

ФІЛОСОФІЯ  
ОСВІТНЬОГО ПРОСТОРУ  
ВИЩОЇ ШКОЛИ:  
ПСИХОЛОГІЧНИЙ  
ТА ПСИХОЛІНГВІСТИЧНИЙ  
ДИСКУРС

КОЛЕКТИВНА МОНОГРАФІЯ

Видавництво  
«Центр учбової літератури»  
Київ — 2022

УДК 159.98:371.132  
Ф 56

**Рецензенти:**

**Волюшина В. В.** — доктор психологічних наук, професор кафедри теоретичної та консультативної психології Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова;

**Корнієнко І. О.** — доктор психологічних наук, професор, доцент кафедри психології Мукачівського державного університету;

**Мірошник З. М.** — доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри практичної психології Криворізького державного педагогічного університету.

*Рекомендовано до друку Вченою радою  
Рівненського державного гуманітарного університету  
(протокол № 12 від 29. 12. 2021 року)*

**Філософія освітнього простору вищої школи: психологічний та психолінгвістичний дискурс:** колективна монографія / за ред. Н. В. Корчакової.  
Київ: Вид-во «Центр учбової літератури», 2022. 468 с.

**ISBN 978-611-01-2490-4**

Робота присвячена психологічним питанням життєдіяльності вищої школи, підготовки фахівців психологічних та педагогічних спеціальностей; висвітлюються результати психологічних спостережень за формуванням професійних компетенцій здобувачів вищої освіти, їх особистісним та професійним зростанням у процесі навчання та оволодіння освітніми компонентами психологічного спрямування. У монографії акумульовано нові надбання психологічної науки з питань вікової та педагогічної психології, медіапсихології, конфліктології, психолінгвістики, психології вищої школи.

Матеріали монографії будуть корисні для здобувачів вищої освіти, викладачів, практикуючих психологів, вчителів.

УДК 159.98:371.132

ISBN 978-611-01-2490-4

© Колектив авторів., 2022.  
© Видавництво «Центр учбової літератури», 2022.

## Частина 1

---

# ПСИХОЛОГІЧНІ ПЕРЕДУМОВИ ФОРМУВАННЯ СТУДЕНТОЦЕНТРОВАНОГО СЕРЕДОВИЩА ВИЩОЇ ШКОЛИ

*Наталія Савелюк*

## Психологічне благополуччя майбутніх освітян як суб'єктна складова студентоцентрованого викладання

*Якщо Ви хочете мати щасливе життя,  
ви повинні бути прив'язані до мети,  
а не до людей або речей*

*Альберт Ейнштейн*

Намагання України повноцінно увійти (а ще точніше – повернутися) в європейський соціокультурний простір, актуалізували проблему синхронізації аксіологічних і правових векторів її освітньої системи з державами ЄС. Особливою мірою це стосується перманентних трансформацій у сфері вищої освіти, зокрема, освіти педагогічного спрямування. Адже теперішні студенти за декілька років самі стануть повноправними суб'єктами діяльності та свідомо й несвідомо впливатимуть на особистісне зростання молодших поколінь. А тому, маючи відповідні важелі, вже сьогодні науково-педагогічна спільнота повинна дбати за підтримку і розвиток різних вимірів благополуччя студентської молоді – фізичного, психологічного, духовного.

Заявлений вектор проблеми сформувало й усвідомлення того факту, що чимала частка здобувачів вищої освіти, одразу після завершення навчання у вітчизняному ЗВО, або навіть ще упродовж такого навчання, виїжджає за кордон. Тобто, здобувши певний фізичний, психічний, особистісний потенціал, українська молодь починає реалізовувати його в межах іншої країни.

Причини цього масового явища нашої реальності – багатогранні та складні. І одна серед найважливіших із них – особливості балансу психологічного благополуччя/неблагополуччя, самоусвідомлення особистістю його чинників і власних можливостей щось змінити.

У зв'язку із зазначеним вище, ми стверджуємо, що задекларований системою вищої освіти студентоцентризований підхід не буде повноцінним без урахування специфіки психологічного переживання студентством власного стану як більш або менш благополучного. Інакше кажучи, одним із вимірів якості вищої освіти, яка визначається, між іншим, мірою реалізації згаданого підходу, повинен бути регулярний моніторинг якості життя студента як основного суб'єкта освітнього процесу. Очевидно, що загальні соціально-економічні умови (перебування країни у стані гібридної війни, хронічні економічні кризи, втягненість у світову пандемію і т. ін.) є однаковими для переважної частини населення України. Й усе-таки одні її громадяни виїжджають за межі своєї держави в пошуках «кращого життя», а інші не лише залишаються жити та працювати тут, а і почуваються успішними, щасливими, самореалізованими.

Отож, незважаючи на вже існуючі доволі ґрунтовні розробки зазначеної проблеми, необхідно продовжувати моніторингові дослідження особливостей психологічного благополуччя здобувачів вищої освіти в умовах складного українського сьогодення. При цьому, наша увага саме до студентів педагогічних ЗВО зумовлена тим, що це – освітяни на стадії первинної професіоналізації. Саме вони своїм безпосередньо-емоційним впливом і відповідними висловлюваннями незабаром більшою або меншою мірою обумовлюватимуть психологічне благополуччя дітей різного віку. А тому цілком слушно відповідні переживання студентів – майбутніх педагогів, не тільки детально вивчати, а й у міру необхідності та можливості професійно коригувати ще під час їх учбово-професійної діяльності у ЗВО.

*Проблема психологічного благополуччя у класичних і сучасних дослідженнях.* «Психологічне благополуччя» – не такий простий конструкт, як може видаватися на перший погляд. Можливо, він навіть не менш складний, аніж системотвірна і засаднича у психології «особистість». Адже досі не вироблено єдиного загальновизнаного наукового підходу до визначення і вимірювання відповідної суб'єктної реальності. Натомість поруч із цим конструктом співіснують поняття «психічне здоров'я», «суб'єктивне благополуччя», «щастя» й ін. А проте, у своєму теоретичному дискурсі, ми зупинимося лише на «психологічному благополуччі». Активні дослідження психологічного благополуччя розпочалися, насамперед, у США у другій половині ХХ століття. Спочатку воно теоретично визначалося та емпірично вимірювалося як співвідношення «позитивних і негативних афектів».

Ф. Брайянт і Дж. Верофф (F. Bryant, J. Veroff) спочатку в 1952, а потім і у 1976 роках зібрали вагомий масив відповідних емпіричних показників на двох репрезентативних вибірках дорослого населення країни. За результатами факторного аналізу в обох хронологічно розділених випадках виокремлено три основні виміри психологічного благополуччя: «щастя», «відсутність напруження» та «особистісна адекватність». Крім того, виявлена дослідниками структура емпірично обґрунтовує два основні аспекти самооцінювання. По-перше, позитивна та негативна самооцінки, хоча і пов'язані між собою, проте утворюють два відносно автономні виміри. По-друге, усвідомлена компетентність людини щодо власного життя, корелює з обома видами самооцінок, але так само є чітко відокремленим від них виміром [232].

На вибірці британських респондентів П. Ворр (P. Warr) експлікував та у 1978 році описав три дещо відмінні специфічні аспекти психологічного благополуччя :

- фінансова і сімейна тривога;
- тривога за здоров'я;

- оцінка актуального життя в цілому.

Отримані показники успішно порівнювалися з даними американських дослідників у цій сфері. За його власним висловлюванням, П. Ворр обґрунтовує дослідження повсякденного життя як «нормальної психології» [326]. У 1988 році Р. Бар-Он теоретично та операціонально еклектичний конструкт психологічного благополуччя піддав системному аналізу у своїй науковій роботі на здобуття наукового ступеня доктора філософії. Стратегія його комплексного дослідження передбачала чотири основні фази:

- кластеризацію різних змінних і виокремлення ключових факторів, які стосуються психологічного здоров'я з огляду на клінічний досвід автора та огляд спеціальної літератури;

- формулювання концепту психологічного здоров'я «апріорі», тобто такого, що базується на операціональних дефініціях виокремлених факторів;

- побудову такого дослідницького дизайну, який апробував би розроблений концепт;

- інтерпретацію отриманих результатів та їх практичного застосування.

