

**Міністерство освіти і науки України
Чернівецький національний університет
імені Юрія Федьковича**

Факультет педагогіки, психології та соціальної роботи

Кафедра психології

**ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ САМОРОЗВИТКУ В РАННЬОМУ
ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ**

Дипломна робота

Рівень вищої освіти – перший (бакалаврський)

Виконала:

студентка 4 курсу, групи 403

спеціальності 053 Психологія

Петрацак Дарія Вікторівна

Керівник: к. психол. н., доц. Поліщук О.М.

Рецензент:

До захисту допущено:

Протокол засідання кафедри № ____

від «__» _____ 20__ р.

зав. кафедри _____ доц. Андреева Я.Ф.

Чернівці – 2023

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1. ОСОБЛИВОСТІ САМОРОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ.....	5
1.1 Основні теоретичні підходи до вивчення саморозвитку особистості.....	5
1.2 Основні стимули і проблеми саморозвитку особистості.....	9
1.3 Самоактуалізація особистості.....	12
1.4 Психологічні особливості самосвідомості та самооцінки особистості в ранньому юнацькому віці.....	16
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ САМОРОЗВИТКУ СТУДЕНТІВ У РАНЬОМУ ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ.....	24
2.1 Характеристика вибірки та організація емпіричного дослідження..	24
2.2 Результати емпіричного дослідження самоактуалізації.....	32
2.3 Аналіз результатів взаємозв'язку між самоактуалізацією, комунікативними та організаторськими схильностями, мотивацією до успіху та самооцінкою.....	46
2.4 Психокорекційні заходи для вдосконалення навичок саморозвитку особистості.....	54
ВИСНОВКИ.....	57
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	60

ДОДАТКИ.....	65
--------------	----

ВСТУП

Відомо, що саморозвиток є однією з основних потреб людини. Вона із самого народження прагне розвитку, роблячи перші кроки і вимовляючи нові слова. В основі саморозвитку лежить прагнення внутрішньої гармонії людини. Саморозвиток — це процес довжиною в життя, це регулярна робота над собою, спрямована на формування та реалізацію своїх можливостей та усунення недоліків. У понятті «саморозвиток» яскраво відтворюється прагнення людини до участі у власному життєтворенні.

Актуальність проблеми дослідження саморозвитку особистості з метою успішної професійної діяльності пов'язана з основними напрямками розвитку сучасного суспільства та сучасного професійного середовища, для якого властиві орієнтованість на постійний розвиток сутнісних параметрів особистості, розвиток її творчої індивідуальності, професійних умінь та навичок. У сучасному світі ми стикаємось з соціальними кризами та змінами, що підкреслює важливість внутрішньої гармонії, взаєморозуміння з оточуючим світом та повноцінним життям. Кожна людина стоїть перед завданням знайти оптимальний життєвий шлях та розкрити свої задатки та здібності. Це підвищує актуальність дослідження саморозвитку, в ранньому

юнацькому віці, що сприяє саморозумінню, аутосимпатії, самопізнанню та якісній самореалізації особистості.

Вчені різних епох, такі як Декарт, Платон, Н. Макіавеллі, Г. Лейбніц, Е. Кант, Г. Гегель, А. Маслоу, К. Юнг, Е. Фромм та Е. Еріксон, досліджували різні аспекти саморозвитку.

Саморозвиток особистості — це складний процес зміни, що базується на внутрішній мотивації та потенціалі людини та передбачає якісну самостійну зміну суб'єкта з метою досягнення власної мети, де основною рушійною силою є сама особистість.

Об'єктом дипломної роботи є саморозвиток особистості.

Предмет аналізу даного дослідження — особливості саморозвитку і самоактуалізації особистості в ранній юності.

Мета дослідження — визначити психологічні особливості саморозвитку і самоактуалізації особистості.

Завдання:

- здійснити теоретичний аналіз наукових досліджень з проблем саморозвитку особистості;
- з'ясувати психологічні особливості та змістовні складові процесу саморозвитку та самореалізації особистості;
- проаналізувати характер і зміст взаємозв'язку самоактуалізації та самооцінки, що виявляються у спілкуванні;
- розробити психокорекційні заходи для вдосконалення навичок саморозвитку особистості.

Гіпотеза: рівень саморозвитку через самореалізацію особистості в ранньому юнацькому віці є недостатньо розвинутий, оскільки знаходиться в активній фазі становлення.

Методи дослідження. З метою розв'язування поставлених завдань використовувався теоретичний аналіз проблеми на базі вітчизняних та

зарубіжних наукових літературних джерел, порівняння, узагальнення, синтез, емпіричні методи (опитування) та психодіагностичні методи:

- опитувальник самоактуалізації особистості «САМОАЛ» (А. В. Лазукін в адаптації Н. Ф. Калініної);
- методика «КОС-2» (Б. Федоришин);
- методика «Мотивація особистості до успіху» (Т. Елерса);
- методика «Визначення рівня самооцінки» (Г.М. Казанцевої).

Практичне значення роботи. Отримані в результаті виконання цієї роботи дані можуть бути використані студентами, психологами, викладачами, працівниками соціальних служб для розуміння і сприяння саморозвитку і самоактуалізації особистості.

Структура роботи. Дипломна робота складається з вступу, 2-х розділів, висновків та списку використаних джерел.

РОЗДІЛ 1. ОСОБЛИВОСТІ САМОРОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ

1.1 Основні теоретичні підходи до вивчення саморозвитку особистості

“Пізнай себе!” — виклик, що прозвучав ще в епоху античності та поклав початок в історії вивчення саморозвитку. В ті часи відбулось “відкриття людини” та саме цей, досить відомий на сьогоднішній день, афоризм заохочував людей відкритися перед величністю богів.

Платон зазначив, що пізнання — це процес згадування подій і ситуацій, що здійснювалися з душею людини до возз’єднання з тілом. За його словами, у людини відсутні позитивні якості, але їх можна набути в процесі самовдосконалення, шляхом виконання різноманітних вправ.

На думку Декарта, поняття саморозвиток — це рефлексія, тобто звіт самому собі, ніби внутрішнє упорядковане відображення буття. Під час епохи Відродження вважалось, що, коли людина запитує себе про власне призначення та мету існування в цілому, вона проявляє людяність і гуманність. На думку гуманістів, шлях до саморозвитку прокладений через культурний аспект. Тобто саме в культурі людина здатна до самопізнання. А внаслідок розвитку і самовдосконалення у процесі життя, людина змінює ставлення до самої себе [57].

Н. Макіавеллі вважав, що людина під час власного формування повинна покладатися тільки на саму себе. Вона зустрічається сам-на-сам із дійсністю і постає «ковалем самої себе». Г. Лейбніц наголошував на здатності людини розуміти сенс та відповідати за свої вчинки. Г. Гегель у праці «Філософія права» розглядає саморозвиток як перероблення себе в культурі. На його думку, особистість формується та розкривається у спілкуванні з людьми, власній діяльності та прояві. Французький філософ Е. Кант більш глибоко розкрив поняття саморозвитку. Він бачить в саморозвитку зрощування в собі кращого «Я». Е. Кант особливо виділяє «Я – мислячого суб’єкта» та «Я внутрішнього споглядання». Філософ надає

великого значення автономії і свободи «Я». В загальному, у філософії Е. Канта самопізнання набуває соціально-моральний ціннісний аспект. Разом зі своїм внутрішнім «Я» Е. Кант вказує на образ ще одного, існування якого необхідне для створення «внутрішнього суду совісті». Філософ дійшов висновку, що створення в середині себе морального закону і є становленням особистості [17, 36].

