том 1. Випуск 57. С.78-84.

20. Карпенко З.С. Аксіологічна психологія особистості: підручник. Івано-Франківськ: Лілея НВ, 2009. 512 с.
21. Кашлюк Ю.І. Психологічне здоров'я і психологічне благополуччя особистості як складові задоволеності життям. Психологічний часопис. 2017. Том 7. № 3. С. 47-58.
22. Клімаш Т.П. Особливості Я-концепції нарцисичної особистості. Актуальні проблеми психології. 2017. Том 1. Випуск 56. С.85-90.
23. Коваленко А. Б. Дослідження копінг-поведінки: Тенденції та перспективи / А. Б. Коваленко, Н. В. Родіна // Наука і освіта. 2011. № 9. С. 110–113.
24. Колотій Н.М. Формування психологічного здоров'я особистості. Вісник ХДПУ ім.. Г.С. Сковороди. Психологія. 2001. Вип. 6. С. 143- 148.
25. Кон И.С. В поисках себя. Личность и ее самосознание. М.: Политздат, 1984. 334 с.
26. Коробка Л. Психологічне здоров'я людини в контексті здорового способу життя. Український науковий журнал «Освіта регіону». 2011. №2. С. 332–339.
27. Корсун С.І., Ткачук Т.А. «Копінг-стратегії як складові копінг-поведінки особистості» // [Електроний режим] : Режим доступу - <https://www.myslenedrevo.com.ua/uk/Sci/Philosophy/PsychologyTax/2/3/1.html>
28. Коцан І.Я., Ложкін Г.В., Мушкевич М.І. Психологія здоров'я людини / за ред.. І.Я. Коцана. Луцьк : РВВ «Вужа» Волин. Нац.. ун-ту ім.. Лесі Українки, 2011. 430 с.
29. Краткий словарь современной педагогики. Под. редакцией Л.Н. Юлсунова.Изд-е 2-е, перераб. доп. Улан-Удэ: Издательство Бурятского госуниверситета, 2001. 100 с
30. Кременчуцька М.К., Добриніна І. В. Проблема активізації особистісних ресурсів для подолання складних життєвих ситуацій // Дослідження психології ортобіозу людини : колективна монографія за заг. ред.. Н.В. Родіни. Київ : Видавництво Ліра-К, 2021. 234 с.

31. Курпатов А.В. Развитие личности (психология и психотерапия). СПб.: ИД «Нева», 2006. 90 с.
32. Кучерган Є.В. Здоров'я майбутнього учителя : резерви пропедевтичної роботи. Педагогіка вищої та середньої школи : зб. Наук. праць. Кривий Ріг : ВЦ КДПУ. 2016. Випуск 49. С. 247-264.
33. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. 2-е изд. М., 1977. 225 с.
34. Лоський Н.О. Бог та світове зло. М: Республіка, 1994. М: Республіка, 1994. 436 с.
35. Лушин П.В. Психология личностного изменения. Кировоград, 2002. 352 с.
36. Максименко С.Д. Генетична психологія учіння людини : монографія. Київ : Видавничий Дім «Слово», 2017. 206 с.
37. Максименко С.Д., Кокун О.М. Загальні концептуальні засади пропагування психологієнічного виховання і здорового способу життя серед сучасної молоді. Практична психологія та соціальна робота. 2011. № 11. С. 75-77.
38. Макарова Л.І. Шляхи гармонізації та самовдосконалення особистості: ортобіотичний аспект. Збірник наукових праць : Серія Філософія, соціологія, психологія. Вип. 6. Ч.1. Івано-Франківськ. 2001. 281 с.
39. Маслоу А. Мотивация и личности [Электронный ресурс]. https://www.4italka.ru/nauka_obrazovanie/psihologiya/177422.htm
40. Михайличенко В.Е. Психология развития личности: монография Харьков.: НТУ «ХПИ», 2015. 388 с.
41. Мусіяка Н.І. Концепція особистісної детермінації навчання С.Д. Максименка. Актуальні проблеми психології. Том. 1. Випуск 57. С. 84-89.
42. Мотков О.І. Исследование гармоничности личности: монография. М.: РУСАЙНС, 2020. 168 с.
43. Нартова-Бочавер С.К. “Copingbehaviour” с системе понятий психологии личности. Психологический журнал. 1994. Т.15. № 1. С. 3-18.

44. Нерубасська А.О. Системно-параметрична модель біфуркаційної особистості. Одеса: Печатний дом. 2020. 338 с.
45. Новый Завет. Первое послание к Коринфянам святого апостола Павла. Глава 13, ст.3. [Электронный ресурс]. <https://bible.by/syn/53/13/>
46. Олпорт Г. Толерантна особистість. Національний психологічний журнал. 2011. №2(6). С. 155-159.
47. Онищенко В.М. Трансформація особистості в процесі подолання життєвих криз. Актуальні проблеми психології. 2015. Том 1. Випуск 56. С.118-124.
48. Особистість як суб'єкт подолання кризових ситуацій: психологічна теорія і практика : монографія / за ред.. С.Д. Максименка, С.Б. Кузікової, В.Л. Зливкова. Суми: Вид-во СумДПУ імені А.С. Макаренка, 2017. 540 с.
49. Психологічні технології само детермінації розвитку особистості : монографія / Л.З. Сердюк, І.В. Данилюк, В.В. Турбан, О.І. Пенькова, Н.Д. Володарська та ін.. ; за ред.. Л.З. Сердюка. Київ : Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2018. 192 с.
50. Психологічне обґрунтування заходів пропагування психологієнічного виховання і здорового способу життя серед сучасної молоді : Монографія [Максименко С.Д., Болтівець С.І., Кокун О.М., Здіорук С.І., Губенко О.В., Гуменюк Г.В.]; за заг. ред.. С.Д. Максименка. К.: ДП «Інформ.-аналіт. Агентство». 2012. 152 с.
51. Психологія копінг-поведінки: системне моделювання : монографія. Одеса : видавець Букаєв Вадим Вікторович. 2011. 364 с.
52. Психологія копінг-поведінки: системне моделювання: монографія / Н. В. Родіна. Одеса: видавець Букаєв Вадим Вікторович, 2011. 364 с.
53. Родіна Н.В., Чернявська Т.П., Кононенко О.І. та ін.. Дослідження психології ортобіозу людини: монографія / за заг. ред.. проф.. Н.В. Родіна. Київ : Видавництво Ліра – К, 2021. 234 с.
54. Родіна Н.В. Змістовна та конвергентна валідність опитувальника WOCQ для ситуацій загрози само актуалізації та життю. Науковий вісник

Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки. 2014. Т.1., В.1. С 78-84.

55. Родіна Н.В. Розвиток копінгу на протязі життєвого шляху особистості // Вісник Одеського національного університету. 2014. Т. 19, Вип. 1(31). С. 279-289.

56. Родіна Н.В. Змістовна та конвергентна валідність опитувальника WOCQ для ситуацій загрози самоактуалізації та життю // Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки». 2014. Т. 1, В. 1. С. 78-84

57. Родіна Н. В. Ієрархічна модель структури копінг-поведінки // Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки: зб. наук. пр. / Київ. нац. ун-т ім. Тараса Шевченка ; редкол.: В. І. Судаков [та ін.]. К.: Логос, 2011. Т. 1. С. 120–129.

58. Родіна Н.В. Класифікація осіб, які долають екстремальні ситуації (ієрархічна модель на прикладі пожежників МНС України) // Наука і освіта. 2010. № 9. С. 116–120.

59. Родіна Н.В. Опитувальник WOCQ в адаптації С. І. Хаїрової. Психометричний аналіз і альтернативна факторна модель // Актуальні проблеми психології. 2010. Т. 12, вип. 10, ч. 2. С. 340–350.

60. Родіна Н.В. Психометричний аналіз і стандартизація опитувальника WOCQ для вивчення долаючої поведінки в умовах екстремального стресу// Вісник Одеського національного університету. 2010. № 15 (11). С. 137–147.

61. Родина Н.В. Исследование копинг-стратегий как модераторов дезадаптивной реакции личности на стресс. Применение опросника WOCQ // Науковий часопис. 2009. № 26 (50). С. 128–133.

62. Романова Г.М. Система організації самостійної роботи студентів: досвід, проблеми : Матеріали наук.- практичної конференції. К. : КНЕУ, 2000. 260 с.

63. Савчин М. Духовний потенціал людини: підручник. Івано-Франківськ : Місток НВ, 2010. 508 с.