За результатами відповідного дослідження вчений стверджує, що найбільш валідними та надійними факторами психологічного благополуччя є «Самоповага», «Міжособистісні стосунки», «Автономія», «Вирішування проблем», «Асертивність», «Випробовування реальністю», «Стресостійкість», «Самоактуалізація» і «Щастя» [221]. А найвідомішою і найпопулярнішою, принаймні для українських фахівців, залишається розроблена вже у 1990-х рр. К. Ріфф зі співробітниками шестифакторна модель психологічного благополуччя. Модель охоплює наступні виміри: «Автономія», «Управління навколишнім середовищем», «Особистісне зростання», «Позитивні стосунки з іншими», «Ціль у житті» та «Самоприйняття». Вона була апробована у США на національно

репрезентативній вибірці дорослих (понад тисяча осіб віком від 25 років), котрі взяли участь у телефонних інтерв'ю. Група дослідників емпірично довела, що дана модель є найбільш адекватною у річизі загальних теорій здоров'я та добробуту – порівняно з такими окремими індикаторами благополуччя, як «позитивний та негативний афекти» або «задоволеність життям» [308]. Як зазначають К. Ріфф і Б. Сінгер, розроблена ними теорія – це «модель позитивного особистісного функціонування», що обґрунтовується різними сферами науки та філософії. Вона опирається на вивчення як окремих життєвих подій, так і тривалого людського досвіду. Також модель узагальнює життєві історії і психологічно вразливих, і психологічно стійких осіб, тобто, за словами своїх творців, вона розроблена на «перехресті вимірів депресії та благополуччя» [309]. Важливо зазначити, що сконструйована на вибірці представників так званого «західного світу», модель психологічного благополуччя була успішно апробована і на респондентах зі «східного світу». Наприклад, у Китаї Ч. Шеунг-Так та А. Чан за допомогою «Шкали» К. Ріфф виміряли психологічне благополуччя на вибірці дорослого населення Гонконгу. В цілому, отримані емпіричні результати підтвердили слухність саме шестифакторної моделі психологічного благополуччя [312].

Поряд із численними поліфакторними дослідженнями у цій сфері, як варто зазначити, традиційно у дослідженнях психологічного благополуччя продовжують виокремлюватися два класичні ракурси. Перший із них – гедоністичний, зосереджується на щасті, яке глобально визначається як присутність позитивного афекту та відсутність негативного афекту. Інший – евдемонічний, зосереджує увагу на повноті та глибині життя. На ці дві класичні традиції у своїх аналітичних дослідженнях опираються, зокрема, Е. Десі та Р. Райан [240]. Саме такий підхід залишається одним із основних у сучасній світовій психології. Так, у «Психологічному словнику» Американської психологічної асоціації благополуччя визначається як «стан

щастя і задоволеності з низьким рівнем переживання дистресу, загальним хорошим фізичним та психічним здоров'ям, світоглядом, або хороша якість життя назагал» [328].

У сучасному дедалі більш складному і глобалізованому світі, як зазначає Ф. Оіроа-Ороса, зростає значущість поліметодологічних і міждисциплінарних підходів до вивчення психологічного благополуччя. Відповідні дослідження повинні включати в себе, поряд із вимірюваннями власне психологічного благополуччя та психічного здоров'я, також економічні, гендерні, расові, етнічні змінні, тобто, всі класичні індикатори стратифікації умовних соціальних спільнот, а також розподілу обмежених ресурсів між ними. Крім того, до уваги повинні братися тенденції, спричинені війнами та міграцією людей, а також їх «стигматизацією» на основі належності до тих або інших меншин (субкультурних спільнот, сексуальних меншин, груп людей із особливими потребами й т. ін.) [247].

На основі поліфакторного аналізу, здійсненого на базі даних із 21 країни, К. Рутгері, Е. Гарсія-Гарзон, А. Магуїр, С. Метз та Ф. Хупперт (2020) стверджують: благополуччя, у психологічному сенсі, це дещо більше, аніж просто щастя і задоволеність життям; в економічному відношенні воно теж не дорівнює об'єктивним показникам ВВП [305]. На думку вчених, благополуччя – найважливіша складова та критичний індикатор соціальної політики. У своєму дослідженні вони розглядають наступні виміри психологічного благополуччя: «компетентність», «емоційну стабільність», «задоволеність», «сенсація», «оптимізм», «позитивні емоції», «позитивні стосунки», «стійкість», «самоповагу» і «вітальність». Констатована загальна закономірність вищого рівня психологічного благополуччя в країнах із вищим загальним рівнем добробуту, і навпаки. З усім тим, країни, подібні за таким узагальненим індикатором, можуть мати доволі відмінні показники за окремими вимірами психологічного благополуччя. Це стосується, наприклад, Фінляндії та Норвегії. Мешканці першої, зокрема,



характеризуються істотно вищим індексом самоповаги, тоді як другої країни – вищими показниками емоційної стабільності й ін. [305].

В Україні О. Гринів (2014), намагаючись синтезувати різні групи підходів, запропоновані зарубіжними дослідниками (гедоністичні та евдемоністичні теорії, концепцію позитивного особистісного функціонування, ракурс збереження психофізіологічних функцій, а також трактування цілісного суб'єктивного переживання особистості), пропонує власну модель психологічного благополуччя. В цій моделі чотири теоретично виокремлені авторкою групи підходів формують умовну систему координат із двома основними вимірами:

- вісь ОХ – з діаметрально протилежними параметрами «збереження рівноваги» («спокій», «гармонія») та «розвиток» («рух», «реалізація»);

- вісь ОУ – з полюсами «суб'єктивні переживання особистості» (задоволення/незадоволення власним життям) та «об'єктивні досягнення» (життєвий успіх, матеріалізований у доступній для сприйняття іншими формі).

У рамках цієї моделі вчена пропонує розглядати психологічне благополуччя як відносно стійке й цілісне суб'єктивне переживання, основою для якого є рефлексивна позиція особистості та глибокий аналіз нею власного життєвого шляху [34].

В унісон із такою позицією, В. Олефір (2012) досліджує особистісний потенціал людини як фактор її психологічного благополуччя [130]. Услід за Д. Леонтєвим, учений розуміє зазначений потенціал як «інтегральну системну характеристику індивідуально-психологічних особливостей, що лежить в основі здатності особистості виходити із стійких внутрішніх критеріїв та орієнтирів у своїй життєдіяльності та зберігати стабільність смислових орієнтацій, ефективність діяльності на тлі тисків і зовнішніх умов, що змінюються» [130, с. 223]. Згідно з емпіричними даними В. Олефіра, позитивна кореляція

психологічного благополуччя з особистісним потенціалом опосередковується активнішим вибором благополучною людиною конструктивних копінг-стратегій у важких життєвих ситуаціях.

У загальних рамках концепції Д. Леонтьєва розвиває власні дослідження і Г. Хафізова (2013), котра емпірично вивчила взаємозв'язок психологічного благополуччя з особливостями сенсожиттєвих орієнтацій особистості. Вченою встановлено, що чим вищий рівень психологічного благополуччя, тим вираженішими є наступні фактори осмисленості життя: наявність мети у майбутньому; сприйняття життя як емоційно насиченого та наповненого сенсом; задоволеність власною самореалізацією; впевненість у можливості робити життєвий вибір за власними критеріями тощо [188].

Одна з необхідних основ повноцінного такого вибору – безумовне самоприйняття, взаємозв'язок якого із психологічним благополуччям дослідили Л. Засєкіна і В. Майструк (2017). Самоприйняття вони визначають як здорове ставлення до себе, яке допомагає об'єктивно оцінювати власні ефективні та неефективні сторони належним чином і, в міру потреби, формулювати задачі на саморозвиток. Інакше кажучи, самоприйняття – це не пасивний феномен, а активна спрямованість особистості на подолання деструктивних когнітивних та поведінкових стратегій, що і визначає її психологічне благополуччя [59].

На іманентній активній феноменології психологічного благополуччя акцентує увагу також Л. Сердюк (2019). Учена зазначає, що воно функціонує лише у своїй динаміці й тому може розглядатися як такий особистісний мотиваційний параметр, ступінь вираженості якого залежить від реалістичності, структурованості, цілісності, узгодженості минулого, теперішнього та майбутнього, а також від життєвої перспективи людини. Вивчаючи взаємозв'язок психологічного благополуччя та самодетермінації, Л. Сердюк виокремлює наступні спільні

компоненти в їх структурі: цілі; цінності та смисли; усвідомленість життєвого шляху; перспективу майбутнього; мотивацію саморозвитку та самореалізації; самоефективність; самоставлення та автономію особистості; розуміння свого потенціалу та віра у свої можливості; здатність свідомого контролю, оцінки своїх досягнень і перспектив; включеність у соціальне життя [155].

Важливо зазначити, що психологічне благополуччя має не тільки внутрішні – особистісні детермінанти, а й зовнішні – соціально обумовлені. Так, за даними емпіричного дослідження О. Ковальчук та О. Канциренко (2016), виявлено наступні статистично значущі позитивні кореляції між факторами психологічного благополуччя та компонентами соціальної відповідальності особистості: особистісного зростання – з моральною свідомістю та альтруїзмом; позитивних відносин з іншими – із громадянською свідомістю, законосвідомістю, альтруїзмом і загальним показником зазначеної відповідальності; цілі у житті – з моральною свідомістю [78].

Л. Джаббарова (2016) за результатами емпіричного вивчення проблеми констатує, що з-поміж усіх видів соціальної ідентичності психологічне благополуччя найтісніше пов'язане із громадянською та національною ідентичностями. Воно прямо корелює як із загальним рівнем позитивної громадянської ідентичності, так і з окремими її параметрами: рівнем самоідентифікації із громадянами країни, показником міри значущості для особи зазначеної самоідентифікації та мірою її прояву в поведінці. Крім того, психологічне благополуччя позитивно корелює з мірою ідентифікації зі своєю етнічною групою та з мірою задоволеності своєю національною належністю [43]. Повертаючись до проблеми, порушеної ще у вступі, можемо тепер упевнено стверджувати, що проживання на теренах власної країни, поруч зі своїми співгромадянами, в межах власної національної, етнічної спільноти – одна з найвагоміших

зовнішніх передумов переживання психологічного благополуччя особистістю.