К. Юнг підкреслював важливість індивідуації саморозвитку людини. Індивідуація — це істинне розкриття самості, що являє собою поєднання свідомості та несвідомого. Юнг запевняє, що розвиток особистості — дуже важкий і довгий процес, що приречує на самотність. В процесі саморозкриття людина один-на-один із своїми несвідомими процесами, і ніхто не може її від цього звільнити. «Розкриття особистості — це таке щастя, за яке можна дорого заплатити». Життя, на думку К. Юнга, є безкінечним процесом, що потребує від особистості загальної мобілізації внутрішніх сил, тому присутність мудрого вчителя чи близького оточення вимагає від людини повністю брати на себе відповідальність за своє життя [6].

На думку екзистенціалістів, кожному з нас кинуто виклик: у суворій реальності перед нами стоїть завдання наповнити своє життя сенсом. Оскільки зміст і наповненість своєї долі ми обираємо самостійно. В основі визначення людиною свого життя закладена її свобода. Е. Фром переконаний, що свобода і відповідальність за спосіб і стиль свого життя є не зовсім приємною, а деколи і загрозливою ношею. А це, в свою чергу, є перепорою на шляху до саморозвитку, оскільки нема ніяких гарантій, що вибір буде доречним і мудрим [47].

Представники екзистенціальної філософії вважають, що усвідомлення людиною її відповідальності за власне життя провокує біль відчаю, самотність та тривогу. Тобто питання полягає в тому, чи може людина жити чесним і щирим життям з усвідомленням того факту, що більшість випадків в

ньому є випадковими і невизначеними. Важливим внеском у питання саморозвитку є розробки Е. Еріксона. Він досліджує саморозвиток через поняття ідентичності. Ідентичність — це сформований прийнятий образ себе у всіх взаєминах особистості із навколишнім світом, її здатність до істинного вирішення завдань, що виникають на кожному етапі її розвитку. Володіння ідентичністю дає людині змогу впоратися із складними життєвими ситуаціями та сприяє генеруванню детальних стратегій досягнення поставленої мети. Е. Еріксон вважає, що особистісні проблеми є результатом незавершених дій, міркувань, сприйняття себе та світу. І це тільки заважає розвитку особистості. Також швидкі зміни в соціумі породжують незавершене уявлення про себе. За Е. Еріксоном кожна стадія розвитку містить в собі певні обов'язкові завдання, виконання яких породжує набуття фундаментальних цінностей особистості. А невиконання даних завдань призводить до деформації процесу особистісного розвитку на наступних стадіях [13].

С. Рубінштейна саморозвиток називає саморухом. За його словами, всі елементи детерміновані в середині, а не є нав'язаними ззовні. Тобто все, що потрібно людині для саморозвитку, вже є в ній самій. Відповіді на запитання, інструменти та ключі для подолання проблем і складнощів, причини цих же проблем — все це являється однією системою, що замикається в єдине закінчене ціле, кожен елемент якого абсолютно визначений в межах того ж цілого [18].

А. Асєєв вважає, що саморозвиток — це конкретний вид діяльності, спрямований на досягнення певних особистісних меж людиною. Для того, щоб саморозвиток став можливим, потрібні певні умови, такі як наявність протиріччя між поточним станом і бажаним майбутнім, яке дасть енергії для діяльності, а також наявність функціонального резерву, який може бути актуалізований і використаний у регулярному процесі діяльності [7, 8].

Сьогодні психологія розвитку, виховання та самовиховання, «самості», життєвого шляху, суб'єкта, творчості, буття та інші напрямки вивчають різноманітні аспекти саморозвитку, залежно від предметної галузі. Узагальнення основних напрямків дослідницьких зусиль дозволяє виділити основні теоретичні проблеми психології саморозвитку особистості.

Перша група проблем, пов'язаних з психологією саморозвитку, стосується сутності самого явища та його розуміння в контексті психології. Ці проблеми включають визначення терміну «саморозвиток» і його місця в психології. Також необхідно розглянути взаємозв'язок поняття «саморозвиток» з категоріями, що відображають динамічний аспект психологічної реальності, такі як розвиток, саморух, зміна, зростання, активність і інші, а також з категоріями, що починаються з «само-» (самоздійснення, самоактуалізація, самореалізація, самопізнання, самосвідомість, самовиховання і інші). Другий набір психологічних проблем, пов'язаних з саморозвитком, стосується функцій саморозвитку. Ці проблеми охоплюють напрямки саморозвитку, роль саморозвитку у життєвому шляху особистості та в розвитку її індивідуальності [16].

Одна група дослідників асоціює саморозвиток з позитивними самозмінами. Саморозвиток можна розглядати як концепт, що має схоже значення з ідеями особистісного зростання і самовдосконалення. Інший підхід вчених наголошує, що саморозвиток є процесом самозміни, який може мати як позитивний, так і негативний вплив на особистість і суспільство. З такою перспективою саморозвиток може сприйматися як нейтральний процес, що передбачає якісний рух без заздалегідь заданого напрямку. Зерно цієї позиції виражено словами У. Маралова: «Одиницею аналізу саморозвитку є самопобудова особистості в кожний конкретний момент часу покращення чи погіршення себе» [43, 44].

Третя група питань стосується різних аспектів генезису саморозвитку. При вивченні цих питань саморозвиток може розглядатися з двох перспектив: як акт якісної та свідомої самозміни, або як послідовність таких актів, що перетворюються на цілісний процес, який знаходиться впродовж життя та стає способом існування та стратегією життя. З позицій соціальної психології боротьба, конкуренція один з одним змушує людей розвиватися. З діалектичних позицій людині властиві два протилежні прагнення: до руху і до нерухомості (статичності) або, в інших термінах, до зміни та до незмінності. Боротьба цих протилежностей породжує розвиток.

Отже, до вивчення проблеми саморозвитку людство зверталось ще з античності. Науковці, філософи, психологи, соціологи, педагоги задавалися питаннями про саморозвиток, самопізнання та самоактуалізацію впродовж тисячоліть і задаються низкою питань і сьогодні. Це вказує на актуалізацію поняття та на необхідність дослідження. Саморозвиток є однією з основних потреб людини, яка із самого народження прагне розвитку, роблячи перші кроки і вимовляючи нові слова. Саморозвиток — це процес довжиною в життя, це регулярна робота над собою, спрямована на формування та реалізацію своїх можливостей та усунення недоліків. В основі даного лежить прагнення внутрішньої гармонії людини, важливість концентруватися на своїх цілях та бажаннях. Для того самопізнання потрібно навчитися виявляти власні здібності, розвивати їх та знаходити шляхи розкриття свого потенціалу.