64. Саннікова О.П. Психологічний портрет кризової особистості. Вісник Харківського університету. Серія Психологія. 2000. № 498. С.115-121.
65. Терещенко І.І., Зубенко Д.В. Ідея всебічного розвитку особистості у теоретичних та практичних аспектах соціальної роботи // [www. Крі.kiev.ua](http://www.Kpi.kiev.ua)
66. Терещенко К.В. Толерантність як детермінанта психологічного здоров'я особистості. Актуальні проблеми психології. Том. 1. Випуск 57. С. 90-95. С.92
67. Титаренко Т.М. Життєвий світ особистості: у межах і за межами буденності : навч. посіб. Київ : ДП Спеціалізоване видавництво «Либідь», 2003. 376 с.
68. Шаумян О.Г. Формування цілісності особистості в осіб, які схильні до переживання стану самотності. Актуальні проблеми психології. 2020. Том 1. Випуск 55. С 93-96.
69. Фоменко К.І. Здоровий нарцисизм у характеристиці самосвідомості особистості. Міжнародний науковий журнал. Науковий огляд. 2014. Том 5. № 4. С.76-82.
70. Ярема Н.Ю. Психологічне здоров'я особистості. Юридична психологія. 2015. № 2. С. 106-115.
71. Allport G. Formation of personality: Selected works. NY.: Meaning, 2002. 462 p.
72. Bernice, L. Neugarten. The Measurement of Life Satisfaction. Journal of Gerontology. 1961. Vol. 16. Issue 2. P. 134-143.
73. Bessel van der Kolk The body keeps the score: Brain? Mind? And Body in the Healing of Trauma, 2016. 528 p. С.381-382.
74. Bowlby J. Secure Base: Parent-Child Attachment and Healthy Human Development. New York: Basic Books, 2008, 103 p.
75. Frankl V.E. Der Wille zum Sinn. Dorn, 1982. 372 p.
76. Erozkan A. Analysis of Social Problem Solving and Social Self-Efficacy in Prospective Teachers. Educational Sciences: Theory and Practice. 2014. Vol. 14. № 2. P 447-455.

77. Janet P. Psychological Healing. New York: Macmillan, 1925. 660 p.
78. Gerhard M. W. Individual differences in self-efficacy development: The effects of goal orientation and affectivity. Drown, KG. Learn. Individ. Diff. 2006. V. 16-Iss. LP. 43-59.
79. Lukat Ju., Margraf Ju., Lutz R., Van der Veld W.M., Becker E.S. Psychometric properties of the Positive Mental Health Scale (PMH-scale). BMC Psychology. 2016. № 4(1). : https://www.researchgate.net/publication/293807917_Psychometric_properties_of_the_Positive_Mental_Health_Scale_PMH-scale
80. Maslov A.H. Toward a psychology of being. 3-nd. NY. 1968.
81. Mead G.H. Self and Society. Chicago, 1943. P.136-144,164-178. 272 p.
82. Rogers K. Formation of personality. A look at psychotherapy, NY. 2004. 233 p. P.111.
83. Smelser N. Theory of collective behavior. N.Y. : Free Press, 1962. P. 163.
84. Stajkovic A.D. Self-efficacy and work-related performance: A meta-analysis. Psychological Bulletin. 1998. Vol. 124. № 2. P.240-261.
85. Young A. The Harmony of Illusions: Inventing Past-traumatic Stress Disorder. Princeton, NJ: Princeton University Press, 1997.
86. Young A. Hurmony of Illusions. London: New Sydenham Society, 1888.
87. Ysenck H. The Structure of Personaliti / H. Ysenck. London, 1960. 499 p.
88. Wackerly D. таїн. Mathematical statistics with applications. New York: Cengage Learning, 2014. 939 c.

ДОДАТКИ

ДОДАТОК А

Гістограми шкал ІГЛ та їх порівняння з нормальним розподілом.

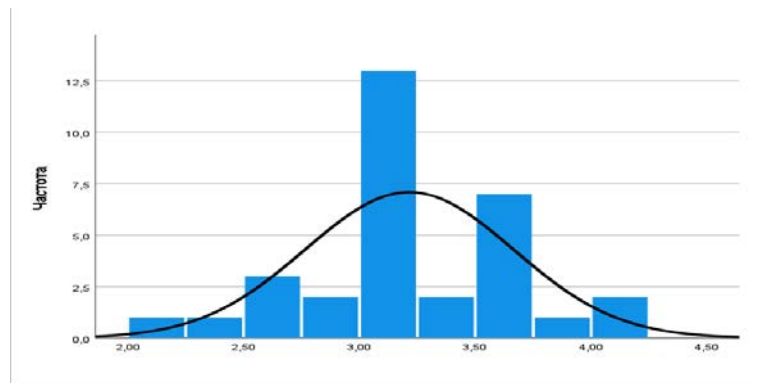


Рис. А.1 Цінності особистісної гармонії.

Рисунок не відповідає нормальному розподілу.

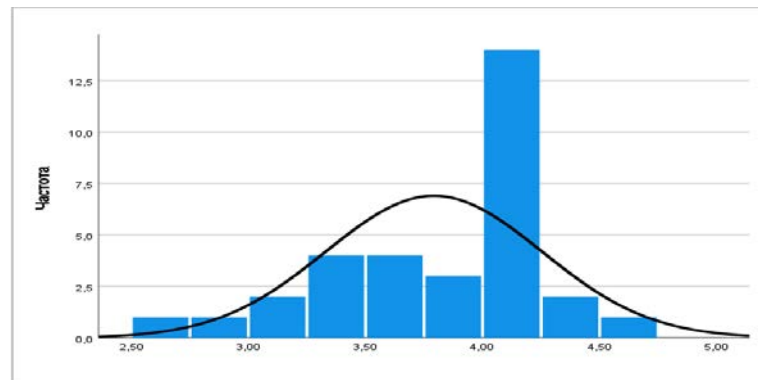


Рис. А.2 Цінності духовні.

Рисунок не відповідає нормальному розподілу.

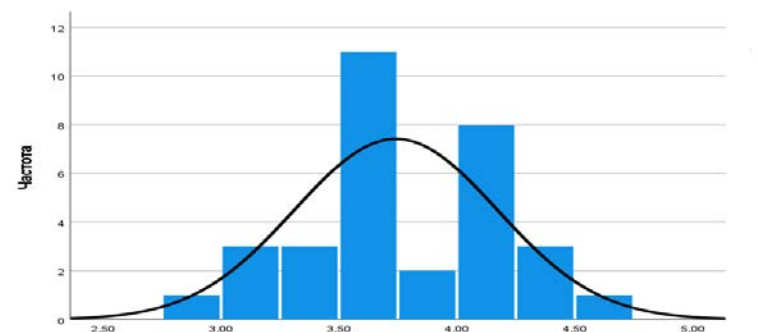


Рис. А.3 Спосіб життя.

Рисунок не відповідає нормальному розподілу.

Продовження додатку А.

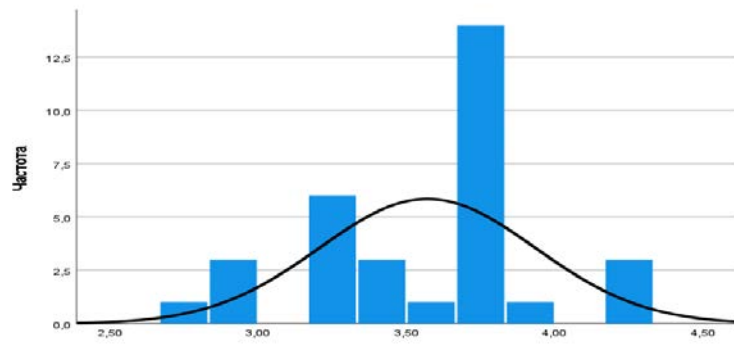


Рис. А.4 Саморегуляція емоцій .

Рисунок не відповідає нормальному розподілу.

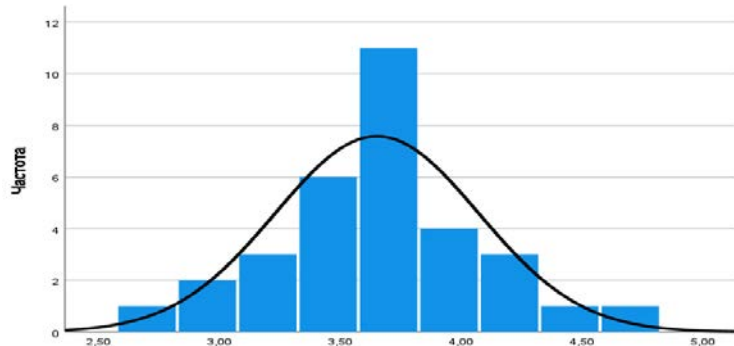


Рис. А.5 Конструктивність спілкування.

Рисунок відповідає нормальному розподілу.

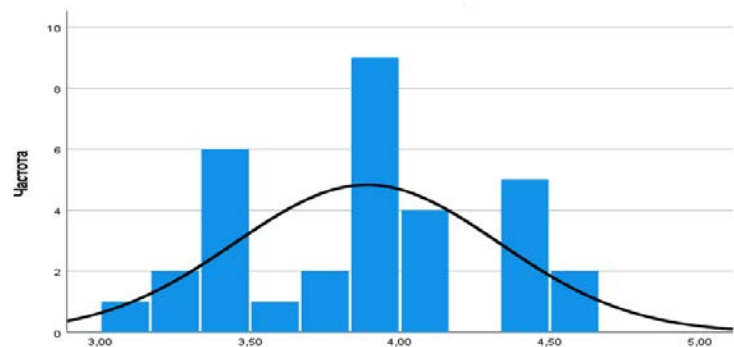


Рис. А.6 Самогармонізація особистості.

Рисунок не відповідає нормальному розподілу.

Продовження додатку А.

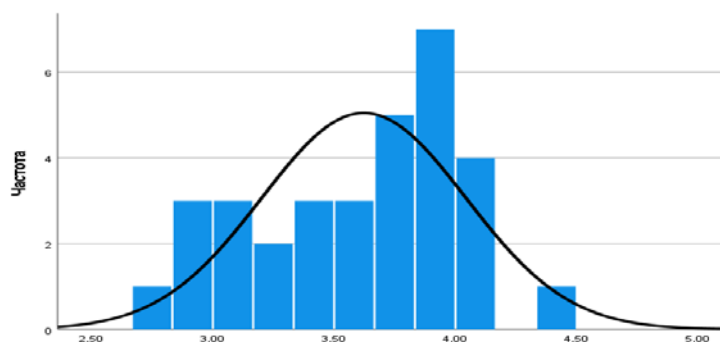


Рис. А.7 Помірність сили бажань та досягнень.