В цілому, як слушно зазначають Г. Ложкін та К. Васильченко-Деружко (2021), психологічне благополуччя є складним, багаторівневим соціально-психологічним утворенням, яке формується у процесі соціалізації у системі відносин особистості у соціумі, а також розвивається під впливом соціально-психологічних настановлень та стратегій поведінки. Два основні рівні, на яких в основному аналізується поняття «психологічне благополуччя»: це функціональний та компонентний рівні. На першому – констатується позитивне функціонування особистості як основа її благополуччя, а на другому – його розглядають як ставлення до себе та інших, до умов свого життя, власних ресурсів та умов їх актуалізації у варіативних обставинах життя [91].

Важливо не тільки констатувати той чи інший рівень психологічного благополуччя індивідуального або колективного суб'єкта, а й вивчати різнорівневі його чинники. Для прикладу, Л. Яворовська та Г. Філоненко класифікують детермінанти психологічного благополуччя на чотири групи: 1) зовнішні (біологічні, соціальні, матеріальні); 2) особистісні (властивості темпераменту, риси характеру тощо); 3) міжособистісні (ефективна міжособистісна взаємодія, соціально значущі досягнення); 4) суб'єктивно-особистісні (домінування позитивного афекту, задоволеність життям) [209].

Дещо з іншого теоретичного ракурсу основні групи чинників, які впливають на психологічне благополуччя, виокремлює Ю. Кашлюк (2016) :

- соціально-економічні (наприклад, рівень матеріального статусу);
- соціокультурні (вплив моделей культури);
- біологічні (зокрема, генетичні фактори);

- психологічні (стосуються поняття «суб'єктивне благополуччя»).

Своєю чергою, у структурі групи психологічних факторів, згадуються: задоволеність життям як інтегральна когнітивно-емоційна оцінка; функціональний статус (психічний та психофізіологічний стан); ціннісно-мотиваційна сфера (як загальна усвідомленість життя, так і індивідуальна система пріоритетів); уміння використовувати наявні можливості для досягнення значущих цілей; соціальне благополуччя (як соціальна підтримка, відкритість у взаєминах, відсутність конфліктів); самооцінка і самоствавлення (зокрема, впевненість у власних можливостях при подоланні негативних обставин); самоєфективність (як досягнення визначених цілей) [75].

Окремий значущий аспект досліджень чинників психологічного благополуччя особистості присвячений встановленню його взаємозв'язку з вірою. Згідно з даними нашого емпіричного студіювання, незважаючи на статистично вищий рівень загального суб'єктивного переживання благополуччя респондентами, котрі самоідентифікуються як «релігійні», вони приблизно однаково з атеїстами оцінюють власну задоволеність своїм життям за більшістю важливих показників («навчання та/чи «робота», «стосунки у сім'ї», «відпочинок» і т. ін.). За результатами цілісного дослідження ми констатували, що якщо на дифузний емотивний показник глобального психологічного благополуччя релігійних особистостей поширюється вплив окремих значущих для них механізмів психологічного захисту, то більш диференційованої та усвідомленої оцінки конкретних сфер життєдіяльності такий вплив переважно не стосується.

Деякою мірою суголосними з нашими даними є результати досліджень І. Ягієва. Він зазначає, що хоча релігійні особистості у середньому й демонструють відносно вищі показники індивідуального щастя та благополуччя, проте при більш поглибленому аналізі такі результати виглядають, щонайменше, дискусійно. Як стверджує автор, позитивні психологічні переваги

релігійності є не універсальними, а культурноспецифічними. Зокрема, у суспільствах із високим рівнем матеріального життя та демократії баланс психологічного благополуччя між релігійними й нерелігійними людьми приблизно однаковий, натомість позитивна значущість релігії є вищою у культурах із більшим поцінуванням релігійної традиційності [210].

В інших дослідженнях поняття віри трактується більш розлого, не обмежуючись її релігійними аспектами. Так, Н. Каргіна (2018), констатує тісний взаємозв'язок переживань психологічного благополуччя з вірою у справедливий соціальний світ. А саме: психологічно благополучна особистість характеризується як така, котра використовує віру як особистісну стратегію виживання та як особливий особистісний ресурс, що формує бар'єри для виникнення стресу в повсякденному житті [72].

Новітні ракурси дослідження проблеми психологічного благополуччя та його чинників в Україні – це життя в умовах неоголошеної війни й оголошеної пандемії. Зокрема, Г. Юрчинська та К. Грузинова поділили досліджену вибірку на три групи :

- особи, для котрих карантин став негативним чинником впливу на якість життя (погіршення фінансового стану, обмеження спілкування та ін.);

- особи, котрі відзначили позитивний вплив карантину на своє життя ;

- особи, на життя котрих карантинні обмеження майже не вплинули. Констатовано, що показники емоційного та екзистенційно-діяльнісного благополуччя закономірно є найвищими саме у представників другої підгрупи. Тоді як такі компоненти психологічного благополуччя, як управління оточенням і самоприйняття, а також переконання у справедливості світу, є найвищими у третій підгрупі [207]. М. Дворник (2020) аналізує психологічне благополуччя громадян України в умовах «очікуваного переходу від війни до миру».

Авторка виокремлює наступні основні його психологічні компоненти в контексті вже вкотре «перехідного» етапу розвитку нашої держави: відшукування позитивних стосунків з іншими, здійснення внеску в благополуччя інших, почуття компетентності та спроможності здійснювати осмислену активність, наявність персональних цілей, самоповага та оптимізм [41].

А тепер констатуємо, що у зазначених умовах, які в усій своїй невизначеності та складності усе-таки формують певний потенціал і для перманентного особистісного самопізнання й саморозвитку, дуже актуальною соціально-демографічною, віковою когортою для поглибленого наукового вивчення продовжує залишатися студентська молодь. Коротко зупинимось на основних характеристиках «студентського віку». Насамперед, зауважуємо, що одні вчені, наприклад, Д. Донцов та М. Донцова (2013), розглядають «студентський вік» як синхронний юнацькому періодові. Розцінюючи його лише як передумову вступу суб'єкта у доросле, самостійне життя. Відповідно, основними психологічними новоутвореннями, які визначають становлення особистості в цей період, називаються глибока рефлексія, розвинуте усвідомлення власної індивідуальності, формування конкретних життєвих планів, готовність до самовизначення у професії, настановлення на свідоме влаштування власного життя, активне формування світогляду та ін. [44].

В унісон із цими твердженнями, Л. Жданюк (2009) зазначає, що найвагоміша складова становлення особистості у зазначений період – активний розвиток самосвідомості. Це також найважливіший, вирішальний етап у формуванні світогляду. Активна рефлексія у вигляді роздумів над власними відчуттями й переживаннями, прийняття або відкидання певних переконань, поглядів чи інтересів, оволодіння компетентностями, набуття нового досвіду сприяють формуванню дійсно особистісного погляду на навколишній світ. Також усе це визначає критичну оцінку та ймовірну переоцінку раніше сформованих цінностей, як і зміни та розвиток сенсів власного життя [52].

Далі, найбільш загальні особливості студентського віку систематизує також С. Єфіменко (2012): перетворення мотивації та усієї системи ціннісних орієнтацій відповідно до учбово-професійної діяльності як провідної; цілеспрямоване набуття професійних компетентностей; інтенсивне формування спеціальних здібностей у зв'язку з опануванням фахом; зміна характеру соціальних ролей; розвиток рефлексії; становлення когнітивної сфери; удосконалення інтелекту; розкриття потенційних можливостей [51].

Інші ж учені акцентують увагу на тому, що у період студентства людина вже переходить з юнацького у ранній дорослий вік. Як зазначає О. Гринів (2014), саме в цьому віковому періоді є важливі передумови для вирішення великої кількості завдань на життєвому шляху особистості. За умови її гармонійного формування відбувається адекватне усвідомлення зазначеного шляху як даності та зменшується дистанція між Я-реальним та Я-ідеальним. А успішно подолана криза ідентичності сприяє розвитку відповідальності за власне життя й уміння здійснювати автентичні життєві вибори. Саме зазначені процеси вчена і розглядає як необхідну передумову формування почуття психологічного благополуччя [33]. Аналогічні наукові погляди має С. Ревенко (2019), котра констатує, що відчуттю психологічного благополуччя у студентської молоді сприяють переживання і прийняття власної унікальності, цінності своєї особистості та якостей «Я», бажання відповідати ідеальному уявленню про себе і впевненість у собі, сприйняття себе як такої людини, котра здатна викликати повагу, симпатію, розуміння з боку інших, а також переживання своєї належності до соціального оточення [142].