1.2 Основні стимули і проблеми саморозвитку особистості

З точки зору сучасного розуміння, свідомий цілеспрямований вибір людини продукує процес саморозвитку. Саморозвиток, на сьогоднішній день, постає об'єктом дослідження соціологів, філософів, психологів та педагогів. Не дивлячись на різноманітні підходи, вчені дійшли спільної думки щодо

трактування даного поняття. Науковці розглядають саморозвиток як здатність особистості впливати на себе, преобразити, стаючи власним об'єктом перетворювальної дії [49, 55]. Для досягнення успіху, важливо зрозуміти, що саморозвиток є необхідною складовою цього процесу. Це означає, що людина має постійно займатись самозростанням та самовдосконаленням. Через активний процес саморозвитку людина набуває нових знань, навичок і досвіду, що допомагає їй стати кращою версією себе. Постійне стимулювання є ключовим аспектом саморозвитку. Це означає, що людина має бути відкритою до навчання, нових викликів і можливостей. Вона повинна постійно шукати способи розширення своїх горизонтів, здобувати нові знання і вміння, що допоможуть їй досягти своїх цілей [59].

Г. Железовська та О. Єлісеєва вказують, що саморозвиток є потребою у формуванні себе як особистості. Цей процес полягає в активній, послідовній, прогресивній та незворотній якісній зміні статусу особистості [25]. В. Моргун та Н. Ткачова описують саморозвиток як новий етап у розвитку особистості, коли людина свідомо працює над самоствердженням, самовдосконаленням та досягненням своїх цілей [39]. Д. Леонт'єв розглядає саморозвиток як діяльність, у якій людина працює над собою з метою розвитку власної сутності та покращення своїх можливостей [37].

Важливими в даному понятті є результати емпіричних досліджень тенденцій і закономірностей самовдосконалення. Наприклад, щодо проблем фізичного самовдосконалення студентів — майбутніх викладачів фізичної культури А. Ахметовим було виявлено наступні найбільш значущі стимули професійного самовдосконалення: 1) стимули самопізнання: усвідомлення особистої значимості самовдосконалення; усвідомлення необхідності підвищити відповідальність перед собою; усвідомлення проблем самореалізації; 2) стимули самовизначення: думка значних інших; інтерес до

предмета; інтерес до самовдосконалення; 3) стимули самоврядування: здатність до об'єктивної самооцінки; здібності до оволодіння новим; здібності до використання можливостей; 4) стимули самореалізації: звичка; високий рівень знань; високий рівень культури спілкування; 5) стимули самовдосконалення: високі результати; соціальне визнання; оволодіння ефективними методами самовдосконалення [9].

Незалежно від того, як хтось може намагатися впливати на особу ззовні і стимулювати її дії, ефективний саморозвиток можливий лише за умови, що сама людина є активним суб'єктом цього процесу. Саморозвиток особистості – це складний багаторівневий процес, що передбачає якісну самостійну зміну суб'єкта з метою досягнення власної мети, де основною рушійною силою та натхненником є сама людина, яка мотивує себе до активного розвитку свого потенціалу в духовному та соціально-психологічному плані [21]. Як правило, саморозвиток здійснюється на основі активізації процесів рефлексії, самооцінки, самоідентифікації та соціалізації та передбачає впевнене, ефективне власне представлення особистості соціуму в деякій новій якості. Тому управління саморозвитком залежить від власних потреб та бажань, власного керування ресурсами та можливостями, а також від уміння справлятися з труднощами та проблемами на шляху до кращої версії себе [10, 26].

У літературі найчастіше розуміння саморозвитку охоплюється з двох позицій – перша з них відноситься до користі, тобто з врахуванням внеску особистості в суспільний розвиток, а друга – з теорії потреб, яка може бути актуалізована як у самій людині, так і в суспільстві. Наприклад, Н. Калініна зазначає у своєму дослідженні, що в сучасному суспільстві все більше цінується людина, здатна до саморозвитку, яка має можливість використовувати свої інтелектуальні, емоційні та інші ресурси, має нахил до самостійного вибору та творчої активності [3, 30].

За словами А. Маслоу, потреба в самоактуалізації займає найвищу позицію у піраміді людських потреб. Це означає, що коли ця потреба задоволена, людина віддає себе повністю процесу саморозвитку, який є цінністю самі по собі. Особистість, що розвивається, вносить значний вклад у соціальний прогрес, сприяє розвитку цивілізації та задовольняє потреби як суспільства, так і самої людини у самоактуалізації. Незважаючи на труднощі, стрес і емоційні переживання, цінність саморозвитку полягає в тому, що він в кінцевому підсумку сприяє підтримці і підвищенню якості життя окремих осіб і суспільства в цілому, не тільки через внесок особистості у розвиток цивілізації, але й задоволення їхніх соціальних та особистісних потреб [45].

Коли людина стає на шлях саморозвитку, її очікування, зазвичай, переважно позитивні та мотиваційно налаштовані. Але варто взяти до уваги можливі ризики та проблеми, що час-від-часу в будь-якому випадку виникатимуть на шляху самовдосконалення. 1) Незалежно від того, наскільки сильно індивід прагне досягнути своїх життєвих цілей та успіху, завжди існує ризик зазнати невдачі. Це може мати форму не досягнення поставлених цілей або відсутності визнання заслуг соціумом або окремими людьми. Такі ситуації є досить поширеними в житті. Як результат, індивід може втратити віру в себе, у свої можливості, у справедливість світу, що має негативний вплив на його психологічне здоров'я. 2) Іншою проблемою може бути вибір неадекватних методів та засобів для саморозвитку. Процес саморозвитку є складним та вимагає значних зусиль, включаючи постановку чітких цілей та вибір ефективних психологічних інструментів для їх досягнення. Невдало обраний інструментарій може негативно вплинути на самопочуття людини та її стан; 3) Проблема перебування в стані незнання є серйозною перешкодою на шляху саморозвитку. Важливо розуміти, що досконалість недосяжна, але завжди можна наближатися до неї, постійно поповнюючи свої знання та навички. 4) Відсутність інтересу до себе викликає відторгнення до

самовдосконалення; 5) невміння використовувати рефлексію та ідентифікацію (засоби самопізнання); 6) нездатність прийняти свою особистість; страх зниження власної самооцінки; 7) егоцентризм [44].

Це тільки деякі загрози, які підстерігають людину в процесі її саморозвитку. Однак і вони показують, що, визнаючи безумовну цінність саморозвитку, не можна ігнорувати і ті небезпеки, які кожного з нас чекають на цьому шляху. У ряді випадків особистість сама здатна впоратися з цими загрозами, в інших – їй необхідно надати відповідну допомогу принаймні в усвідомленні небезпек і шляхів їх нейтралізації.