Рисунок не відповідає нормальному розподілу.

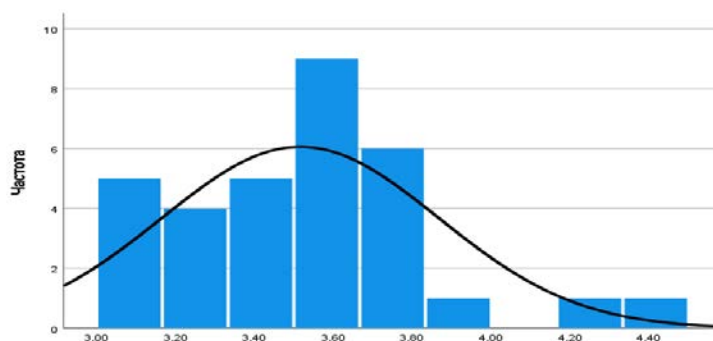


Рис. А.8 Самостійність

Рисунок не відповідає нормальному розподілу.

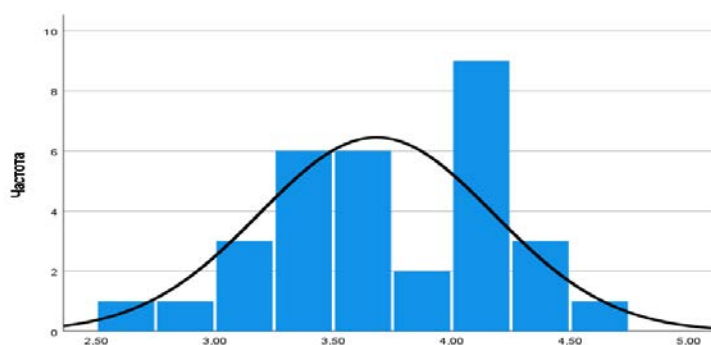


Рис. А.9 Задоволеність життям та відносинами з людьми.

Рисунок не відповідає нормальному розподілу.

Продовження додатку А.

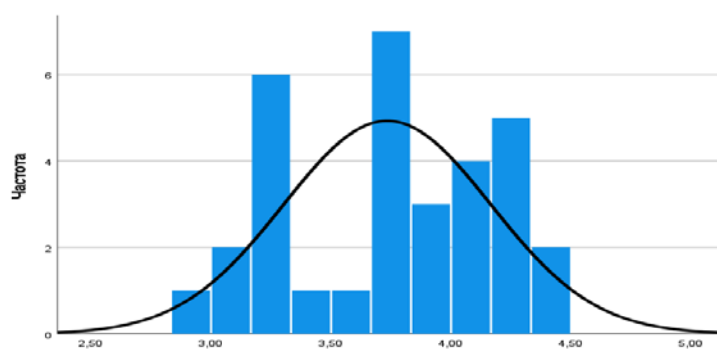


Рис. А.10 Життєве самовизначення.

Рисунок не відповідає нормальному розподілу.

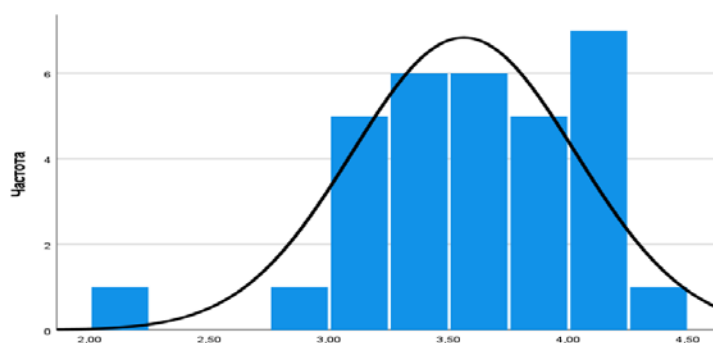


Рис. А.11 Життєва самореалізація.

Рисунок не відповідає нормальному розподілу.

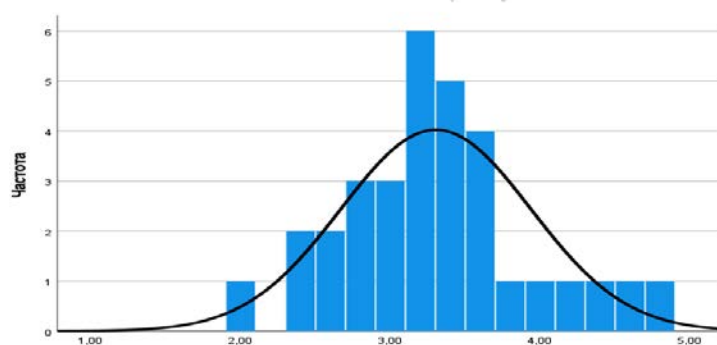


Рис. А.12 Позитивність самооцінки.

Рисунок не відповідає нормальному розподілу.

Продовження додатку А.

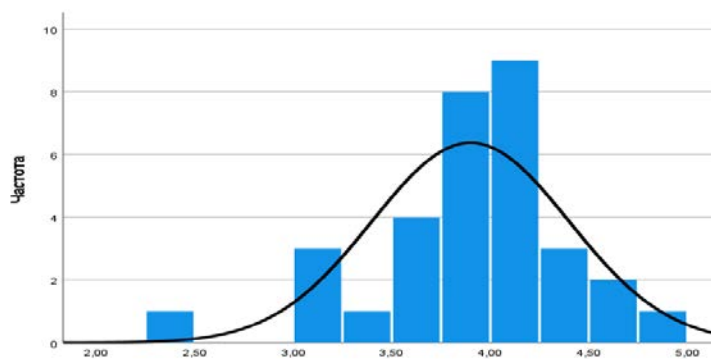


Рис. А.13 Інтегральна гармонійність особистості.

Рисунок не відповідає нормальному розподілу.

ДОДАТОК Б

Рівні виразності середніх даних за показниками методики ІГЛ.

Підкреслимо червоним кольором виділені комірки, які відповідають оптимальному рівню за Методикою ІГЛ.

Таблиця Б.1

**Рівні виразності середніх даних за показниками методики ІГЛ у балах,
усі респонденти.**

N	ЦОГ	ЦД	ОЖ	СЕ	КС	СО	Пм	С	Зд	ЖСВ	ЖСР	ПС	ІГО
1	4,00	3,33	3,17	3,70	3,88	3,36	3,80	4,00	4,00	3,60	3,60	3,78	3,64
2	4,14	3,67	3,33	3,70	3,38	3,93	3,80	3,83	3,33	3,40	3,20	3,78	3,66
3	4,43	4,22	3,67	3,90	3,88	4,07	3,60	4,50	4,22	4,00	3,60	4,11	4,06
4	3,29	3,28	3,00	3,80	3,50	3,14	3,20	3,33	3,89	3,40	3,80	4,22	3,48
5	3,71	3,67	3,67	3,90	4,00	4,07	3,80	2,67	3,89	3,40	2,80	3,89	3,71
6	3,71	3,61	3,67	3,90	3,88	3,93	4,40	4,17	4,33	3,80	3,40	4,22	3,90
7	4,14	4,22	4,33	3,50	4,13	4,14	3,00	4,17	4,00	4,00	3,20	4,00	3,97
8	3,71	3,56	3,83	3,70	3,63	3,79	3,20	4,00	4,00	3,80	3,40	4,00	3,73
9	4,00	4,33	3,33	3,80	3,38	3,79	3,00	3,50	3,22	2,80	2,80	4,22	3,68
10	3,86	3,50	3,67	3,50	4,13	3,79	3,60	3,33	3,78	4,00	2,60	3,67	3,64
11	4,00	3,56	3,50	2,90	4,50	2,93	3,40	2,83	3,22	3,60	3,60	3,67	3,44
12	4,43	4,06	3,83	4,50	4,50	4,00	3,60	4,00	4,44	4,00	3,40	4,56	4,16
13	4,00	4,28	3,67	4,20	3,50	4,07	3,60	4,33	3,67	3,80	3,00	4,22	3,95
14	4,00	4,00	3,83	4,10	4,00	3,50	3,40	4,17	3,56	3,40	3,60	3,89	3,81
15	4,00	3,78	3,50	4,20	4,38	3,57	4,00	3,33	4,00	3,40	3,20	4,22	3,83
16	3,00	3,00	3,00	3,00	3,00	3,00	3,00	3,00	3,44	3,00	3,00	3,00	3,04
17	2,57	3,06	2,83	2,70	3,25	2,71	3,00	3,33	3,33	3,00	2,40	2,44	2,89
18	3,00	3,33	3,33	3,30	3,75	3,29	3,20	3,50	3,22	3,20	2,40	3,00	3,25
19	2,86	2,89	3,17	3,20	3,88	3,14	3,40	3,50	3,11	2,20	2,00	3,11	3,07
20	3,43	3,56	4,00	3,60	3,75	3,71	3,60	3,33	3,67	3,60	3,20	3,67	3,61
21	3,43	3,50	3,67	3,50	3,38	3,29	3,80	3,67	3,67	3,80	3,00	3,89	3,53
22	4,00	3,67	3,67	3,50	3,25	4,00	3,80	3,00	3,67	3,00	3,20	3,67	3,60
23	4,14	3,22	4,17	3,10	3,38	3,79	3,40	3,33	3,11	3,00	2,60	3,44	3,40
24	3,43	3,78	3,67	3,40	4,13	3,64	3,60	3,50	3,89	3,60	3,20	3,78	3,67
25	4,14	4,28	4,17	4,60	4,63	4,00	4,20	4,33	4,44	4,20	4,40	4,33	4,30
26	4,57	4,67	3,83	3,40	4,63	4,36	3,80	4,33	4,33	4,40	4,80	4,78	4,35
27	4,00	4,06	3,83	3,80	4,13	3,93	3,20	4,00	4,22	4,00	4,20	4,33	4,00
28	3,86	4,00	3,00	3,60	4,00	3,07	3,60	3,83	3,22	3,40	3,40	4,56	3,66
29	3,71	4,17	3,17	3,70	3,88	3,00	3,40	4,17	2,89	4,20	4,00	4,44	3,72
30	4,00	3,61	3,67	3,60	4,50	3,86	3,60	3,00	3,78	3,60	2,80	3,89	3,71
31	4,00	4,11	3,50	3,90	4,38	3,43	3,00	4,17	4,22	3,80	4,60	4,11	3,94
сер.	3,79	3,72	3,58	3,65	3,90	3,62	3,53	3,69	3,75	3,59	3,32	3,89	3,69

Продовження додатку Б.