Отож, М. Павлюк, О. Шопша і Т. Ткачук (2018) цілком слушно розглядають досліджуваний феномен як вагому передумову розвитку особистісної самостійності здобувача вищої освіти. У цьому аспекті найважливішими показниками психологічного благополуччя виступають наступні: особистісна



автономія; наявність чітких цілей та умов і ресурсів для їх реалізації; позитивні міжособистісні стосунки та емоційний комфорт; визнання своїх досягнень і здатність до автономних рішень у ситуаціях вибору. Разом із тим, автори стверджують, що автономія, яка передбачає можливість дистанціювання як від впливів зовнішнього оточення, так і від окремих аспектів минулого досвіду, на статистичному рівні значущості є меншою у студентів п'ятого курсу порівняно із третьокурсниками [134]. Окрім того, за даними Г. Панфілової (2014), четвертокурсники мають дещо вищі рівні самоставлення (відображеного самоставлення, самоцінності, самоприйняття, самоприв'язаності), натомість нижчі показники – відвертості та самозвинувачення. Їх самооцінка назагал вища, порівняно зі студентами молодших курсів. В ускладнених життєвих ситуаціях, при оцінці подій, вони є більш продуктивними та оптимістичними, вказують на більшу кількість подій – як радісних, так і сумних, минулих і майбутніх, а також мають менші показники оцінок суб'єктивних проявів невротичності [135].

З усім тим, як слушно наголошує Л. Березовська, психологічне благополуччя та задоволеність життям – не тотожні поняття. Так, під другим авторка розуміє загальне уявлення людини про психологічний комфорт, інтерес до життя, на противагу життєвій апатії. За даними Л. Березовської (2019), студенти четвертого курсу, порівняно з першокурсниками, почуваються істотною мірою психологічно благополучнішими. У старшокурсників більшою мірою виявляється послідовність у досягненні цілей, а також більш позитивним є загальне тло настрою [15].

Життєві цілі мають свій часовий континуум, який певним чином переживається й усвідомлюється їх суб'єктом. Важливі дані про взаємозв'язок часової перспективи студентів із їх психологічним благополуччям були отримані О. Сенік (2011). А саме: вищі показники психологічної стійкості, витривалості та суб'єктивного благополуччя притаманні здобувачам вищої освіти

з такою часовою перспективою, яка поєднує у собі ностальгійну, позитивну реконструкцію минулого; прийняття свого минулого досвіду і здорове ставлення до нього, а також орієнтацію на майбутнє; наявність цілей, планів і спрямованість на їх реалізацію. Інакше кажучи, такі студенти не сприймають власне минуле негативно і переконані у здатності впливати на своє життя [154].

Як відомо, традиційним є розподіл феноменології психіки та її функцій на когнітивні, емотивні, регулятивні й інші аспекти. Відповідно, такий розподіл можна розглядати як одну з базових теоретичних засад для вивчення, опису, систематизації різних вимірів досліджуваної проблеми. Так, О. Лазорко (2016) дослідила емоційний профіль психологічного благополуччя студентської молоді. Згідно з її даними, студенти як із низьким, так і з середнім проявами соціальної фрустрованості демонструють виражене оптимістичне ставлення до життєвих ситуацій та віру у власні можливості, загальну позитивну й радісну поведінку, впевненість у власних силах і можливостях, готовність брати на себе відповідальність у прийнятті життєво важливих рішень.

Зауважуємо, що соціальну фрустрованість вчена розглядає як міру незадоволеності соціальними досягненнями в основних аспектах життєдіяльності. М. Каніболоцька (2014), як особливий фактор у структурі психологічного благополуччя, виокремлює «схильність до емоційної та вольової саморегуляції». Зазначена схильність включає в себе здатність людини контролювати прояви гніву та образ на інших, регулювати власний настрій, знаходити внутрішні ресурси в умовах невизначеності, виявляти самостійність у прийнятті важливих рішень, керувати власним часом і життям у цілому. Вченою було встановлено наступний важливий факт: «схильність до емоційної та вольової саморегуляції» на статистично значущому рівні більшою мірою виявляється у студентської молоді з вищим рівнем економічного статусу [70].

Когнітивний аспект досліджуваної проблеми також має свою важливу специфіку, причому він тісно пов'язаний із усіма іншими аспектами. Так, за даними теоретичної та емпіричної наукової розвідки, І. Ющенко стверджує, що найбільшою мірою психологічне благополуччя студентів-випускників забезпечують: готовність приймати виклики невизначеності; відкритість до новизни; наявність активності, енергії, невтомності та високого життєвого тону; вміння знаходити нові ресурси для вирішення проблем та орієнтуватися у можливих змінах; ефективні стратегії подолання складних життєвих ситуацій; оптимізм, віра у власні сили та можливості; спокій та самоконтроль в умовах невизначеності [208].

Досліджуючи особливості психологічного благополуччя студентської молоді, не можна не згадати і про відому вікову кризу юнацького віку. Узагальнюючи результати різних теоретичних напрацювань, Л. Цибух та І. Окул зазначають, що відповідна криза, здебільшого, відбувається у період між 20 та 21 роками. Емпіричні дослідження динаміки переживання зазначеної кризи демонструють зворотну залежність між віком і показниками самотності: тобто, у період від 18 до 23 років, одночасно із процесами дорослішання, відбувається зменшення згаданого почуття. Складність вивчення кризи, на думку вчених, пов'язана із труднощами розмежування нормативної (вікової) та ненормативних особистісних криз у цей період [192].

У контексті досліджуваної проблеми дуже важливим є і поняття довіри до себе, яке у здобувачів вищої освіти досліджує Н. Єрмакова. На її думку, психологічні особливості юнацького віку – незбалансованість самоставлення, індивідуалізм, висока особистісна амбівалентність (тобто суперечливість почуттів, думок, поведінки) – сприяють зниженню відповідного почуття. Проявами цього, зазвичай, виступають невпевненість щодо цінності власної особистості, відсутність або зниженість усвідомленого позитивного самоприйняття, як і прихильності до власних учинків. За даними дослідження Н. Єрмакової, найвищі

показники довіри до себе у студентства спостерігаються у сфері його навчання; високі – також у сфері соціальних контактів; низькі – у сімейній та інтимній (стосунки із другом чи подругою) сферах [50]. А як дослідив А. Харченко, психологічне благополуччя студентів також пов'язане з обраним ними майбутнім фахом, що передбачає різні форми учбово-професійної діяльності й відмінні ступені особистісного саморозвитку. Студенти-психологи очікувано характеризуються вищими показниками зазначеного благополуччя, соціального та емоційного здоров'я. Передумовами цього називаються активне включення у соціальні відносини, надання та отримання психологічної підтримки й ін. Натомість студенти технічних спеціальностей, як дає змогу стверджувати порівняння, мають нижчі показники психологічного благополуччя, хоча вони й більш цілеспрямовані у житті [187].

Н. Іванцев та О. Потоцька звертають увагу на таку детермінанту психологічного благополуччя студентства, як його ціннісні орієнтації. Вчені дослідили, що здобувачі вищої освіти з високим рівнем психологічного благополуччя у своїй поведінці характеризуються активністю в соціумі, схильністю до саморозвитку, духовно-моральною задоволеністю, креативністю. В цілому їх ціннісна зорієнтованість визначається як морально-ділова – на противагу егоїстично-престижній мотивації психологічно неблагополучних студентів [62].

Констатуємо, що в загальному аксіологічному просторі сучасного соціуму активізувалося поняття студентоцентрованого підходу – з огляду на помітні зміни у системі забезпечення внутрішньої якості національної вищої освіти. Саме на засадах студентоцентризму, як зазначає Н. Гришина (2019), відбуваються наступні зміни зазначеної системи: зміщення підходу до складання освітніх програм у площину консультацій з усіма зацікавленими сторонами (стейкхолдерами); залучення фахівців-практиків для викладання дисциплін; застосування принципу навчального партнерства студентів, викладачів і дослідників;

стимулювання мотивації до навчання; забезпечення умов для особистісно-професійного саморозвитку студентів та ін. [37].

Можна стверджувати, що студентоцентризм – це реалізація більш розлогого поняття особистісно орієнтованого підходу власне у системі вищої освіти. Зокрема, в електронній «Енциклопедії практичної психології» особистісно-орієнтований підхід у викладанні визначається як концентрація уваги педагога на цілісній особистості людини, турбота про розвиток не тільки її інтелекту, громадянського почуття відповідальності, а й як духовної особистості з емоційними, естетичними, творчими задатками та можливостями розвитку. Конкретизується, що мета відповідної освіти – створення умов для повноцінного розвитку наступних функцій особистості: здатності людини до вибору; вміння рефлексувати й оцінювати своє життя; пошук сенсу життя; творчість; формування образу «Я»; відповідальності («Я відповідаю за все») та автономності особистості [132].

Імплементація студентоцентрованого підходу в сучасній системі вищої освіти – це її важливе надбання, і, водночас, поточне завдання. Адже, поряд з усім законодавчим підсиленням відповідних змін, все ще продовжують залишатися очевидними окремі істотні проблеми на цьому шляху. Серед таких проблем – проблем як завдань, В. Бахрушин виокремлює наступні: скасування поняття нормативного строку навчання; залучення студентів до реального управління і процесу прийняття рішень; посилення ролі органів самоврядування і студентських організацій як важливого інструменту формування лідерського потенціалу суспільства та держави й ін. [11]. А проте, в Україні досі дуже мало наукових студій – як теоретичних, так і особливо емпіричних, які би розкривали власне психологічні засади й чинники упровадження студентоцентрованого підходу в освіті. Як приклад висвітлення таких поодиноких досліджень – наукова стаття Ю. Сороки, котра описує реальні уявлення й очікування здобувачів вищої освіти в контексті реалізації студентоцентризму. З одного боку, вчена констатує схильність суб'єктів освіти до

традиційних форм навчання, з іншого боку, така схильність не є абсолютною і не повинна стримувати поширення у ЗВО відповідних сучасних практик. Викладач повинен зрозуміти, що упровадження такого підходу насправді не є втратою його/її влади чи авторитету, а виступає чинником мотивування активності студентів в учбовій діяльності та стимулом до прийняття ними особистої відповідальності за її результати. У такому контексті Ю. Сорока зазначає, що завдання викладача – продемонструвати «безпеку студентської активності», тобто позитивно стимулювати активно налаштованих здобувачів і хоча би нейтралізувати іронію чи острах щодо ймовірних невдач [161].