Таким чином, небезпеки саморозвитку не нівелюють цінність саморозвитку, а навпаки, посилюють її. Нагородою для самої особистості є усвідомлення свого особистісного зростання, відчуття повноти життя, того факту, що вона має сенс, оскільки зробила свій посильний внесок у її утвердження і продовження, подолавши неминучі труднощі та небезпеки.

1.3 Самоактуалізація особистості

Вперше поняття «самоактуалізації» почав досліджувати А. Маслоу, хоча до нього поняття фігурувало в декількох працях З. Фрейда, К. Юнга, А. Адлера та ін. Представники даних шкіл висувають різні гіпотези стосовно джерел розвитку особистості. В основі теорії самоактуалізації закладені важливіші проблеми психологічної і філософської інтерпретації феномену особистості: її суті, рушійних сил, умов та механізмів розвитку. Одні бачать їх в біологічно обумовлених причинах, другі — в соціальних, суспільно-культурних факторах, а треті — в самосвідомості. Нерідко провідні положення перерахованих теорій суперечать одна одній через різні вихідні позиції та методологію їх розробників. Велику методологічну цінність представляє гуманістична психологія, що склалася до 60-х років ХХ століття в західноєвропейських та американських школах, яка виступила своєрідною

альтернативою багатьох теоретичних положень фрейдизму та біхевіоризму: можна назвати роботи К. Бюлера, С. Джерарда, Р. Мей, Г. Олпорта, К. Роджерса, В. Франкла та інші [27, 56].

У рамках гуманістичного підходу вперше до центру вивчення було поставлено «цілісну» людину з усіма властивими їй індивідуально неповторними особливостями. Ідея цінності кожної людини, уявлення про її право на вільний розвиток та прояв власних здібностей досі актуальні та інтенсивно розвиваються у сучасній науці. Саме ці ідеї стали відправною точкою для активної розробки проблеми самоактуалізації. А. Маслоу висунув самоактуалізацію в центр своєї концепції особистості, взявши за основу термін К. Голдштейна «self actualization». Він позначив поняттям «самоактуалізація» феномен позитивного потенціалу особистості. На думку А. Маслоу, опора на самоактуалізацію дозволяє людині реально сприймати світ, інших людей, усвідомити своє місце в житті, розвинути багатство емоційної та інтелектуальної сфер, психічне здоров'я. Вчений обґрунтовано вважав, що в кожного індивіда є своє власне «Я», на яке він може і повинен спиратися у своїй діяльності, щоб бути тим, ким є потенційно. А. Маслоу довів, що нездатність до самоактуалізації говорить про психічне нездоров'я. Отже, виключаючи феномен самоактуалізації, ми вивчаємо здорову особистість крізь призму хворобливості, що є неприпустимим. Теоретично за А. Маслоу розвиток особистості представлено як сходження сходами потреб. У своїй широко відомій «піраміді» (або «трикутнику потреб») вчений зводить самоактуалізацію на саму вершину, стверджуючи, що потреби вищих рівнів можуть бути задоволені тільки після проходження рівнів нижче. Самоактуалізація особистості можлива лише після реалізації потреб: 1) фізіологічних; 2) бути у безпеці; 3) бути коханим, відчувати прихильність та приналежність до певної соціальної групи; 4) користуватися повагою та визнанням. Ідеї та підхід А. Маслоу оспорювалися багатьма вченими.

Зокрема, К. Роджерс та В. Франкл розглядали самоактуалізацію як природний мотив будь-якої людини незалежно від ступеня задоволеності інших потреб. Такої ж думки дійшов під кінець життя і сам А. Маслоу. Однак все одно не можна заперечувати значущість задоволеності потреб перших чотирьох рівнів, особливо при розробці та створенні умов самоактуалізації у професійній чи навчальній діяльності [28].

А. Маслоу стверджує, що процес самоактуалізації пов'язаний зі знаходженням ідентичності та уникненням відчуження особистості. Згідно з його теорією, кожна людина народжується з власним набором якостей та здібностей, які становлять її «Я» і «самість». Ці властивості необхідно усвідомити та виявити у своєму житті та діяльності, оскільки саме усвідомлені прагнення та мотиви є основою людської особистості [48].

Самоактуалізація передбачає розкриття в особистості різноманітних властивостей таких як: наявність набору зрілих цінностей, в тому числі екзистенційна цінність життя «тут і тепер», прагнення до творчості, спонтанність, потреба у пізнанні, автономність, розвиток комунікативних, організаторських та інших схильностей, а також саморозуміння, аутосимпатія, мотивація до успіху і т.д [12].

Проте процес самоактуалізації зіткнувся зі складнощами та перешкодами, такими як неврози, невпевненість та нерозуміння оточуючих. Багато людей відмовляються від бажання проявити себе та самоактуалізуватися, що призводить до зупинки їх зростання та розвитку. А. Маслоу встановив, що невротики є людьми, у яких нерозвинена чи неусвідомлена потреба у самоактуалізації. Отже, суспільство є необхідним для людини, оскільки вона може проявити себе та самоактуалізуватися лише серед інших людей. Згідно з теорією А. Маслоу, суспільство заважає процесу самоактуалізації людини, тому що воно прагне зробити її подібною до інших членів спільноти, зведенням до шаблонного представника свого середовища.

Це призводить до відчуження особистості від її сутності та індивідуальності та спричинює конформність. З іншого боку, відчуження підтримує «самість» та індивідуальність особи, але також перешкоджає можливості самоактуалізації. Таким чином, для успішного розвитку людини необхідно зберігати рівновагу між цими механізмами. А. Маслоу вважає, що оптимальним є ідентифікація в зовнішньому плані та взаємодії з оточуючим світом та відчуження у внутрішньому плані, щодо особистісного розвитку та розвитку самосвідомості [31].

Самоактуалізація найтіснішим чином пов'язана з процесами розвитку, саморозвитку і особистісного зростання, але це не тотожні явища. Самоактуалізація виступає одночасно умовою особистісного зростання та його результатом. Самоактуалізація (як процес) — це вершина саморозвитку людини, як вважав А. Маслоу. Вона супроводжує всі етапи життєдіяльності людини: починаючи зі стартової стадії індивідуалізації, проходячи всі стадії особистісного розвитку, рухає індивіда у напрямі зрілості особистості. Тісний зв'язок із процесом саморозвитку обумовлює для самоактуалізації безперервність та якісні зміни. Одне з джерел еволюції самоактуалізації — прагнення особистості до подолання невідповідності між рівнем свого розвитку та конкретними соціальними умовами [33].

Таким чином, поняття «самоактуалізації» поєднує всі три дії, виступаючи як складний процес, що включає і самопрояв, і самореалізацію, і саморозвиток особистості, що передбачає розкриття в особистості всіх різноманітних властивостей та якостей власного потенціалу, закладених у людині природою.