Таблиця Б.2

**Рівні вираженості середніх даних за показниками методики ІГЛ у балах,
чоловіки.**

N	ЦО Г	ЦД	ОЖ	СЕ	КС	СО	Пм	С	Зд	ЖСВ	ЖСР	ПС	ІГО
4	3,2 9	3,2 8	3,00	3,8 0	3,5 0	3,1 4	3,2 0	3,3 3	3,8 9	3,40	3,80	4,2 2	3,4 8
5	3,7 1	3,6 7	3,67	3,9 0	4,0 0	4,0 7	3,8 0	2,6 7	3,8 9	3,40	2,80	3,8 9	3,7 1
9	4,0 0	4,3 3	3,33	3,8 0	3,3 8	3,7 9	3,0 0	3,5 0	3,2 2	2,80	2,80	4,2 2	3,6 8
13	4,0 0	4,2 8	3,67	4,2 0	3,5 0	4,0 7	3,6 0	4,3 3	3,6 7	3,80	3,00	4,2 2	3,9 5
16	3,0 0	3,0 0	3,00	3,0 0	3,0 0	3,0 0	3,0 0	3,0 0	3,4 4	3,00	3,00	3,0 0	3,0 4
17	2,5 7	3,0 6	2,83	2,7 0	3,2 5	2,7 1	3,0 0	3,3 3	3,3 3	3,00	2,40	2,4 4	2,8 9
18	3,0 0	3,3 3	3,33	3,3 0	3,7 5	3,2 9	3,2 0	3,5 0	3,2 2	3,20	2,40	3,0 0	3,2 5
19	2,8 6	2,8 9	3,17	3,2 0	3,8 8	3,1 4	3,4 0	3,5 0	3,1 1	2,20	2,00	3,1 1	3,0 7
26	4,5 7	4,6 7	3,83	3,4 0	4,6 3	4,3 6	3,8 0	4,3 3	4,3 3	4,40	4,80	4,7 8	4,3 5
сер .	3,0 0	3,1 3	2,94	3,0 6	3,2 8	3,0 9	3,0 0	3,1 1	3,2 1	2,93	2,69	3,1 9	3,0 8

Продовження додатку Б.

Таблиця Б.2

**Рівні вираженості середніх даних за показниками методики ІГЛ у балах,
жінки.**

N	ЦОГ	ЦД	ОЖ	СЕ	КС	СО	Пм	С	Зд	ЖСВ	ЖСР	ПС	ІГО
1	4,00	3,33	3,17	3,70	3,88	3,36	3,80	4,00	4,00	3,60	3,60	3,78	3,64
2	4,14	3,67	3,33	3,70	3,38	3,93	3,80	3,83	3,33	3,40	3,20	3,78	3,66
3	4,43	4,22	3,67	3,90	3,88	4,07	3,60	4,50	4,22	4,00	3,60	4,11	4,06
6	3,71	3,61	3,67	3,90	3,88	3,93	4,40	4,17	4,33	3,80	3,40	4,22	3,90
7	4,14	4,22	4,33	3,50	4,13	4,14	3,00	4,17	4,00	4,00	3,20	4,00	3,97
8	3,71	3,56	3,83	3,70	3,63	3,79	3,20	4,00	4,00	3,80	3,40	4,00	3,73
10	3,86	3,50	3,67	3,50	4,13	3,79	3,60	3,33	3,78	4,00	2,60	3,67	3,64
11	4,00	3,56	3,50	2,90	4,50	2,93	3,40	2,83	3,22	3,60	3,60	3,67	3,44
12	4,43	4,06	3,83	4,50	4,50	4,00	3,60	4,00	4,44	4,00	3,40	4,56	4,16
14	4,00	4,00	3,83	4,10	4,00	3,50	3,40	4,17	3,56	3,40	3,60	3,89	3,81
15	4,00	3,78	3,50	4,20	4,38	3,57	4,00	3,33	4,00	3,40	3,20	4,22	3,83
20	3,43	3,56	4,00	3,60	3,75	3,71	3,60	3,33	3,67	3,60	3,20	3,67	3,61
21	3,43	3,50	3,67	3,50	3,38	3,29	3,80	3,67	3,67	3,80	3,00	3,89	3,53
22	4,00	3,67	3,67	3,50	3,25	4,00	3,80	3,00	3,67	3,00	3,20	3,67	3,60
23	4,14	3,22	4,17	3,10	3,38	3,79	3,40	3,33	3,11	3,00	2,60	3,44	3,40
24	3,43	3,78	3,67	3,40	4,13	3,64	3,60	3,50	3,89	3,60	3,20	3,78	3,67
25	4,14	4,28	4,17	4,60	,63	4,00	4,20	4,33	4,44	4,20	4,40	4,33	4,30
27	4,00	4,06	3,83	3,80	4,13	3,93	3,20	4,00	4,22	4,00	4,20	4,33	4,00

Продовження додатку Б.

N	ЦОГ	ЦД	ОЖ	СЕ	КС	СО	Пм	С	Зд	ЖСВ	ЖС Р	ПС	ІГО
28	3,86	4,00	3,00	3,60	4,00	3,07	3,60	3,83	3,22	3,40	3,40	4,56	3,66
29	3,71	4,17	3,17	3,70	3,88	3,00	3,40	4,17	2,89	4,20	4,00	4,44	3,72
30	4,00	3,61	3,67	3,60	4,50	3,86	3,60	3,00	3,78	3,60	2,80	3,89	3,71
31	4,00	4,11	3,50	3,90	4,38	3,43	3,00	4,17	4,22	3,80	4,60	4,11	3,94
сеп	3,79	3,72	3,58	3,65	3,90	3,62	3,53	3,69	3,75	3,59	3,32	3,89	3,69

ДОДАТОК В

Оцінка відмінностей між соціальними цінниками та "шкали ІГЛ".

Таблиця В.1

Оцінки відмінностей між вибірками "стать" та "шкали ІГЛ" за U-критерієм Манна-Уїтні.

Фактор А: пол								
Шкала		Середній ранг сума рангів		U Манна- Уїтні $\sum n = 31$	Асимпатичне значення (двосторон- ня), p	z	r	ES
		Мужчини (n1 = 9)	Женщины (n2 = 22)					
1	ЦОГ	15,39 138,50	16,25 357,50	93,5	0,809	-0,242	-0,043	несуттєвий
2	ЦД	10,61 95,50	18,20 400,50	50,5	0,031	-2,153	-0,387	середній
3	ОЖ	13,67 123,00	16,95 373,00	78,0	0,360	-0,915	-0,164	малий
4	СЕ	10,22 92,00	18,36 404,00	47,0	0,021	-2,300	-0,413	середній
5	КС	13,06 117,50	17,20 378,50	72,5	0,247	-1,158	-0,208	малий
6	СО	11,33 102,00	17,91 394,00	57	0,066	-1,838	-0,330	середній
7	Пм	14,50 130,50	16,61 365,50	85,5	0,556	-0,589	-0,106	малий
8	С	11,72 105,50	17,75 390,50	60,5	0,088	-1,705	-0,306	середній
9	Зд	13,39 120,50	17,07 375,50	75,5	0,302	-1,031	-0,185	малий
10	ЖСВ	12,44 112,00	17,45 384,00	67,0	0,162	-1,399	-0,251	малий
11	ЖСР	10,22 92,00	18,36 404,00	47,0	0,022	-2,288	-0,411	середній
12	ПС	10,78 97,00	18,14 399,00	52,0	0,039	-2,059	-0,370	середній
13	ІГО	13,83 124,50	16,89 371,50	79,5	0,394	-0,853	-0,153	малий

Продовження додатку В.