У ролі одного із можливих психологічних орієнтирів для забезпечення досліджуваного підходу в освіті можна розглядати видання «Психологія особистості: Студентоцентрикований підхід» Дж. Мак-Мартіна. Воно розпочинається з визначення поняття особистості як системотвірного конструкту: «особистість – це система, що розвивається, зі своїми особливими мотиваційними, емоційними, когнітивними та духовними атрибутами, яка виявляє унікальну індивідуальну адаптацію людини до середовища на будь-якому відрізку життєвого шляху». Далі автор аналізує кожне із ключових понять зазначеної дефініції:

- «розвиток» – «особистість є живим процесом», який включає «Я-майбутнє»;
- «система» – особистість є організованою, інтегрованою сукупністю елементів, які пов'язуються з її минулим, теперішнім і майбутнім;
- «особливий» – особистість є унікальною у способі переживання своїх власних рис, свого «Я»;
- «мотиваційний» – потреби, бажання та потяги є дуже вагомою складовою особистості;
- «емоційний» – необхідність урахування емоцій та настроїв, які переживаються;
- «когнітивний» – роль думок, ідей та переконань, включаючи Я-концепцію;

- «духовний» – це поняття пов’язується із сенсом, який надається власному життю та світу довкола;
- «унікальний» – вказує на індивідуальні реакції на однакові для всіх вимоги й обставини навколишнього середовища;
- «адаптація» – акцентує на відповідях як на стреси, так і на регулярні події власного життя;
- «відрізки життєвого шляху» – констатує, що на різних життєвих етапах особистість виявляє себе у всіх вищезгаданих аспектах по-різному [280 с. 4-5].

Зауважуємо, що всі, стисло проаналізовані вище аспекти, так чи інакше стосуються і проблеми психологічного благополуччя, до опису результатів емпіричного вивчення якого на вибірці студентської молоді – майбутніх освітян, ми безпосередньо переходимо. Спробуємо узагальнити результати відповідного дослідження, при цьому пам’ятаючи про унікальність кожного студента як центрального суб’єкта вищої освіти.

*Емпіричне дослідження та його результати.* З метою проведення констатувального емпіричного зрізу використано відомий та апробований у світовій психологічній науці питальник «Шкали психологічного благополуччя» К. Ріфф. Українською мовою він адаптований С. Карскановою. А саме: була перекладена й адаптована версія «Шкали», яка містить 84 пункти, рівномірно (по 14 питань) розподілені між 6 основними факторами [73]. Апробацію можливостей застосування відомої моделі психологічного благополуччя К. Ріфф власне на вибірці українських представників вікової когорти ранньої юності здійснила Н. Шишко. Дослідниця провела три фокус-групові дослідження старшокласників, на основі чого констатує відображення у відповідях респондентів їх типових вікових особливостей: спрямованості на майбутнє; побудову життєвих планів і перспектив; становлення ціннісних орієнтацій та власного світогляду; поглиблення уявлень про норми соціальної дійсності. За результатами системного аналізу отриманих даних,

Н. Шишко зазначає, що відповідна теоретична модель і розроблений на її основі питальник, цілком придатні для вивчення психологічного благополуччя в осіб юнацького віку [201].

Нашу вибірку склали здобувачі вищої освіти Тернопільського національного педагогічного університету імені Володимира Гнатюка, котрі на момент проведення дослідження навчалися на I, III та IV курсах за освітніми програмами «Українська мова і література», «Журналістика», «Історія» та «Біологія». Констатувальний емпіричний зріз із різними академічними групами здійснювався упродовж лютого та березня 2021 року. Загальна чисельність залучених на засадах добровільності до участі в дослідженні – 118 осіб. У межах первинної вибірки ми виокремили дві підгрупи (за віковою ознакою): першокурсники, як представники юності (середній вік – 18 років, 61 особа) та третьокурсники і четвертокурсники, як представники ранньої дорослості (середній вік – 20 років, 57 осіб).

Для перевірки відповідності отриманих кількісних показників принципу нормального розподілу даних використовувався статистичний критерій однорідності Колмогорова-Смірнова. Згідно з результатами застосування критерію, розподіл даних істотною мірою відрізняється від нормального (за усіма 84 пунктами його показники варіюють у кількісних межах при  $p \leq 0,05$ ). Отже, надалі, з метою підтвердження або спростування прогнозованої наявності статистично значущих розбіжностей між узагальненими показниками психологічного благополуччя у двох вікових підгрупах, використовувався непараметричний критерій U Манна-Вітні. Він дає змогу перевіряти гіпотези про відмінність двох незалежних вибірок за рівнем вираженості тієї чи іншої ознаки.

Констатовано, що у старшокурсників (підгрупа № 2) на статистично значущому рівні більшою мірою виявляються наступні переживання як складові їх психологічного



благополуччя: «Назагал, я відчуваю упевненість і позитивне самоставлення» ( $\bar{x}_1 = 3,91$  і  $\bar{x}_2 = 4,43$ ,  $p = 0,05$ ), «У мене є відчуття спрямованості та мета у житті» ( $\bar{x}_1 = 4,60$  і  $\bar{x}_2 = 5,12$ ,  $p = 0,02$ ), «У мене були досить теплі й довірливі стосунки з іншими» ( $\bar{x}_1 = 4,72$  і  $\bar{x}_2 = 5,26$ ,  $p = 0,05$ ), «Я не відчуваю, що залишаюся осторонь, коли справа стосується дружби» ( $\bar{x}_1 = 4,14$  і  $\bar{x}_2 = 4,72$ ,  $p = 0,05$ ), «Зрештою, я можу сказати, що моє життя дечого вартує» ( $\bar{x}_1 = 4,95$  і  $\bar{x}_2 = 5,16$ ,  $p = 0,05$ ).

В цілому по виборці найвищий середній бал отримало твердження «Я переживаю задоволення від особистого і взаємного спілкування із членами сім'ї або друзями» ( $\bar{x} = 5,42$ ). Понад 5 балів також набрали усереднені оцінки наступних пунктів «Шкали»: «Я зацікавлений/а в діяльності, яка розширить мій світогляд» ( $\bar{x} = 5,30$ ), «З моєї точки зору люди будь-якого віку здатні продовжувати подальше особистісне зростання та розвиток» ( $\bar{x} = 5,24$ ), «Назагал, я вважаю, що сам/а несу відповідальність за те, як я живу» ( $\bar{x} = 5,20$ ), «Для мене важливо бути хорошим слухачем/кою, коли мої друзі розповідають мені про свої проблеми» ( $\bar{x} = 5,20$ ), «З часом я почав/ла більше розуміти життя, що зробило мене сильнішою і здібнішою людиною» ( $\bar{x} = 5,15$ ), «Мені приносить задоволення бачити, як мої погляди змінюються і «дорослішають» з роками» ( $\bar{x} = 5,14$ ), «Я не живу одним днем і замислююся серйозно щодо майбутнього» ( $\bar{x} = 5,06$ ), «Зрештою, я можу з упевненістю сказати, що моє життя багато чого вартує» ( $\bar{x} = 5,06$ ).

Натомість найнижчі середні бали (менше 3) в цілому по виборці виявилися у таких пунктів: «Була би можливість, я би багато що в собі змінив/ла» ( $\bar{x} = 2,80$ ) і «Я знаю небагато людей, охочих вислухати, коли мені потрібно з кимось поговорити» ( $\bar{x} = 2,90$ ).

Переходимо тепер до більш диференційованого аналізу отриманих результатів за основними факторами «Шкали» К. Ріффа. Спочатку розглянемо їх детальніше теоретично [308]:

Фактор 1. *«Позитивні стосунки з тими, котрі оточують».*

«Сильні позитивні стосунки» означають, що людина має теплі, приємні, довірливі зв'язки з іншими. Вона турбується про благополуччя навколишніх, здатна до сильної емпатії, прихильності та близькості, розуміє отримувані переваги від людських стосунків. «Слабкі стосунки» сигналізують, що людина має мало тісних, довірливих зв'язків з іншими. Вона переживає недостатність теплоти, відкритості, турботливості, ізолюваність і фрустрованість у міжособистісних стосунках, не готова йти на компроміси, щоб підтримувати такі важливі відносини з навколишніми.

Фактор 2. «Автономія».

«Висока автономія» передбачає самодетермінування і незалежність, готовність протистояти соціальному тискові, щоб мислити й діяти, регулювати поведінку «із-середини» та оцінювати себе за особистими мірками. «Низька автономія» означає, що людину надто турбують очікування й оцінки навколишніх. Відбувається надмірне покладання на судження інших при прийнятті важливих рішень, підпадання під соціальний тиск, схильність думати й діяти під його впливом.