1.4 Самосвідомість і самооцінка особистості

Саморозвиток включає в себе багато складових, одною з яких є самосвідомість. Свідомість є вищим рівнем психічного відображення,

притаманним лише людині як суспільно-історичній істоті. Вона представляє собою уявлення в психіці людини про ідеальні образи дійсності, своєї діяльності та самої себе. Свідомість людини обмежується відображенням зовнішніх об'єктів, але може бути спрямована на її власну діяльність та внутрішній світ. У психології самоусвідомлення людини про себе розглядається як особливий феномен. Самосвідомість, відмінно від свідомості, на осмисленні людиною своїх дій, почуттів, думок, мотивів поведінки, інтересів та своєї соціальної позиції. Свідомість означає знання про інших, в той час як самосвідомість – це знання про самого себе. Свідомість охоплює весь об'єктивний світ, в той час як самосвідомість зосереджується на самій особистості, що виступає одночасно і об'єктом, і суб'єктом пізнання [50].

Увага І. С. Кона і І. В. Дубровіна [32] зосереджується на тому, що самооцінка є необхідною внутрішньою умовою для регулювання поведінки та діяльності. Включаючи самооцінку до структури мотивації, особистість підтримує постійний взаємозв'язок між своїми здібностями, внутрішніми психологічними резервами, цілями та засобами діяльності.

В психологічних дослідженнях самооцінка розглядається як емоційно-оціночний аспект. Вона є особистісною формацією, що відіграє пряму роль у регулюванні поведінки та діяльності. Самооцінка розглядається як автономна характеристика особистості, її центральний компонент, який формується через активну участь самої особистості та відображає якісну особливість її внутрішнього світу. В контексті дослідження самосвідомості самооцінка має визначальну роль: вона є основою цього процесу, показником індивідуального рівня його розвитку, інтегруючим елементом та особистісним аспектом, що органічно вписується в процес самоусвідомлення [41].

У вітчизняній психології основою методологічного підходу до розуміння особистості і самооцінки є принципи розвитку, детермінованості, єдності свідомості і діяльності. Особистість розглядається в контексті її реальних взаємовідносин, у конкретних соціальних ситуаціях, як суб'єкт практичної та теоретичної діяльності. У загальному процесі формування особистості, самооцінка виступає як значущий елемент, що визначає особистісні якості, потенціал, напрямок, активність та суспільну значимість. У зарубіжній психології специфіка розуміння особистості часто відображається у трактуванні самооцінки: вона може розглядатись як конфліктна, так само, як і особистість, або як протиставлення між справжнім і демонстративним уявленням про себе [20, 35].

Сучасні дослідження привертають увагу до протилежності основних факторів, які впливають на формування самооцінки. За одним підходом, акцент робиться на значенні спілкування з оточуючими для розвитку самооцінки. За іншим підходом, основна роль приділяється власній діяльності людини. В дослідженнях, що розглядають самооцінку з інтеракціоністської перспективи, визнається, що «інший» виступає важливим джерелом розвитку самооцінки. У гуманістичній психології більше уваги приділяється внутрішнім факторам розвитку самооцінки, таким як емоції та потреби суб'єкта. Неофрейдистський напрямок також акцентує роль емоційно-мотиваційної сфери при вивченні умов формування самооцінки. Крім того, К. Роджерс вказує, що самооцінка формується на основі оцінки іншими людьми, і для позитивної Я-концепції та адекватної самооцінки людина повинна відчувати себе прийнятою, що є ключовою умовою для подальшої самоактуалізації [24].

Різні підходи до розуміння самооцінки свідчать про її складну та багатогранну природу як психологічного явища. Самооцінка має два взаємопов'язані аспекти: процесуальний і структурний. В психологічній

літературі самооцінка визначається двома способами: з одного боку, як активна характеристика особистості, що регулює її поведінку та діяльність, як центральний компонент особистості, що формується самою особистістю і відображає якість її внутрішнього світу, а з іншого боку, як сукупність оцінок та показників, що відображають особистісну формацію [34].

Для досягнення адекватної самооцінки необхідно враховувати три важливі аспекти. По-перше, велику роль у становленні самооцінки відіграє порівняння між реальним образом себе і ідеальним образом, який відображає уявлення про те, якою особою хотілося б стати. Важливим впливом на самооцінку є процес інтеріоризації соціальних реакцій, що означає, що людина формує оцінку себе відповідно до того, як її сприймають та оцінюють інші люди. По-друге, самооцінка також впливає на сприйняття успішності своїх вчинків та проявів, а це відбувається через призму ідентичності, тобто того, як людина сприймає себе в контексті своїх цінностей, вірувань та досягнень. Експериментальні дослідження підтверджують, що люди здатні досягати адекватної оцінки своїх якостей та можливостей [2].

Аналіз самооцінки відображає особливі схеми, які людина створює, щоб узагальнити свій минулий досвід, організувати та структурувати нову інформацію про себе в певному контексті. Експериментальні дослідження підтверджують, що самооцінка, хоча може бути явною або прихованою, присутня в будь-якому описі самого себе. Вся спроба самооцінки містить оцінковий компонент, який оперує в межах загальновизнаних норм і очікувань. За теорією Р. Бернса, самооцінка є змінною, що залежить від контексту і обставин. Індивідуальні уявлення про себе стають джерелом оцінювальних реакцій, які відображаються нормативно в соціокультурному оточенні та мовленнєвих конструкціях [14].

Ранній юнацький вік є критичним періодом для розвитку самосвідомості та самооцінки, оскільки самопізнання проходить найбільш інтенсивно. У цьому віці самооцінка підлітків істотно залежить від оцінок їх ровесників, тоді як юнаки більше спираються на свою власну самооцінку, ніж на думки інших [1, 40]. Тому ранній юнацький вік є таким переломним в контексті самосвідомості, яка згідно з дослідженнями І. С. Кона продовжує або вже завершує своє формування. Самооцінка стає все більш важливим регулятором поведінки, хоча значення оцінок оточуючих все ще має значення [32].

Згідно з В.С. Мерліном, самосвідомість є складною психологічною структурою, що складається з декількох компонентів. Перш за все, це усвідомлення власної тотожності, тобто усвідомлення особистої ідентичності. Другий компонент полягає в усвідомленні власного активного «Я» як суб'єкта дії. Третій компонент включає усвідомлення своїх психічних властивостей та якостей. Нарешті, четвертий компонент передбачає структуру соціально-моральних самооцінок. Усі ці компоненти мають функціональну та генетичну зв'язаність, але їх формування відбувається неодноразово [51]. Формування свідомості про власну ідентичність розпочинається навіть у ранньому дитинстві, коли немовлята виявляють здатність розрізняти зовнішні враження від внутрішніх відчуттів у своєму тілі. Зазвичай свідомість «Я» проявляється близько трьох років, коли дитина починає правильно використовувати особисті займенники. Усвідомлення своїх психологічних характеристик та самооцінка набувають особливого значення особливо в підлітковому віці. Однак, оскільки ці компоненти взаємопов'язані, розширення одного з них неодмінно впливає на всю систему в цілому [19, 52].

У визначенні, запропонованому А.Г. Спіркіном, самосвідомість розуміється як свідоме сприйняття та оцінка особою своїх дій і їх

результатів, своїх почуттів, думок, інтересів, ідеалів та мотивів поведінки. Це цілісна оцінка себе і власного місця у житті. Самосвідомість є важливою складовою особистості, яка формується разом з розвитком особистості [54].