Таблиця В.2

**Оцінка відмінностей між фактором Б та "шкалами ІГЛ" за U-критерієм
Манна-Уїтні, чоловіки.**

Фактор Б: n1 - працює(вчиться) /n2 - не працює (не вчиться)					
Шкала		Середній ранг сума рангів		U Манна-Уїтні $\sum n = 9$	Асимпатичне значення (двостороння), p
		n1 = 6	n2 = 3		
1	ЦОГ	3,50 21,00	8,00 24,00	0,0	0,020
2	ЦД	4,00 24,00	7,00 21,00	3,0	0,118
3	ОЖ	4,00 24,00	7,00 21,00	3,0	0,121
4	СЕ	4,08 24,50	6,83 20,50	3,5	0,150
5	КС	3,58 21,50	7,83 23,50	0,5	0,028
6	СО	4,92 29,50	5,17 15,50	8,5	0,897
7	Пм	4,00 24,00	7,00 21,00	3,0	0,118
8	С	4,58 27,50	5,83 17,50	6,5	0,508
9	Зд	4,92 29,50	5,17 15,50	8,5	0,895
10	ЖСВ	4,83 29,00	5,33 16,00	8,0	0,795
11	ЖСР	4,47 28,50	5,50 16,50	7,5	0,696
12	ПС	4,92 29,50	5,17 15,50	8,5	0,896
13	ІГО	4,33 26,00	6,33 19,00	5,0	0,291

Продовження додатку В.

Таблиця В.3

**Оцінка відмінностей між фактором Б та "шкалами ІГЛ" за U-критерієм
Манна-Уїтні, чоловіки.**

Фактор В: n1 –у відносинах/подружжі /n2 -не у відносинах/розлучений					
Шкала		Середній ранг сума рангів		U Манна-Уїтні $\sum n = 9$	Асимпатичне значення (двостороння), p
		n1 = 6	n2 = 3		
1	ЦОГ	5,00 30,00	5,00 15,00	9,0	1,000
2	ЦД	4,83 29,00	5,33 16,00	8,0	0,795
3	ОЖ	4,67 28,00	5,67 17,00	7,0	0,606
4	СЕ	5,25 31,50	4,50 13,50	7,5	0,695
5	КС	4,67 28,00	5,67 17,00	7,0	0,604
6	СО	5,25 31,50	4,50 13,50	7,5	0,697
7	Пм	5,08 30,50	4,83 14,50	8,5	0,896
8	С	5,67 34,00	3,67 11,00	5,0	0,289
9	Зд	4,92 29,50	5,17 15,50	8,5	0,895
10	ЖСВ	5,42 32,50	4,17 12,50	6,5	0,515
11	ЖСР	5,25 31,50	4,50 13,50	7,5	0,696
12	ПС	5,00 30,00	5,00 15,00	9,0	1,000
13	ІГО	4,75 28,50	5,50 16,50	7,5	0,692

Продовження додатку В.

Таблиця В.4

Оцінка відмінностей між фактором Г та "шкалами ІГЛ" за U-критерієм
Манна-Уїтні, чоловіки.

Фактор Г: n1 - рідко навчаються новому /n2 -часто навчаються новому					
Шкала		Середній ранг сума рангів		U Манна-Уїтні $\sum n = 9$	Асимпатичне значення (двостороння), p
		n1 = 5	n2 = 4		
1	ЦОГ	3,80 19,00	6,50 26,00	4,0	0,142
2	ЦД	3,80 19,00	6,50 26,00	4,0	0,138
3	ОЖ	4,20 21,00	6,00 24,00	6,0	0,324
4	СЕ	3,70 18,50	6,63 26,50	3,5	0,107
5	КС	4,20 21,00	6,00 24,00	6,0	0,325
6	СО	4,50 22,50	5,63 22,50	7,5	0,539
7	Пм	3,80 19,00	6,50 26,00	4,0	0,138
8	С	3,80 19,00	6,50 26,00	4,0	0,132
9	Зд	5,00 25,00	5,00 20,00	10,0	1,000
10	ЖСВ	3,50 17,50	6,88 27,50	2,5	0,064
11	ЖСР	3,60 18,00	6,75 27,00	3,0	0,084
12	ПС	3,70 18,50	6,63 26,50	3,5	0,107
13	ІГО	4,30 21,50	5,88 23,50	6,5	0,381

Продовження додатку В.

Таблиця В.5

Оцінка відмінностей між фактором Д та "шкалами ІГЛ" за U-критерієм
Манна-Уїтні, чоловіки.

ФакторД: n1 - має навички саморегуляціємоцій /n2 –не має навичків					
Шкала		Середний ранг сума рангів		U Манна-Уїтні $\sum n = 9$	Асимпатичне значення(двостороння), p
		n1 = 3	n2 = 6		
1	ЦОГ	4,67 14,00	5,17 31,00	8,0	0,796
2	ЦД	4,33 13,00	5,33 32,00	7,0	0,603
3	ОЖ	4,33 13,00	5,33 32,00	7,0	0,606
4	СЕ	5,17 15,50	4,92 29,50	8,5	0,896
5	КС	4,67 14,00	5,17 31,00	8,0	0,795
6	СО	5,00 15,00	5,00 30,00	9,0	1,000
7	Пм	4,83 14,50	5,08 30,50	8,5	0,896
8	С	5,00 15,00	5,00 30,00	9,0	1,000
9	Зд	3,00 9,00	6,00 36,00	3,0	0,112
10	ЖСВ	5,00 15,00	5,00 30,00	9,0	1,000
11	ЖСР	5,00 15,00	5,00 30,00	9,0	1,000
12	ПС	4,50 13,50	5,25 31,50	7,5	0,695
13	ІГО	3,33 10,00	5,83 35,00	4,0	0,187

Продовження додатку В.

Таблиця В.6

**Оцінка відмінностей між фактором Е та "шкалами ІГЛ" за U-критерієм
Манна-Уїтні, чоловіки.**

Фактор Е: n1 – вважають себе духовно-моральними /n2 -так не вважають					
Шкала		Середній ранг сума рангів		U Манна-Уїтні $\sum n = 9$	Асимпатичне значення (двостороння), p
		n1 = 6	n2 = 3		
1	ЦОГ	4,83 29,00	5,33 16,00	8,0	0,796
2	ЦД	5,08 30,50	4,83 14,50	8,5	0,896
3	ОЖ	5,00 30,00	5,00 15,00	9,0	1,000
4	СЕ	4,92 29,50	5,17 15,50	8,5	0,896
5	КС	4,42 26,50	6,17 18,50	5,5	0,364
6	СО	4,42 26,50	6,17 18,50	5,5	0,364
7	Пм	4,83 29,00	5,33 16,00	8,0	0,795
8	С	4,58 29,00	5,83 17,50	6,5	0,508
9	Зд	5,75 34,50	3,50 10,50	4,5	0,233
10	ЖСВ	4,58 27,50	5,83 17,50	6,5	0,515
11	ЖСР	4,50 27,00	6,00 18,00	6,0	0,435
12	ПС	5,00 30,00	5,00 15,00	9,0	1,000
13	ІГО	5,08 30,50	4,83 14,50	8,5	0,895

Продовження додатку В.

Таблиця В.6

**Оцінка відмінностей між фактором Б та "шкалами ІГЛ" за U-критерієм
Манна-Уїтні, жінки.**

Фактор Б: n1 - працює (навчається) /n2 - не працює (не навчається)								
Шкала		Середній ранг сума рангів		U Манна- Уїтні $\sum n = 22$	Асимпатичне значення (двосторон- ня), p	z	r	ES
		n1 = 18	n2 = 4					
1	ЦОГ	12,36 222,50	7,63 30,50	20,5	0,174	-1,360	-0,290	малий
2	ЦД	11,92 214,50	9,63 38,50	28,5	0,522	-0,640	-0,136	малий
3	ОЖ	11,00 198,00	13,75 55,00	27,0	0,434	-0,782	-0,167	малий
4	СЕ	11,72 211,00	10,50 42,00	32,0	0,731	-0,343	-0,073	несуттєвий
5	КС	11,69 210,50	10,63 42,50	32,5	0,764	-0,300	-0,064	несуттєвий
6	СО	11,61 209,00	11,00 44,00	34,0	0,864	-0,171	-0,036	несуттєвий
7	Пм	11,56 208,00	11,25 45,00	35,0	0,931	-0,087	-0,019	несуттєвий
8	С	11,61 209,00	11,00 44,00	34,0	0,863	-0,172	-0,037	несуттєвий
9	Зд	10,94 197,00	14,00 56,00	26,0	0,392	-0,856	-0,182	малий
10	ЖСВ	11,06 199,00	14,00 56,00	28,0	0,488	-0,693	-0,148	малий
11	ЖСР	12,03 216,50	9,13 36,50	26,5	0,411	-0,822	-0,175	малий
12	ПС	11,22 202,00	12,75 51,00	31,0	0,668	-0,428	-0,091	несуттєвий
13	ІГО	11,44 206,00	11,75 47,00	35,0	0,932	-0,085	-0,018	несуттєвий

Продовження додатку В.