Фактор 3. «Управління середовищем».

«Високе управління середовищем» означає, що людина має почуття майстерності й компетентності в управлінні середовищем, а також комплексний самоконтроль зовнішніх дій. Вона ефективно використовує навколишні можливості, готова сама обирати чи створювати контексти, що відповідають її особистим потребам та цінностям. «Низьке управління середовищем» вказує на те, що людина відчуває важкість в управлінні повсякденними справами й переживає нездатність змінити або вдосконалити навколишні контексти. Вона не усвідомлює або мало усвідомлює зовнішні можливості, має брак відчуття контролю над світом.

Фактор 4. «Особистісне зростання».

«Сильне особистісне зростання» передбачає, що людина переживає постійний саморозвиток. Інакше кажучи, бачить саму

себе такою, котра постійно зростає. Вона відкрита до нового досвіду, має відчуття реалізації власного потенціалу, самовдосконалення з часом, а також змін у напрямку самопізнання і самоефективності. «Слабке особистісне зростання» означає переживання особистісної стагнації, відсутність відчуття самовдосконалення, нудьгу і незацікавленість життям, неможливість розвинути нові атитюди й відповідну поведінку.

Фактор 5. «Ціль у житті».

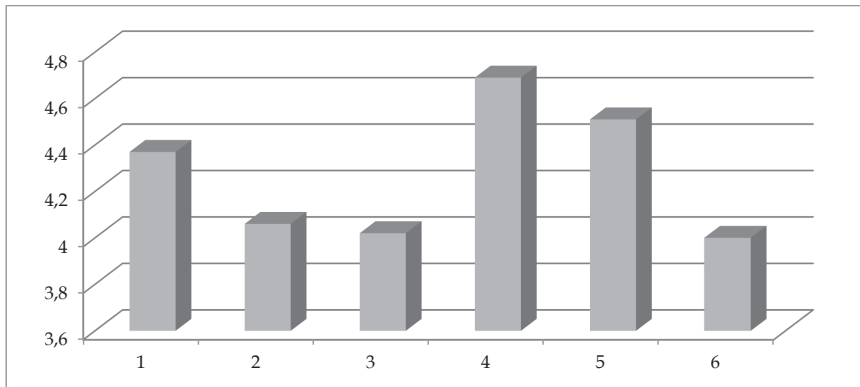
«Сильна ціль у житті» означає, що людина має цілі у житті й відчуття спрямованості. Вона переживає сенс теперішнього та минулого, дотримується переконань, які надають життю мету, має відповідні життєві завдання. «Слабка ціль у житті» сигналізує, що людині бракує осмисленості життя й відчуття його спрямованості. Вона має малу кількість життєвих цілей, не вбачає сенсу в своєму минулому, характеризується відсутністю світогляду або переконань, які здатні надавати життю істинний сенс.

Фактор 6. «Самоприйняття».

«Високе самоприйняття» засвідчує, що особистість має позитивне самонастановлення, визнає і приймає різні аспекти самої себе, включаючи як погані, так і хороші якості, а також переживає позитивне ставлення до свого минулого життя. «Низьке самоприйняття» передбачає незадоволеність самим собою, розчарованість у тому, що сталося у власному минулому, стурбованість певними особистісними якостями, бажання бути інакшим, аніж тепер.

За результатами первинної статистичної обробки масиву даних ми отримали наступні усереднені показники за 6 основними шкалами (факторами) питальника К. Ріфф: шкала 1 «Позитивні стосунки з тими, котрі оточують» –  $\bar{x} = 4,37$ ; шкала 2 «Автономія» –  $\bar{x} = 4,06$ ; шкала 3 «Управління середовищем» –  $\bar{x} = 4,02$ ; шкала 4 «Особистісне зростання» –  $\bar{x} = 4,69$ ; шкала 5 «Ціль у житті» –  $\bar{x} = 4,51$ ; шкала 6 «Самоприйняття» –  $\bar{x} = 4,00$ .

Для унаочнення отриманих результатів відображаємо їх графічно у формі діаграми (рис. 1.1).



**Рис. 1.1.** Усереднені показники основних факторів психологічного благополуччя у майбутніх освітян (за методикою К. Ріффа)

Як можемо бачити, респонденти найбільшою мірою підтверджують власне особистісне зростання як переживання постійного саморозвитку, відкритості до нового досвіду, реалізації власного потенціалу, вдосконалення у собі та своїй поведінці з часом, самопізнання та самоєфективність. Отримані результати цілком вписуються у загальний психологічний контекст пізнього юнацького та раннього дорослого віку, тим паче – «студентського віку».

Натомість відносно найслабшою мірою досліджені студенти демонструють схильність до переживання управління власним навколишнім середовищем – тобто, подеколи вони відчують труднощі в керуванні своїми повсякденними справами, нездатність змінити або вдосконалити щось поза собою, узагалі брак контролю над зовнішнім світом. Припускаємо, що, з одного боку, це пов'язане з іще недостатньою самостійністю респондентів, в тому числі й фінансово-економічною, з іншого боку, це обумовлене загальною нестабільною ситуацією у нашій державі та світі назагал.

Після первинної математико-статистичної обробки результатів, далі показники за всіма пунктами «Шкали» К. Ріфф були піддані процедурі факторного аналізу (за допомогою пакету комп'ютерних програм SPSS, версія 17.0). За основу при цьому взято традиційний у психологічних дослідженнях метод головних компонент; також використовувалося варімакс-обертання первинно отриманої факторної структури до досягнення її оптимальності. При цьому ми послуговувалися рекомендацією Дж. Стевенса включати до складу певної структури тільки ті шкали, показники факторних навантажень яких більші за 0,4 [317, с. 394].

Таким чином було виокремлено та проінтерпретовано 11 факторних структур (серед яких 3 фактори – біполярні), які пояснюють 75,6% дисперсії загального масиву емпіричних даних, що статистично є доволі прийнятним результатом. Проаналізуємо відповідні структури детальніше.

Фактор 1 (23,9% дисперсії) – «Мої життєві плани та їх реалізація як особиста гордість/Відсутність уміння планувати життя як джерело моїх особистих розчарувань». Він є біполярним. На першому його полюсі розташувалися наступні пункти «Шкали»:

1) «Мені приносить задоволення будувати плани на майбутнє і працювати над їх утіленням у життя» (0,61).

2) «Здебільшого я горджуся тим, хто я є, і життям, яким я живу» (0,61),

3) «Мої цілі у житті є для мене швидше джерелом задоволення, ніж розчарування» (0,60).

4) «У мене є відчуття спрямованості та мета у житті» (0,56).

5) «Я – людина, котра активно виконує те, що заплановане» (0,56).

6) «Коли я проглядаю історію свого життя, я переживаю задоволення» (0,56),

7) «Мені подобається більша частина моїх якостей» (0,54),

8) «Я спромігся/лася створити свій власний устрій та спосіб життя, що найбільше відповідають моїм перевагам» (0,52).

9) «Мені приносить задоволення бачити, як мої погляди змінюються і «дорослішають» із роками (0,52).

10) «Я досить добре справляюся з більшістю щоденних обов'язків» (0,50).

11) «Назагал, я відчуваю упевненість і позитивне ставлення до себе» (0,49).

12) «Мені приємно думати про те, чого я досяг у житті» (0,48).

13) «Мені здається, що я став/ла значно розвиненіша як особистість із часом» (0,46),

14) «Я знаю, що можу довіряти своїм друзям, а вони знають, що можуть довіряти мені» (0,44).

15) «Мої спроби знайти вид діяльності та взаємостосунки, відповідні мені, були вельми успішними» (0,42),

16) «Кожен мій день розписаний, але я отримую відчуття задоволення від того, що з усім справляюся» (0,41).

17) «Мої друзі та я співпереживаємо проблемам одні одних» (0,41).

18) «З часом я почав/ла більше розуміти життя, що зробило мене сильнішою і здібнішою людиною» (0,40).

Розглянутим пунктам опонують наступні пункти на другому полюсі фактора:

1) «Мені складно розпланувати своє життя так, щоб мене це влаштувало» (- 0,62).

2) «У багатьох відношеннях я відчуваю розчарування щодо моїх досягнень у житті» (- 0,60).

3) «Моє ставлення до себе, ймовірно, не таке позитивне, як те, яке переживає до себе більшість людей» (- 0,55).

4) «Я часто відчуваю, що залишаюся осторонь, коли справа стосується дружби» (- 0,55).

5) «Я не маю чіткого усвідомлення того, чого намагаюся досягти у житті» (- 0,52).

6) «Якщо подумати, я не досяг/ла більшого як особистість за останні декілька років» (- 0,52).

7) «Я давно перестав/ла намагатися поліпшити або змінити щонебудь у своєму житті» (- 0,50).

8) «Мені здається, що у більшості оточуючих людей більше друзів, ніж у мене» (- 0,48).

9) «Я заздрю тому, як живе більшість людей» (- 0,47),

10) «Була би можливість, я би багато що у собі змінив/ла» (- 0,47).