Самосвідомість, за своїм предметом, відрізняється від свідомості, оскільки спрямована на саму себе. У той же час, вона включає свідомість як один з її елементів, оскільки орієнтована на розуміння власної сутності. Якщо свідомість є особистою умовою сприйняття зовнішнього світу та знання про нього, то самосвідомість є спрямуванням людини на розуміння самої себе, знання про власну особистість. Це як своєрідне «духовне світло», що освітлює як саму себе, так і інших [15, 47].

Завдяки самосвідомості, людина сприймає себе як унікальну і роздільну від природи та інших істот. Вона стає об'єктом усвідомлення як для інших, так і для себе. Основне значення самосвідомості, за поглядом А.Г. Спіркіна, полягає в усвідомленні нашого власного існування, свідомості про себе або нашого «Я». Це свідомість нашої індивідуальності та існування в світі [20].

Розвиток самосвідомості особи неможливий без активного процесу самопізнання, який передбачає заповнення самосвідомості важливими елементами, що сприяють встановленню зв'язку між людиною, культурою та суспільством в цілому. Цей процес відбувається через активну взаємодію реального спілкування та завдяки ньому, в контексті життєдіяльності суб'єкта та його конкретної діяльності. Це означає, що людина отримує уявлення про себе, свої цінності, переконання та роль у соціумі, проникаючи у глибину своєї свідомості та вивчаючи свої можливості, обмеження та потреби через взаємодію з оточуючими людьми та своє оточення [23].

Феномени самопізнання обговорюють питання про способи, якими відбувається процес самопізнання, включаючи усвідомлення того, що вже усвідомлено, прийнято або перетворено на частину «Я» суб'єкта і його

особистості, а також які форми виражаються результатами цього процесу у самосвідомості. Основними питаннями є розуміння того, як людина визначає себе, як вона розуміє свої цінності, переконання та ідентичність, а також які зміни та розвиток відбуваються у процесі самопізнання, що впливає на самосвідомість та формування особистості [42].

Людська здатність до самосвідомості та самопізнання представляє собою унікальну властивість, яка відрізняє людину від інших істот. Ця здатність дозволяє людині свідомо сприймати себе як суб'єкта своєї власної свідомості, комунікації та діяльності, увійти в прямий зв'язок зі своєю внутрішньою сутністю. Вона дозволяє людині розмірковувати про свої думки, переживання, мотивації та цілі, сприяючи формуванню свідомого відношення до самої себе і саморефлексії. Це особлива характеристика людини, яка відіграє важливу роль у її розвитку та взаємодії з навколишнім світом [53].

Я-концепція є живою та змінною системою уявлень, що відображають сприйняття людиною своєї особистості. Вона включає усвідомлення фізичних, інтелектуальних та інших аспектів своєї ідентичності, а також власну самооцінку. Поняття «Я-концепція» визначається Р. Бернсом, видатним англійським психологом, як комплекс уявлень, які людина має про себе, і які є суб'єктивно оцінюваними. Вона є індивідуальною, оскільки кожна людина має свою власну унікальну Я-концепцію, яка формується на основі власного сприйняття та інтерпретації зовнішніх впливів на свою особистість.

Компонент Я-концепції, що описує уявлення про себе, часто визначають як образ або картину Я. Також існує складова, що відноситься до власного ставлення до себе та до окремих аспектів своєї особистості, і цю складову називають самооцінкою або прийняттям себе. Я-концепція, насправді, визначає не тільки те, якою особою є індивід, але й які думки він

має про себе, як він сприймає свою активну роль та потенціал для майбутнього розвитку. Це комплексне уявлення формується на основі власного сприйняття, роздумів та оцінки своєї ідентичності [5, 11].

Поступово, засновуючись на рефлексивних процесах, розвивалася здатність до формування більш чи менш чітких уявлень про себе. Ці уявлення включали опис якостей та потенціалу, на основі яких формувався образ власного «Я» (самосвідомість), а також супроводжувалися емоційною оцінкою [4]. Самосвідомість особистості, яка проявляється у різних аспектах її життя, є результатом процесу її розвитку і формування в унікальних умовах, що впливають на кожну особу індивідуально. Процес розвитку особистості передбачає постійні зміни в самооцінці, самоповазі та самопочутті, що впливають на динаміку самосвідомості. Ступінь відповідності образу Я реальному Я визначається через один з найважливіших аспектів – самооцінку особистості [46, 52].

Отже, самосвідомість є найвищим рівнем розвитку свідомості, що становить основу для формування розумової активності та самостійності особистості в її судженнях та діях. В цілому, самосвідомість можна описати як спосіб, яким людина уявляє собі себе та ставиться до себе. Ці образи та відносини неодмінно пов'язані з прагненням до самозміни та самовдосконалення. Одним з найвищих виявів самосвідомості є спроба знайти сенс у своїй діяльності, що часто поширюється й на спроби знайти загальний сенс життя. Самооцінка, з одного боку, вважається найважливішим аспектом формування особистості, що активно бере участь у власному життєтворенні. Вона є автономною характеристикою особистості її центральним компонентом, що розвивається за активної участі людини та відображає якісну особливість її внутрішнього світу. У центрі самооцінки знаходяться цінності, які є її основою. З іншого боку, самооцінка виступає як ключовий показник рівня розвитку самосвідомості. У трьохкомпонентній

моделі Я-концепції, самооцінка найчастіше пов'язується з емоційно-ціннісним ставленням суб'єкта до себе, а рідше – з образом Я або загальною концепцією Я. Проте, варто відзначити, що на практиці розрив між оцінкою та пізнанням суб'єкта про себе може бути складним, а іноді навіть неможливим.

Висновки до 1 розділу

Здійснивши теоретичний аналіз наукових досліджень, ми дійшли висновку, що саморозвиток особистості в ранньому юнацькому віці – це складний багаторівневий процес, що базується на внутрішній мотивації та потенціалі людини та передбачає якісну самостійну зміну суб'єкта з метою досягнення власної мети, де основною рушійною силою є сама особистість.

Саморозвиток особистості включає в себе самосвідомість, що в ранньому юнацькому віці ще продовжує або завершує своє формування. Саморозвиток також включає в себе такі складові, як самоактуалізація, саморозуміння, самооцінка, аутосимпатія, креативність, самопізнання та ін., що сприяють якісній самореалізації особистості.

Нами були вивчені основні стимули саморозвитку особистості, а саме: 1) стимули самопізнання; 2) стимули самовизначення; 3) стимули самоврядування; 4) стимули самореалізації; 5) стимули самовдосконалення. Також були проаналізовані основні проблеми саморозвитку такі, як: 1) ризик зазнати невдачі; 2) вибір неадекватних методів та засобів для саморозвитку; 3) перебування в стані незнання; 6) нездатність прийняти власну особистість; 7) егоцентризм. Виявлені небезпеки, що підстерігають людину в процесі її саморозвитку не нівелюють його цінність, а навпаки, посилюють її. Оскільки нагородою для самої особистості є усвідомлення власного особистісного зростання, відчуття повноти життя та його сенсу.