Таблиця В.7

**Оцінка відмінностей між фактором В та "шкалами ІГЛ" за U-критерієм
Манна-Уїтні, жінки.**

Фактор В: n1 –у відносинах/подружжя /n2 -не у відносинах / розлучений								
Шкала		Середний ранг сума рангів		U Манна- Уїтні $\sum n = 22$	Асимпатичне значення (двосторон- ня), p	z	r	ES
		n1 = 15	n2 = 7					
1	ЦОГ	9,93 149,00	14,86 104,00	29,0	0,088	-1,707	-0,364	середній
2	ЦД	9,80 147,00	15,14 106,00	27,0	0,071	-1,803	-0,384	середній
3	ОЖ	10,60 159,00	13,43 94,00	39,0	0,331	-0,972	-0,207	малий
4	СЕ	9,73 146,00	15,29 107,00	26,0	0,060	-1,883	-0,401	середній
5	КС	10,17 152,50	14,36 100,50	32,5	0,155	-1,422	-0,303	середній
6	СО	10,20 153,00	14,29 100,00	33,0	0,168	-1,379	-0,294	малий
7	Пм	11,17 167,50	12,21 85,50	47,5	0,718	-0,360	-0,077	несуттєвий
8	С	10,73 161,00	13,14 92,00	41,0	0,412	-0,820	-0,175	малий
9	Зд	10,00 150,00	14,71 103,00	30,0	0,111	-1,596	-0,340	середній
10	ЖСВ	10,93 164,00	12,71 89,00	44,0	0,542	-0,610	-0,130	малий
11	ЖСР	11,17 167,50	12,21 85,50	47,5	0,720	-0,358	-0,076	несуттєвий
12	ПС	10,60 159,00	13,43 94,00	39,0	0,338	-0,958	-0,204	малий
13	ІГО	9,77 146,50	15,21 106,50	26,5	0,067	-1,834	-0,391	середній

Продовження додатку В.

Таблиця В.8

**Оцінка відмінностей між фактором Г та "шкалами ІГЛ" за U-критерієм
Манна-Уїтні, жінки.**

Фактор Г: n1 - рідко навчається новому /n2 -часто навчається новому								
Шкала		Середний ранг		U Манна-Уїтні	Асимпатичне значення (двостороння), p	z	r	ES
		сума рангів						
		n1 = 5	n2 = 17	$\sum n = 22$				
1	ЦОГ	8,00 40,00	12,53 213,00	25,0	0,158	-1,413	-0,301	середній
2	ЦД	10,20 51,00	11,88 202,00	36,0	0,609	-0,511	-0,109	малий
3	ОЖ	14,30 71,50	10,68 181,50	28,5	0,263	-1,120	-0,239	малий
4	СЕ	7,10 35,50	12,79 217,50	20,5	0,082	-1,737	-0,370	середній
5	КС	11,40 57,00	11,53 196,00	42,0	0,968	-0,040	-0,009	несуттєвий
6	СО	12,20 61,00	11,29 192,00	39,0	0,783	-0,275	-0,059	несуттєвий
7	Пм	9,30 46,50	12,15 206,50	31,5	0,378	-0,881	-0,188	малий
8	С	10,20 51,00	11,88 202,00	36,0	0,606	-0,515	-0,110	малий
9	Зд	11,90 59,50	11,38 193,50	40,5	0,875	-0,158	-0,034	несуттєвий
10	ЖСВ	12,60 63,00	11,18 190,00	37,0	0,661	-0,439	-0,094	несуттєвий
11	ЖСР	6,90 34,50	12,85 218,50	19,5	0,067	-1,831	-0,390	середній
12	ПС	10,40 52,00	11,82 201,00	37,0	0,664	-0,434	-0,093	несуттєвий
13	ІГО	11,00 55,00	11,65 198,00	40,0	0,845	-0,196	-0,042	несуттєвий

Продовження додатку В.

Таблиця В.9

Оцінка відмінностей між фактором Д та "шкалами ІГЛ" за U-критерієм
Манна-Уїтні, жінки.

Фактор Д: n1 - має навички саморегуляціїемоцій /n2 –не має навичок								
Шкала		Середній ранг сума рангів		U Манна- Уїтні $\sum n = 22$	Асимпатичне значення (двосторон- ня), p	z	r	ES
		n1 = 15	n2 = 7					
1	ЦОГ	13,60 204,00	7,00 49,00	21,0	0,022	-2,289	-0,488	середній
2	ЦД	12,63 189,50	9,07 63,50	35,5	0,229	-1,202	-0,256	малий
3	ОЖ	11,83 177,50	10,79 75,50	47,5	0,719	-0,360	-0,077	несуттєвий
4	СЕ	12,33 185,00	9,71 68,00	40,0	0,374	-0,888	-0,189	малий
5	КС	10,93 164,00	12,71 89,00	44,0	0,546	-0,604	-0,129	малий
6	СО	12,33 185,00	9,71 68,00	40,0	0,377	-0,884	-0,188	малий
7	Пм	11,30 169,50	11,93 83,50	49,5	0,829	-0,216	-0,046	несуттєвий
8	С	13,47 202,00	7,29 51,00	23,0	0,035	-2,105	-0,449	середній
9	Зд	11,97 179,50	10,50 73,50	45,5	0,620	-0,496	-0,106	малий
10	ЖСВ	12,37 185,50	9,64 67,50	39,5	0,651	-0,933	-0,199	малий
11	ЖСР	13,40 201,00	7,43 52,00	24,0	0,041	-2,042	-0,435	середній
12	ПС	11,90 178,50	10,64 74,50	46,5	0,670	-0,426	-0,091	несуттєвий
13	ІГО	12,27 184,00	9,86 69,00	41,0	0,417	-0,417	-0,089	несуттєвий

Продовження додатку В.

Таблиця В.10

**Оцінка відмінностей між фактором Е та "шкалами ІГЛ" за U-критерієм
Манна-Уїтні, жінки.**

Фактор Е: n1 –вважають себе духовно-моральними /n2 -так не вважають								
Шкала		Середній ранг сума рангів		U Манна- Уїтні $\sum n = 22$	Асимпатичне значення (двосторон- ня), p	z	r	ES
		n1 = 17	n2 = 5					
1	ЦОГ	10,97 186,50	13,30 66,50	33,5	0,467	-0,727	-0,155	малий
2	ЦД	11,15 189,50	12,70 63,50	36,5	0,637	-0,472	-0,101	малий
3	ОЖ	12,50 212,50	8,10 40,50	25,5	0,174	-1,360	-0,290	малий
4	СЕ	11,53 196,00	11,40 57,00	42,0	0,969	-0,039	-0,008	несуттєвий
5	КС	9,65 164,00	17,80 89,00	11,0	0,013	-2,489	-0,531	великий
6	СО	12,35 210,00	8,60 43,00	28,0	0,254	-1,140	-0,243	малий
7	Пм	12,29 209,00	8,80 44,00	29,0	0,279	-1,082	-0,231	малий
8	С	12,21 207,50	9,10 45,50	30,5	0,341	-0,952	-0,203	малий
9	Зд	11,53 196,00	11,40 57,00	42,0	0,969	-0,039	-0,008	несуттєвий
10	ЖСВ	11,71 199,00	10,80 54,00	39,0	0,780	-0,279	-0,059	несуттєвий
11	ЖСР	10,97 186,50	13,30 66,50	33,5	0,474	-0,717	-0,153	малий
12	ПС	10,71 182,00	14,20 71,00	29,0	0,287	-1,065	-0,227	малий
13	ІГО	11,38 193,50	11,90 59,50	40,5	0,875	-0,157	-0,033	несуттєвий

ДОДАТОК Г

Розрахунок t-критерія Стьюдента для 8-факторної моделі Н.В. Родіни для ситуацій самоактуалізації.

Таблиця Г.1

t-критерій Стьюдента для 8-факторної моделі Н.В. Родіни для ситуацій самоактуалізації, групи 1 – 10.

Фактор	Критерій рівності дисперсій Лівіня		t-критерій для рівності середніх	
	F	Знач.	T	Знач.(дв ухст.)
Група 1 – респондент бачить / не бачить позитивних змін у своєму житті				
Фокусування на позитивне	4,189	0,050	1,379	0,179
Прийняття бажаного за дійсне	1,829	0,187	-0,023	0,982
Пошук соціальної підтримки	0,049	0,826	1,176	0,249
Самообвинувачення	1,806	0,187	0,482	0,633
Вирішення проблеми	2,468	0,127	1,081	0,289
Поведінкова розрядка	0,729	0,400	1,130	0,268
Відсторонність	0,149	0,702	1,152	0,259
Аналіз проблеми	0,110	0,743	1,514	0,141
Група 2 - респондент звертається/не звертається за допомогою до близьких				
Фокусування на позитивне	0,334	0,568	0,896	0,378
Прийняття бажаного за дійсне	1,079	0,308	0,835	0,411
Пошук соціальної підтримки	0,112	0,741	0,953	0,348
Самообвинувачення	1,442	0,240	0,620	0,540
Вирішення проблеми	0,062	0,805	0,385	0,703
Поведінкова розрядка	1,730	0,199	-0,041	0,968
Відсторонність	5,524	0,026	0,587	0,562
	U Манна-Уїтні = 96,5		Асимп. знач. (двост.) = 0,475	
Аналіз проблеми	0,114	0,738	0,177	0,861
Група 3 - відчуває / не відчуває переважання позитивних емоцій та спокійного настрою				
Фокусування на позитивне	0,274	0,605	-0,120	0,905
Прийняття бажаного за дійсне	0,487	0,491	-0,299	0,767
Пошук соціальної підтримки	0,859	0,362	-0,627	0,535
Самообвинувачення	1,913	0,177	0,830	0,413
Вирішення проблеми	0,670	0,420	-0,536	0,596
Поведінкова розрядка	0,220	0,642	0,293	0,771
Відсторонність	0,197	0,660	-0,389	0,700
Аналіз проблеми	0,096	0,759	1,181	0,247

Продовження додатку Г.