11) «Я звик/ла ставити перед собою цілі, але зараз це здається марною тратою часу» (- 0,45).

12) «Я переживаю стрес через те, що не можу впоратися з усіма справами, які я вимушений/а робити щодня» (- 0,45).

13) «Потреби повсякденного життя часто нервують мене» (- 0,44).

14) «У мене ніколи не було досить теплих і довірливих стосунків з іншими» (- 0,44).

15) «Я часто відчуваю себе самотнім/ьою через те, що у мене мало близьких друзів, із якими є можливість поділитися своїми переживаннями» (- 0,44).

16) «Мені здається, що багато з людей, яких я знаю, одержали від життя більше, ніж я» (- 0,43).

17) «Мої повсякденні справи здаються мені банальними та незначними» (- 0,43).

18) «Зрештою, я можу з упевненістю сказати, що моє життя небагато вартує» (- 0,43).

19) «Я переживаю напругу, коли намагаюся спланувати свої дії, оскільки я ніколи не виконую до кінця все, що запланував/ла» (- 0,43).

20) «Мені складно по-справжньому відкритися, коли я спілкуюся з оточуючими» (- 0,41).

Отож, найвагоміший фактор загальної психосемантичної структури психологічного благополуччя дослідженої студентської молоді сформували аж 38 пунктів «Шкали» К. Ріфф. При цьому найбільшою мірою у ньому репрезентовані: шкали № 5 та 6 питальника (по 9 пунктів), дещо меншою мірою – 3 та 1 шкали (відповідно, 8 і 7 пунктів), найменшою мірою – 4 шкала

(5 пунктів), а взагалі не репрезентована – 2 шкала. Інакше кажучи, найпотужніше у складі першої емпірично експлікованої структури благополуччя проявилися такі класичні фактори, як «Ціль у житті» та «Самоприйняття».

Фактор 2 (8,9% дисперсії) – «Впевненість у собі та готовність до особистісних змін/Надмірна залежність від думки близьких людей». Він, як і перший, теж є біполярним. На першому полюсі розташувалися наступні пункти:

1) «Я впевнений/а у своїй думці, навіть якщо вона суперечить загальній» (0,52).

2) «Я вважаю, що важливо пережити новий досвід, який кидає виклик моїй думці про себе і про світ» (0,46).

3) «Я не боюся висловлювати уголос те, що я думаю, навіть якщо це не відповідає думці оточуючих» (0,43).

4) «З моєї точки зору люди будь-якого віку здатні продовжувати подальше особистісне зростання і розвиток» (0,43).

5) «Я належу до людей, котрі відкриті для всього нового» (0,42).

6) «Я оцінюю себе за тим, що я вважаю важливим, а не за цінностями, які вважають важливими оточуючі» (0,42).

7) «Я часто відчуваю себе самотнім/ьою через те, що у мене мало близьких друзів, з якими є можливість поділитися переживаннями» (0,41).

На другому полюсі фактора – такі пункти:

1) «Я часто змінюю свої рішення, якщо мої друзі або члени сім'ї не згодні з ними» (- 0,40).

2) «Я схильний/а перейматися тим, що навколишні думають про мене» (- 0,40).

Можемо констатувати, що другий за значущістю фактор загальної психосемантичної структури психологічного благополуччя студентської молоді включає в себе 9 пунктів. При цьому найбільшою мірою у ньому репрезентована шкала № 2 (5 пунктів). Крім того, увійшли 3 пункти зі шкали 4 та 1 – зі шкали 1. Отож, найбільшою мірою у складі даної структури проявився фактор «Автономія».



Фактор 3 (8,4% дисперсії) – однополюсний «Комфортна соціальна адаптація». До його складу увійшли такі пункти:

1) «Для мене важливіше пристосуватися до інших, аніж залишитися одному/ій зі своїми принципами» (0,54).

2) «Я схильний/а піддаватися впливу людей із твердими переконаннями» (0,54).

3) «Мене турбує те, як люди оцінюють вибори, зроблені мною у житті» (0,49).

4) «Мені складно висловлювати свою думку щодо суперечливих питань» (0,47).

5) «Я часто зміню свої рішення, якщо мої друзі або члени сім'ї не згодні з ними» (0,46).

Усі 5 пунктів, представлені в цьому факторі, відображають класичну «Автономію», але «автономію», так би мовити, обернену, або «низьку автономію». Як демонструє глибший порівняльний аналіз цієї та попередньої структур, третій фактор до деякої міри доповнює другий. Інакше кажучи, в умовах сильного авторитетного тиску або емоційного впливу найближчих людей переживання психологічного благополуччя молодій людині забезпечується уже не стільки особистісною автономністю, скільки гнучким соціальним конформізмом.

Фактор 4 (7,97% дисперсії) – «Дружба та взаємодвіра/Відсутність довірливих взаємин». Як і перший та другий фактори, він теж є біполярним. На першому його полюсі розташувалися такі пункти:

1) «Я вважаю, що отримую багато від своїх друзів» (0,65).

2) «Мої друзі та я співпереживаємо проблемам одні одних» (0,57).

3) «Я знаю, що можу довіряти своїм друзям, а вони знають, що можуть довіряти мені» (0,54).

4) «Для мене важливо бути хорошим слухачем, коли мої друзі розповідають мені про свої проблеми» (0,41).

На другому полюсі фактора – пункти:

1) «У мене ніколи не було досить теплих і довірливих стосунків з іншими» (- 0,43).

2) *«Багато днів я прокидаюся пригнічений думками про те, як я прожив своє життя» (- 0,42).*

Домінантна кількість, а саме – 5 пунктів, які представлені в цьому факторі, відображають класичні *«Позитивні стосунки з тими, котрі оточують»*. З аналізу його змісту можемо стверджувати, що відсутність або слабкість переживання зазначених стосунків є потенційним смисловим чинником щоденної особистісної пригніченості молодій людині щодо власного минулого.

Фактор 5 (7,02 % дисперсії) – *«Поточна задоволеність життям»*, однополюсний та з одним пунктом у своєму складі:

*«Я не хочу будь-що робити по-новому, в моєму житті мене все влаштовує таким, яким воно є» (0,46).*

Зазначений пункт належить до *«Особистісного зростання»*, але, знову ж таки, до оберненого індикатора відповідної шкали – *«низького особистісного зростання»*. Інакше кажучи, однією зі складових психологічного благополуччя студентської молоді є уміння зробити свого роду *«павзу»* в житті, бодай деякий час нічого не змінювати й насолоджуватися вже отриманими результатами. В контексті теорії О. Гринів [34], для прикладу, це відповідає полюсу *«Збереження рівноваги»*.

Фактор 6 (4,58% дисперсії) – *«Зосередженість на теперішньому часі»*. Сформований наступними пунктами :

1) *«Я прагну зосередитися на сьогодні, оскільки майбутнє майже постійно приносить мені проблеми» (0,45).*

2) *«У минулому були зльоти й падіння, але в цілому я би не став/ла нічого змінювати» (0,45).*

3) *«Іноді мені здається, що я зробив/ла все у моєму житті, що було потрібно» (0,42).*

У складі даної психосемантичної структури 2 пункти належать шкалі *«Ціль у житті»*, а 1 – *«Самоприйняттю»*. З огляду на зміст цих конкретних пунктів, структуру за сенсом до певної міри можна уподібнити до попередньої – *«Поточної задоволеності життям»*. Додаткового уточнення потребує той

факт, чому ж тоді ці два фактори у свідомості респондентів не поєднуються в один. На нашу думку, другий із них, на відміну від першого, демонструє певну додаткову тривожність із приводу власних минулого та майбутнього, причому саме «зосередженість на теперішньому часі» є своєрідною копінг-стратегією для подолання зазначеної тривожності.

Фактор 7 (3,92% дисперсії) – «Піклування про власне матеріальне благополуччя» з одним пунктом у своєму складі: *«Зазвичай я добре піклуюся про свої особисті фінанси та справи» (0,41).*

Констатуємо, що відповідний пункт відноситься до комплексної шкали *«Управління середовищем»*, а проте в нашій факторній структурі він виокремився як відносно незалежний в оцінках респондентів. Інакше кажучи, турбота про власне матеріальне благополуччя є відносно автономною складовою переживання дослідженою студентською молоддю власного психологічного благополуччя, що узгоджується з даними інших дослідників.

Фактор 8 (3,64% дисперсії) – «Смирнення з усіма своїми недоліками» :

*«У всіх є свої недоліки, але, здається, у мене їх більш, ніж достатньо» (0,51).*

Єдиний у складі фактору пункт належить до «Самоприйняття», але, як і в одному з попередніх випадків, до полюсу *«низького самоприйняття»*. Тобто, як підтвердили результати додаткового опитування вибіркової фокус-групи студентства, ключовими при сприйманні відповідного питання для респондентів виступає перша його частина – «у всіх є свої недоліки». Інакше кажучи, порівняння себе з іншими та їх недоліками подеколи теж стає корисним ресурсом у підтримці власного психологічного благополуччя.