Дослідження саморозвитку особистості було і залишається актуальним, оскільки кожна людина прямує до розвитку і зростання з самого народження через самопізнання, саморозуміння, саморозкриття і самореалізацію. Проаналізовані теоретичні знання слугують основою для подальшого дослідження та розробки психокорекційних заходів для сприяння саморозвитку та самореалізації особистості в ранньому юнацькому віці.

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ САМОРОЗВИТКУ СТУДЕНТІВ У РАННЬОМУ ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ

2.1 Характеристика вибірки та організація емпіричного дослідження

Для реалізації мети та завдань емпіричного дослідження, а також перевірки гіпотези, ми провели емпіричне дослідження за рядом обраних методик.

Дослідження проводилося у квітні 2023 року. Вибірка складалась з 60 учнів Чернівецького політехнічного фахового коледжу. У дослідженні взяли участь 32 студенти спеціальності «Архітектура та містобудування» (далі - архітектори) і 28 студентів спеціальності «Інженерія програмного забезпечення» (далі - програмісти). Вік досліджуваних в середньому становив 16 років. Дослідження було проведено за допомогою платформи Google Forms.

Проведення емпіричного дослідження передбачало виконання таких завдань:

1. Підібрати та обґрунтувати набір психодіагностичних інструментів для здійснення емпіричного дослідження.
2. Здійснити аналіз та тлумачення отриманих результатів дослідження;
3. Розробити психокорекційні заходи для сприяння і розвитку самосвідомості особистості.

Для аналізу отриманих результатів була використана кількісна обробка, яка засновувалась на методах математичної статистики. В межах цих методів була проведена описова статистика, що включала розрахунки відсотків, а також застосований кореляційний аналіз (з використанням коефіцієнта кореляції Пірсона r).

Для дослідження нами було використано наступні методики.

Опитувальник діагностики самоактуалізації особистості – САМОАЛ (А.В.Лазукін в адаптації Н.Ф.Каліної)

Нижче пропонується ще одна адаптація тесту РОІ – опитувальник САМОАЛ [29]. Дана методика була розроблена з урахуванням унікальних особливостей самоактуалізації в сучасному постіндустріальному суспільстві. Крім того, відбулись значні зміни в структурі опитувальника: типи шкал та формування діагностичних суджень. Перший варіант цієї методики, відомий як САМОАЛ, був створений в період з 1983 по 1994 року, в стандартизації та валідації якого брав участь психолог О.В.Лазукін.

Методика включає 100 парних тверджень, з яких учасник опитування повинен обрати одне твердження в процесі проходження опитування. Твердження розподілені за 11 шкалами, методика передбачає розрахунок «загального показника самоактуалізації» [17].

Нижче наведений опис шкал опитувальника САМОАЛ

1. Шкала орієнтації в часі відображає, наскільки людина активно живе в теперішньому моменті, не відкладаючи своє життя на потім і не шукаючи притулку у минулому. Високий показник свідчить про осіб, які мають глибоке розуміння значення "тут і зараз" і вміють насолоджуватися моментом, без порівнянь зі своїми минулими досвідом і досягненнями та без знецінень майбутніх можливостей. Низький результат вказує на те, що людина перебуває усередині своїх минулих переживань, має надмірне прагнення до досягнень, виявляє недовіру та невпевненість у собі.

2. Шкала цінностей. Високий показник свідчить про те, що особа поділяє цінності самоактуалізованої особистості, які Абрахам Маслоу включав до них, такі як цілісність, самодостатність, простота, гра, порядок, краса, відсутність конфлікту, добро, життєвість, істина, унікальність і досконалість. Перевага даних цінностей свідчить про бажання досягти

гармонії у своєму житті та підтримувати здорові стосунки з іншими людьми, уникаючи маніпуляцій в своїх інтересах.

3. Погляд на природу людини оцінюється як позитивний (високий бал) або негативний (низький бал). Ця шкала відображає віру в потенціал людей та їхні можливості. Високий показник може розглядатися як основа для встановлення щирих та гармонійних міжособистісних стосунків, виявлення природної симпатії, віра в людей, чесність, відсутність упереджень та доброзичливість.

4. Потреба в пізнанні. Високий рівень за цією шкалою характерний для особистості, що самоактуалізується, завжди проявляють високу потребу у пізнанні та відкритості новому досвіду. Ця шкала відображає їх потужність для миттєвого усвідомлення, безкорисливу пристрасть до нового та цікавість до об'єктів, незалежно від задоволення інших потреб. Пізнання такого типу, за Маслоу, є більш точним і ефективним, оскільки його процес не впливається бажаннями та потягами, не веде до суджень, оцінювань та порівнянь. Людина просто сприймає те, що є, і цінує його.

5. Прагнення до творчості або креативність є необхідним елементом самоактуалізації, який може бути охарактеризований як творчий підхід до життя.

6. Автономність є основним показником цілісності, психічного здоров'я і повноти життя особистості, згідно більшості гуманістичних психологів. Це поняття включає такі аспекти, як життєвість і самопідтримка у Ф. Перлза, внутрішньо направлене ставлення у Д. Рисмена, і зрілість у К. Роджерса. Особа, яка самоактуалізується, є автономною, незалежною і вільною, але це не означає відчуження або самотність.

7. Спонтанність є рисою, що бере свій початок із впевненості в собі та довіри до світу, і характерна для самоактуалізованих людей. Якщо рівень спонтанності на шкалі є високим, це свідчить про те, що самоактуалізація

стала не просто мрією або прагненням, а способом життя. Прояв спонтанної поведінки обмежується культурними нормами, і природну спонтанність можна спостерігати, можливо, лише у маленьких дітей. Спонтанність відображає цінності, такі як свобода, природність, гра та легкість без зусиль.

8. **Саморозуміння** є якістю, що вказує на чутливість та відчуття особи щодо власних бажань і потреб. Високий показник на цій шкалі вказує на відсутність психологічних захистів, які перешкоджають адекватному сприйняттю та оцінці себе, і про несхильність змінювати власні вподобання і оцінки згідно соціальних стандартів. Показники спонтанності, саморозуміння і аутосимпатії взаємопов'язані. Низький бал на шкалі саморозуміння характерний для невпевнених людей, які орієнтуються на думку оточуючих.

9. **Аутосимпатія** є основою психічного здоров'я та цілісності особи. Низький бал на шкалі аутосимпатії спостерігаються у невротичних, тривожних та невпевнених у собі людей. Аутосимпатія не означає бездумного самовподобання або відсутності критики до себе, а просто є добре усвідомленою "Я-концепцією", що допомагає підтримувати стабільну та адекватну самооцінку.

10. **Шкала контактності** визначає ступінь товариськості особи та її здатність до установаження доброзичливих і тривалих стосунків з іншими людьми. У контексті опитувальника САМОАЛ, контактність розглядається як загальна схильність до взаємовигідних та приємних контактів з оточуючими, а не лише як ефективне спілкування чи рівень комунікативних навичок.