Фактор	Критерій рівності дисперсій Лівіня		t-критерій для рівності середніх	
	F	Знач.	T	Знач.(двухст.)
Група 4 - респондент займається / не займається фізичними вправами, спортом чи духовними практиками				
Фокусування на позитивне	0,923	0,345	-1,159	0,256
Прийняття бажаного за дійсне	2,782	0,106	0,290	0,774
Пошук соціальної підтримки	0,516	0,478	-2,489	0,019
Самообвинувачення	0,332	0,569	0,426	0,679
Вирішення проблеми	0,006	0,938	-3,488	0,002
Поведінкова розрядка	0,313	0,580	-2,176	0,038
Відстороненість	1,307	0,262	0,456	0,651
Аналіз проблеми	3,114	0,088	-1,588	0,123
Група 5 – респондент задоволений/не задоволений своїм життям				
Фокусування на позитивне	0,010	0,921	0,976	0,337
Прийняття бажаного за дійсне	0,081	0,778	0,819	0,420
Пошук соціальної підтримки	0,354	0,557	-0,603	0,551
Самообвинувачення	0,857	0,362	-1,198	0,241
Вирішення проблеми	0,431	0,517	-0,204	0,839
Поведінкова розрядка	0,387	0,539	0,010	0,992
Відстороненість	2,041	0,164	0,146	0,885
Аналіз проблеми	0,707	0,407	-0,625	0,537
Група 6 – респондент працює (вчиться) / не працює (не вчиться)				
Фокусування на позитивне	0,103	0,751	0,716	0,480
Прийняття бажаного за дійсне	2,624	0,116	0,174	0,863
Пошук соціальної підтримки	0,001	0,973	0,392	0,698
Самообвинувачення	0,187	0,669	1,489	0,147
Вирішення проблеми	2,347	0,136	1,071	0,293
Поведінкова розрядка	2,667	0,113	0,289	0,774
Відстороненість	0,301	0,587	-0,768	0,449
Аналіз проблеми	1,182	0,286	0,277	0,784
Група 7 – респондент навчається новому часто/не часто (ні)				
Фокусування на позитивне	0,796	0,380	-1,387	0,176
Прийняття бажаного за дійсне	0,276	0,603	-1,193	0,243
Пошук соціальної підтримки	0,385	0,540	-0,627	0,536
Самообвинувачення	0,345	0,561	0,388	0,701
Вирішення проблеми	0,036	0,851	-1,402	0,172
Поведінкова розрядка	0,949	0,338	-0,585	0,563
Відстороненість	0,258	0,615	-1,323	0,196
Аналіз проблеми	0,937	0,341	-1,237	0,226

Продовження додатку Г.

Фактор	Критерій рівності дисперсій Лівіня		t-критерій для рівності середніх	
	F	Знач.	T	Знач.(дв ухст.)
Група 8 - респондент вміє проводити аналіз минулого дня та своїх відносин з іншими / не вміє (не бачить у цьому необхідності)				
Фокусування на позитивне	0,643	0,429	0,613	0,545
Прийняття бажаного за дійсне	0,009	0,925	1,294	0,206
Пошук соціальної підтримки	0,835	0,368	0,500	0,621
Самообвинувачення	0,003	0,957	-0,339	0,737
Вирішення проблеми	1,803	0,190	-0,020	0,985
Поведінкова розрядка	0,001	0,980	0,413	0,683
Відстороненість	0,513	0,479	0,331	0,743
Аналіз проблеми	1,384	0,249	0,141	0,889
Група 9 - респондент вірить / не вірить у свої здібності та в себе				
Фокусування на позитивне	1,360	0,253	1,567	0,128
Прийняття бажаного за дійсне	0,195	0,662	-0,343	0,734
Пошук соціальної підтримки	4,561	0,041	0,295	0,770
Самообвинувачення	1,825	0,187	-0,490	0,628
Вирішення проблеми	0,001	0,971	0,850	0,402
Поведінкова розрядка	3,612	0,067	0,696	0,492
Відстороненість	3,177	0,085	0,985	0,333
Аналіз проблеми	0,218	0,644	1,591	0,122
Група 10 - респондент відчуває/не відчувається залежним від близьких				
Фокусування на позитивне	0,647	0,428	-0,829	0,414
Прийняття бажаного за дійсне	0,977	0,331	-0,044	0,965
Пошук соціальної підтримки	0,430	0,517	1,181	0,247
Самообвинувачення	1,481	0,234	-2,229	0,034
Вирішення проблеми	3,041	0,092	0,363	0,719
Поведінкова розрядка	0,264	0,611	0,470	0,642
Відстороненість	6,164	0,019	-1,560	0,130
	U Манна-Уїтні = 63,5		Асимп. знач. (двост.) = 0,078	
Аналіз проблеми	0,062	0,805	-0,877	0,388

ДОДАТОК Д

Розрахунок t-критерія Стьюдента для 7-факторної моделі Н.В. Родіни для екстремальних ситуацій.

Таблиця Д.1

t-критерій Стьюдента для 7-факторної моделі Н.В. Родіни для екстремальних ситуацій, групи А1 – Е1.

Фактор	Критерій рівності дисперсій Лівіня		t-критерій для рівності середнього	
	F	Знач.	T	Знач.(двухст.)
Група 1 – респондент бачить / не бачить позитивних змін у своєму житті				
Вирішення проблеми	2,875	0,101	0,657	0,517
Ухід у суб'єктивний світ	1,139	0,295	-0,600	0,553
Аналіз проблеми	3,429	0,074	2,294	0,029
Самоконтроль	1,480	0,234	0,574	0,571
Очікування допомоги	0,031	0,862	0,832	0,412
Ігнорування проблеми	0,163	0,689	1,411	0,169
Прийняття проблеми – Відмова від рішення	0,702	0,409	2,306	0,028
Група 2 - респондент звертається/не звертається за допомогою до близьких				
Вирішення проблеми	0,762	0,390	0,475	0,639
Ухід у суб'єктивний світ	0,277	0,603	0,803	0,429
Аналіз проблеми	0,156	0,695	0,944	0,353
Самоконтроль	0,035	0,852	0,333	0,741
Очікування допомоги	0,065	0,800	0,714	0,481
Ігнорування проблеми	0,510	0,481	0,519	0,608
Прийняття проблеми – Відмова від рішення	0,107	0,746	0,469	0,643
Група 3 - відчуває / не відчуває переважання позитивних емоцій та спокійного настрою				
Вирішення проблеми	0,362	0,552	0,192	0,849
Ухід у суб'єктивний світ	0,349	0,559	-0,490	0,628
Аналіз проблеми	0,002	0,965	0,025	0,980
Самоконтроль	0,889	0,353	-0,371	0,714
Очікування допомоги	5,363	0,028	-1,124	0,270
	U Манна-Уитни = 43,5		Асимп. знач. (двухст.) = 0,246	
Ігнорування проблеми	0,022	0,883	-0,114	0,910
Прийняття проблеми – Відмова від рішення	0,106	0,747	1,680	0,104

Продовження додатку Д.

Фактор	Критерій рівності дисперсій Лівіня		t-критерій для рівності середнього	
	F	Знач.	T	Знач.(дв ухст.)
Група 4 - респондент займається / не займається фізичними вправами, спортом чи духовними практиками				
Вирішення проблеми	0,264	0,611	-2,895	0,007
Ухід у суб'єктивний світ	0,137	0,714	-0,071	0,944
Аналіз проблеми	1,137	0,295	-2,200	0,036
Самоконтроль	0,734	0,399	-1,628	0,114
Очікування допомоги	1,389	0,248	-1,948	0,061
Ігнорування проблеми	2,213	0,148	-0,247	0,807
Прийняття проблеми – Відмова від рішення	0,423	0,521	-0,405	0,688
Група 5 – респондент задоволений/не задоволений своїм життям				
Вирішення проблеми	0,107	0,746	-0,392	0,698
Ухід у суб'єктивний світ	3,832	0,060	-1,201	0,240
Аналіз проблеми	0,071	0,791	0,543	0,591
Самоконтроль	1,814	0,188	-0,974	0,338
Очікування допомоги	0,752	0,393	0,100	0,921
Ігнорування проблеми	1,948	0,173	0,852	0,401
Прийняття проблеми – Відмова від рішення	0,003	0,955	1,352	0,187
Група 6 – респондент працює (вчиться) / не працює (не вчиться)				
Вирішення проблеми	3,104	0,089	0,474	0,639
Ухід у суб'єктивний світ	0,037	0,849	0,867	0,393
Аналіз проблеми	0,545	0,466	1,074	0,291
Самоконтроль	0,155	0,697	-0,065	0,949
Очікування допомоги	0,174	0,680	0,140	0,889
Ігнорування проблеми	1,788	0,192	-0,390	0,699
Прийняття проблеми – Відмова від рішення	0,072	0,790	0,790	0,356
Група 7 – респондент навчається новому часто/не часто (ні)				
Вирішення проблеми	0,851	0,364	-1,007	0,322
Ухід у суб'єктивний світ	0,315	0,579	-0,519	0,608
Аналіз проблеми	0,635	0,432	-1,538	0,135
Самоконтроль	0,045	0,833	-0,936	0,357
Очікування допомоги	0,108	0,744	-0,421	0,677
Ігнорування проблеми	0,047	0,830	-1,857	0,74
Прийняття проблеми – Відмова від рішення	0,491	0,489	-2,051	0,49

Продовження додатку Д.