Фактор 9 (2,73% дисперсії) – «Задоволеність Я-реальним». Його формують:

1) *«Я живу одним днем і не замислююся серйозно щодо майбутнього» (0,42).*

2) *«Я не зацікавлений/а в діяльності, яка розширить мій світогляд» (0,42).*

3) *«Мені подобається більша частина моїх якостей» (0,40).*

Відповідні 3 пункти належать до шкал «Особистісного зростання», «Цілі у житті» та «Самоприйняття». Фактор до певної міри споріднений із попереднім, але власне ця психосемантична структура виокремлює аспект особистісного самоприйняття суб'єкта поза контекстом як порівняння себе з іншими, так і порівняння зі своїм імовірним «Я-ідеальним».

Фактор 10 (2,54% дисперсії) – «Позитивний тайм-менеджмент» :

*«Кожен мій день розписаний, але я отримую відчуття задоволення від того, що справляюся» (0,40).*

Як бачимо, ще один пункт із глобального фактору «Управління середовищем» виокремився у відносно незалежний параметр самооцінювання психологічного благополуччя студентством.

Фактор 11 (2,03% дисперсії) – «Соціальний нонконформізм». Він утворений двома пунктами:

1) *«Я не дуже добре адаптований/а до людей та навколишнього суспільства» (0,42).*

2) *«Зазвичай на мої рішення не впливають дії оточуючих» (0,40).*

Отже, останній з експлікованих факторів поєднує «Автономію» та «Управління середовищем». За такого синтезу автономія стає не просто особистісною, а нонконформно особистісною самодостатністю. Підсумуємо, що експлікована одинадцятифакторна структура засвідчує істотну когнітивну складність усвідомленого переживання майбутніми освітянами власного психологічного благополуччя. У цьому контексті вона демонструє смислову неоднорідність різних пунктів усередині факторів методики К. Ріфф. Так, позитивною складовою відповідної феноменології виявилася не тільки «висока автономія», а і, за певних обставин, – «низька» (тобто власне почуття особистісної самодостатності доповнюється необхідним

конформізмом щодо близьких та/чи авторитетних людей); аналогічно – щодо поєднання «високого» та «низького» особистісного зростання (останнє передбачає уміння час від часу «брати паузу»); а в «управлінні середовищем» доволі диференційовано оцінюються, між іншим, переживання фінансового благополуччя й уміння керувати власним часом.

Отже, в сучасній науковій літературі психологічне благополуччя розглядається доволі з різних теоретичних ракурсів і рівнів системного аналізу. В одних дослідженнях воно визначається мірою співвідношення «позитивних і негативних афектів», а також «емоційного напруження»; в інших – відсутністю «фінансової та сімейної тривоги», «тривоги за здоров'я», оцінкою «актуального життя в цілому»; ще в інших – багатогранно характеризується через сукупність таких факторів, як: «компетентність», «емоційна стабільність», «задоволеність», «сенс», «оптимізм», «позитивні емоції», «позитивні стосунки», «стійкість», «самоповага» і «вітальність». У нашому дослідженні за основу взято емпірично обґрунтовану в різних частинах світу модель К. Ріфф, згідно з якою досліджувана феноменологія має 6 основних вимірів: «Автономія», «Управління навколишнім середовищем», «Особистісне зростання», «Позитивні стосунки з іншими», «Ціль у житті» та «Самоприйняття».

Можна стверджувати, що «студентоцентрований підхід» із поняттям «психологічне благополуччя» перетинаються у змістових межах категорії «якість». Адже перше обґрунтовує належну якість сучасної вищої освіти, а друге – якість життя людини. Вочевидь, забезпечення студентоцентризму передбачає моніторинг і, в разі необхідності, коригування зазначеної якості в її індивідуальному сприйманні та осмисленні.

Як продемонструвало проведене емпіричне дослідження, найбільш потужний потенціал для підтримки психологічного благополуччя майбутніх освітян має «переживання задоволення від особистого і взаємного спілкування із членами сім'ї або друзями». Натомість окремі проблемні моменти висвітлили

усереднені оцінки респондентів за наступними пунктами: «Була би можливість, я би багато що в собі змінив/ла» та «Я знаю небагато людей, охочих вислухати, коли мені потрібно з кимось поговорити». Отже, центрам психологічної служби ЗВО та всім фахівцям, котрі надають психологічну допомогу сучасній молоді, варто звернути увагу саме на ці потенційно проблемні аспекти у самостваленні та інтимно-міжособистісному спілкуванні здобувачів вищої освіти. З усім тим, констатуємо, що старшокурсники, порівняно з першокурсниками, істотно більшою мірою переживають упевненість у собі й позитивне самоствалення, відчуття спрямованості та мети у житті, досить теплі й довірливі стосунки з іншими, вартість свого життя. Також перші меншою мірою відчують, що залишаються осторонь, коли справа стосується дружби.

В цілому по вибірці респонденти найбільшою мірою підтверджують власне особистісне зростання як переживання постійного саморозвитку, відкритості до нового досвіду, реалізації власного потенціалу, вдосконалення у собі та своїй поведінці з часом, самопізнання та самоефективність. А відносно найслабшою мірою досліджені студенти демонструють схильність до відчуття управління власним навколишнім середовищем. Також за результатами емпіричного дослідження виокремлюємо наступні психосемантичні структури у складі цілісного переживання психологічного благополуччя майбутніми освітянами: «Мої життєві плани та їх реалізація як особиста гордість/Відсутність уміння планувати життя як джерело моїх особистих розчарувань», «Впевненість у собі та готовність до особистісних змін/Надмірна залежність від думки близьких людей», «Комфортна соціальна адаптація», «Дружба та взаємодовіра/Відсутність довірливих взаємин», «Поточна задоволеність життям», «Зосередженість на теперішньому часі», «Піклування про власне матеріальне благополуччя», «Смирнення з усіма своїми недоліками», «Задоволеність Я-реальним», «Позитивний тайм-менеджмент», «Соціальний нонконформізм». За своїм змістовим наповненням

перший як найвагоміший фактор значною мірою збігається, насамперед, із класичними шкалами «Ціль у житті» та «Самоприйняття» К. Ріфф.

Отже, емпірично експлікована психологічна картина вписується у загальні вікові особливості періодів пізньої юності та ранньої дорослості, що передбачають активну спрямованість на майбутнє та досягнення через активний саморозвиток збалансованої особистісної ідентичності. Як перспективи подальших досліджень розглядаємо емпіричне студіювання, між іншим, досі маловивчених гендерних аспектів переживання психологічного благополуччя студентською молоддю, а також порівняння різних його складових у здобувачів вищої освіти за різними спеціальностями.

*Едуард Івашкевич, Олександр Набочук*

## **Теорія і практика становлення творчого «Я» особистості керівника закладу вищої освіти**

*Хто хоче зрушити світ,  
нехай зрушить себе!*

*Сократ*

Вивчення проблеми психології творчості в наш час набуває комплексного, парадигмального та, навіть, планетарного характеру. Вона є предметом аналізу різних психолого-педагогічних та соціальних дисциплін і являє собою важливу сферу досліджень, вплив на яку мають, крім психології, інші галузі знань про людину – філософія, соціологія, педагогіка, валеологія та ін. Визначення сутності творчості та формування творчих здібностей, можливостей людини, її творчого потенціалу є найбільш актуальними сучасними питаннями для психології становлення особистості. Передусім, проаналізуємо концепції

# Зміст

Передмова .....	3
-----------------	---

## Частина 1.

### ПСИХОЛОГІЧНІ ПЕРЕДУМОВИ ФОРМУВАННЯ СТУДЕНТОЦЕНТРОВАНОГО СЕРЕДОВИЩА ВИЩОЇ ШКОЛИ

Психологічне благополуччя майбутніх освітян як суб'єктна складова студентоцентрованого викладання <i>Савелюк Н.</i> .....	6
---	---

Теорія і практика становлення творчого «Я» особистості керівника закладу вищої освіти <i>Івашкевич Е., Набочук О.</i> .....	42
---	----

Особливості розвитку індивідуального образу світу студентів <i>Івашкевич Е., Хупавцева Н.</i> .....	107
--	-----

## Частина 2.

### РОЗВИТОК СОЦІАЛЬНО-КОМУНІКАТИВНИХ ТА МЕДІЙНИХ КОМПЕТЕНЦІЙ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ

Метакогнітивні предиктори розвитку комунікативної компетентності у фаховій підготовці здобувачів вищої освіти <i>Токарева Н.</i> .....	151
--	-----

Курс «Медіапсихології» як засіб розвитку критичного мислення студентів <i>Макаренко Н.</i> .....	184
--	-----



Асертивна стратегія як основа гармонізації стосунків та запобігання конфліктів у соціальних спільнотах  
*Корчакова Н.* ..... 219

Формування рефлексивної позиції майбутніх психологів у контексті підготовки до роботи з девіантними підлітками  
*Луцик Г.* ..... 259

**Частина 3**  
**ПСИХОЛІГВІСТИЧНІ ОСНОВИ ПІДГОТОВКИ**  
**ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ**

Психологічні механізми використання діалогічних моделей у навчанні студентів говорінню іноземною мовою  
*Михальчук Н., Харченко Є., Главінська Е.* ..... 286

Психологічні засади сприймання та розуміння студентами філологічних факультетів іншомовної форми  
*Івашкевич Е., Яцюрик А.* ..... 363

Список використаних джерел..... 430

Авторський колектив..... 464