Фактор	Критерій рівності дисперсій Лівіня		t-критерій для рівності середнього	
	F	Знач.	T	Знач.(дв ухст.)
Група 8 - респондент вміє проводити аналіз минулого дня та своїх відносин з іншими / не вміє (не бачить у цьому необхідності)				
Вирішення проблеми	0,100	0,754	0,457	0,651
Ухід у суб'єктний світ	1,330	0,258	0,802	0,429
Аналіз проблеми	0,095	0,760	0,586	0,562
Самоконтроль	2,298	0,140	0,032	0,975
Очікування допомоги	0,022	0,882	0,194	0,847
Ігнорування проблеми	0,782	0,384	0,248	0,806
Прийняття проблеми – Відмова від рішення	0,137	0,714	0,551	0,586
Група 9 - респондент вірить / не вірить у свої здібності та в себе				
Вирішення проблеми	2,749	0,108	0,766	0,450
Ухід у суб'єктний світ	0,492	0,489	-0,728	0,473
Аналіз проблеми	0,000	0,985	1,181	0,247
Самоконтроль	0,335	0,567	0,689	0,496
Очікування допомоги	1,942	0,174	0,223	0,825
Ігнорування проблеми	1,522	0,227	1,286	0,209
Прийняття проблеми – Відмова від рішення	0,018	0,895	1,872	0,71
Група 10 - респондент відчуває/не відчувається залежним від близьких				
Вирішення проблеми	0,445	0,510	0,490	0,628
Ухід у суб'єктивний світ	0,369	0,548	-0,780	0,442
Аналіз проблеми	0,413	0,526	-0,458	0,650
Самоконтроль	0,260	0,614	-0,974	0,338
Очікування допомоги	0,377	0,544	0,745	0,462
Ігнорування проблеми	1,859	0,183	-1,448	0,158
Прийняття проблеми – Відмова від рішення	0,094	0,761	-1,141	0,263

ДОДАТОК Є

Дані кореляційного аналізу.

Таблиця Є.1

Використовувані скорочення таблицях кореляції.

Параметр	Сокращение	Параметр	Сокращение
Фокусування на позитиві	ФП-8	Розв'язання проблеми	РП-7
Прийняття бажаного за дійсне	ПБД-8	Втеча в суб'єктивний світ	ВСС-7
Пошук соціальної підтримки	ПСП-8	Аналіз проблеми	АП-7
Самозвинувачення	СЗ-8	Самоконтроль	СК-7
Вирішення проблеми	ВП-8	Очікування допомоги	ОД-7
Поведінкова розрядка	ПР-8	Ігнорування проблеми	ІП-7
Відстороненість	В-8	Прийняття проблеми - Відмова від рішень	ППВР-7
Аналіз проблеми	АП-8	Цінності особистісної гармонії	ЦОГ
Цінності духовні	ЦД	Самостійність	С
Спосіб життя (оптимальність)	ОЖ	Задоволеність життям і стосунками з людьми	Зд
Саморегуляція емоцій та ін.	СЕ	Життєве самовизначення	ЖСВ
Конструктивність спілкування	КС	Життєва самореалізація	ЖСР
Самогармонізація особистості	СО	Позитивність самооцінки	ПС
Поміркованість сили бажань і досягнень	Пм	Інтегральна гармонійність особистості	ІГО

Таблиця Є.2

Аналіз кореляційних зв'язків між тестами ІГЛ та WOCQ (8-факторна модель Н.В. Родіни для ситуацій самоактуалізації).

N=31	ФП-8	ПБД-8	ПСП-8	СЗ-8	ВП-8	ПР-8	В-8	АП-8	
ЦОГ	0,434*	0,345	0,339	-0,210	0,199	0,44	0,16	0,319	r
	0,015	0,057	0,062	0,257	0,282	0,815	0,366	0,080	знач. (двухст.)
ЦД	0,437*	0,469**	0,463**	-0,042	0,287	0,382*	0,154	0,537**	r
	0,014	0,008	0,009	0,824	0,117	0,034	0,407	0,002	знач. (двухст.)
ОЖ	0,123	0,228	0,076	-0,348	-0,074	-0,003	-0,134	0,030	r
	0,510	0,217	0,684	0,055	0,694	0,987	0,474	0,873	знач. (двухст.)

Продовження додатку Є.

N=31	ФП-8	ПБД-8	ПСП-8	СЗ-8	ВП-8	ПР-8	В-8	АП-8	
СЕ	0,360*	0,181	-0,013	-0,063	0,310	0,247	0,054	0,250	г
	0,047	0,329	0,947	0,737	0,089	0,180	0,774	0,174	знач. (двухст.)
КС	0,520**	0,172	0,515**	-0,254	0,389*	0,256	-0,016	0,557***	г
	0,003	0,354	0,003	0,168	0,031	0,165	0,934	0,001	знач. (двухст.)
СО	0,136	0,436*	0,048	-0,144	-0,083	-0,099	0,121	0,082	г
	0,465	0,014	0,797	0,439	0,655	0,597	0,518	0,662	знач. (двухст.)
Пм	0,067	0,413*	0,083	-0,172	0,068	-0,233	0,025	0,048	г
	0,722	0,021	0,658	0,355	0,716	0,207	0,895	0,798	знач. (двухст.)
С	0,271	0,233	0,191	0,039	0,105	0,185	-0,092	0,400*	г
	0,140	0,206	0,303	0,836	0,573	0,320	0,623	0,026	знач. (двухст.)
Зд	0,284	0,346	0,225	-0,358*	0,210	0,055	0,030	0,153	г
	0,122	0,057	0,223	0,048	0,257	0,769	0,872	0,413	знач. (двухст.)
ЖСВ	0,440*	0,368*	0,415*	-0,161	0,211	0,320	0,056	0,379*	г
	0,013	0,041	0,020	0,388	0,254	0,079	0,764	0,036	знач. (двухст.)
ЖСР	0,528**	0,180	0,420*	-0,169	0,483**	0,370*	0,102	0,477**	г
	0,002	0,332	0,019	0,364	0,006	0,040	0,583	0,007	знач. (двухст.)
ПС	0,369*	0,400*	0,361*	-0,083	0,202	0,308	0,226	0,549***	г
	0,041	0,026	0,046	0,659	0,275	0,092	0,222	0,001	знач. (двухст.)
ІГО	0,420*	0,426*	0,324	-0,165	0,245	0,235	0,060	0,443*	г
	0,019	0,017	0,076	0,374	0,245	0,204	0,749	0,013	знач. (двухст.)

$p \leq 0,05$ (одна зірочка - *), $p \leq 0,01$ (дві зірочки - **), $p \leq 0,001$ (три зірочки - ***).

Таблиця Є.2

Аналіз кореляційних зв'язків між тестами ІГЛ та WOCQ (7-факторна модель Н.В. Родіни для екстремальних ситуацій).

N=31	РП-7	ВСС-7	АП-7	СК-7	ОД-7	ІП-7	ППВР-7	
ЦОГ	0,234	0,102	0,404*	0,195	0,401*	0,402*	0,513**	г
	0,205	0,583	0,024	0,292	0,025	0,025	<u>0,003</u>	знач. (двухст.)
ЦД	0,423*	0,365*	0,429*	0,401*	0,491**	0,426*	0,391*	г
	0,018	0,043	0,016	0,026	0,005	0,017	0,030	знач. (двухст.)

Продовження додатку Є.

N=31	РП-7	ВСС-7	АП-7	СК-7	ОД-7	ІП-7	ППВР-7	
ОЖ	0,090	-0,041	0,055	-0,144	0,121	-0,003	0,300	г
	0,629	0,827	0,768	0,543	0,517	0,986	0,101	знач. (двухст.)
СЕ	0,264	-0,028	0,311	0,241	0,050	0,265	0,228	г
	0,264	-0,028	0,311	0,241	0,050	0,265	0,228	знач. (двухст.)
КС	0,351	-0,111	<u>0,563***</u>	0,368*	<u>0,534**</u>	0,310	0,403*	г
	0,53	0,552	<0,001	0,042	0,002	0,090	0,025	знач. (двухст.)
СО	0,021	0,235	0,32	-0,034	0,096	0,315	0,354	г
	0,909	0,204	0,866	0,855	0,607	0,084	0,051	знач. (двухст.)
Ім	-0,018	0,197	0,030	-0,077	0,127	0,234	0,122	г
	0,923	0,289	0,873	0,680	0,495	0,206	0,513	знач. (двухст.)
С	0,310	0,094	0,254	0,150	0,191	0,115	0,232	г
	0,090	0,615	0,169	0,422	0,303	0,536	0,208	знач. (двухст.)
Зд	0,235	-0,078	0,285	0,044	0,219	0,333	0,177	г
	0,235	-0,078	0,285	0,044	0,219	0,333	0,177	знач. (двухст.)
ЖСВ	0,416*	0,166	0,414*	0,189	0,452*	0,297	0,246	г
	0,020	0,373	0,021	0,309	0,011	0,105	0,183	знач. (двухст.)
ЖСР	<u>0,568***</u>	-0,043	<u>0,594***</u>	0,318	0,405*	0,312	0,229	г
	<0,001	0,818	<0,001	0,081	0,024	0,087	0,216	знач. (двухст.)
ПС	0,339	0,255	0,388*	0,311	0,360*	<u>0,474**</u>	0,373*	г
	0,062	0,166	0,031	0,088	0,047	0,007	0,039	знач. (двухст.)
ІГО	0,325	0,165	0,395*	0,227	0,371*	0,371*	0,380*	г
	0,074	0,375	0,028	0,220	0,040	0,040	0,035	знач. (двухст.)

$p \leq 0,05$ (одна зірочка - *), $p \leq 0,01$ (дві зірочки - **), $p \leq 0,001$ (три зірочки - ***).