11. **Шкала гнучкості в спілкуванні** вказує на наявність або відсутність соціальних стереотипів і здатність до адекватного та прийняттого самовираження під час спілкування. Високі показники на цій шкалі вказують на здатність до автентичної взаємодії з оточуючими та відкритості у самовираженні. Люди з високими результатами на цій шкалі більш

налаштовані на особистісне спілкування і не мають тенденції до маніпуляцій. З іншого боку, низькі показники на цій шкалі властиві людям, які виявляють ригідність, негнучкість і не відчують впевненості у своїй привабливості. Вони можуть сумніватись, чи сприятливе їхнє спілкування для співрозмовника, і таке спілкування може не приносити задоволення.

Результати на шкалі розподіляються так: 0-5 балів вказують на низький рівень розвитку, 5-10 балів – на середній рівень, а 10-15 балів характерні для високого рівня самоактуалізації [17].

Примітка. Шкали 1, 3, 4, 8, 10 і 11 мають 10 пунктів, тоді як інші шкали мають 15 пунктів. Щоб забезпечити можливість порівняти результати, треба помножити кількість набраних балів за шкалами 1, 3, 4, 8, 10 і 11 на 1,5. Після цього результат можна виразити у відсотках. Наприклад, максимальний бал за кожною з цих шкал - 15, що відповідає 100% результату. Таким чином, якщо набрано X балів, це буде еквівалентно X% від максимального можливого результату [17].

Опитувальник діагностики комунікативних і організаторських схильностей – КОС-2 (Б. А. Федоришин, В. В. Синявський)

Методика КОС-2 Б. Федоришина є психологічним інструментом, який використовується для вимірювання рівня комунікативних та організаторських схильностей у підлітків [58]. Розроблена українським психологом Богданом Федоришином, ця методика є модифікацією попередньої версії КОС-1.

Основна мета методики КОС-2 полягає в оцінці рівня комунікативної компетенції особистості, її здатності спілкуватися з оточуючими, включаючи ровесників, дорослих, а також для виявлення проблем у соціалізації.

Дана методика містить 40 тверджень, на які досліджуваним потрібно відповісти «так» або «ні».

Обробка результатів. Для обробки результатів за шкалою комунікативних схильностей враховуються відповіді «так» на питання 1, 5, 9, 13, 17, 21, 29, 33, 37, а також «ні» на питання за номерами 3, 7, 11, 15, 19, 23, 27, 31, 35, 39. Аналогічно для підрахування результатів за шкалою організаторських схильностей враховуємо відповіді «так» на наступні питання: 2, 6, 10, 14, 18, 22, 26, 30, 34, 38, а також відповідь «ні» на питання 4, 8, 12, 16, 20, 24, 28, 32, 36, 40.

Коефіцієнт комунікативних або організаторських схильностей (К) можна обчислити як співвідношення кількості відповідей, що збігаються із ключем (Х), до загальної кількості питань, яка становить 20. Отримані значення К за формулою $K = 20 / X$ будуть варіюватися від 0 до 1. Значення, що наближаються до 1, вказують на високий рівень комунікативних або організаторських схильностей, тоді як значення, що наближаються до 0, вказують на низький рівень. Оціночний коефіцієнт (К) є першою кількісною мірою оцінювання результатів тестування. Шкали оцінок використовуються для забезпечення якісної стандартизації результатів дослідження, де певним діапазнам значень К відповідають визначені оцінки.

Шкала оцінок комунікативних схильностей:

- 0,10-0,45 – 1 – Низький рівень;
- 0,46-0,55 – 2 – Нижче середнього;
- 0,56-0,65 – 3 – Середній;
- 0,66-0,75 – 4 – Високий;
- 0,76-1 – 5 – Дуже високий.

Шкала визначення рівня організаторських схильностей:

- 0,20-0,55 – 1 – Низький;
- 0,56-0,65 – 2 – Нижче середнього;
- 0,66-0,70 – 3 – Середній;
- 0,71-0,80 – 4 – Високий;

0,77-1 – 5 – Дуже високий.

Оцінка «1» характерна для людей із низьким рівнем схильностей до комунікативної та організаторської діяльності. Це свідчить про значні складнощі у встановленні контактів з іншими людьми.

Оцінка «2» свідчить про рівень нижче середнього. Характерна для особистостей, що не проявляють бажання спілкуватись, відчують себе обтяженими у нових компаніях, віддають перевагу проводити час на самоті, мають обмежені знайомства та труднощі у встановленні контактів з людьми, не впевнено виступають перед аудиторією, мають наявні проблеми з орієнтацією в невідомих ситуаціях, складнощі у відстоювання власних думок та інтересів. Не виявляють ініціативи у громадській діяльності та уникають самостійного прийняття рішень у багатьох справах.

Оцінка «3» – показник середнього рівня комунікативних та організаторських схильностей свідчить про активне бажання особистості встановлювати зв'язки з іншими людьми та про здатність ефективно планувати та виконувати роботу. Проте потенціал даних схильностей не є стійким.

Оцінка «4» характерна для людей із високим рівнем даних схильностей. Для них властива швидка адаптивність у нових ситуаціях, прагнення розширювати своє коло знайомств, займатись громадською діяльністю і т.д. Яскрава ініціативність у спілкуванні і активна участь в організації громадських та інших заходів.

Оцінка «5» свідчить про дуже високий рівень даних схильностей. Таким людям притаманна швидкість і гнучкість у складних ситуаціях, легка адаптивність у нових колективах, ініціативність, залученість, самостійність та стійкість.

Методика діагностики особистості на мотивацію до успіху (Т. Елерс)

Методика розроблена для виявлення мотиваційної спрямованості особистості на досягнення успіху [38].

Методика налічує 41 твердження, на які опитувані мають відповісти «так» або «ні». Рівень мотивації до успіху оцінюється кількістю балів, які збігаються з ключем.

Обробка результатів включає нарахування 1 балу за кожну відповідь «так» на питання за номерами 2-10, 14-17, 21, 22, 25-30, 32, 37, 41 та «ні» на питання 6, 13, 18-20, 24, 31, 36, 38 та 39. Відповіді на питання 1, 11, 12, 19, 23, 33-35, 40 – не враховуються. Підраховується сума набраних балів.

Від 1 до 10 балів – низька мотивація до успіху;

Від 11 до 16 балів – середній рівень мотивації до успіху;

Від 17 до 20 балів – високий рівень мотивації до успіху;

Понад 21 бал – дуже високий рівень.

Методика визначення рівня самооцінки (Г. М. Казанцева)

Дана методика розроблена Г.М.Казанцевою з метою визначення рівня самооцінки особистості у підлітковому або ранньому юнацькому віці [22].

Основна ідея методики полягає у використанні запитань, що дозволяють дослідити, як особистість оцінює саму себе. Методика включає 20 тверджень, на які необхідно відповісти «так», «ні» або «не знаю».

Обробка результатів полягає в підрахунку кількості відповідей «так» на питання під непарними номерами та кількість «так» на парні. Від першого отриманого значення віднімається друге. Таким чином, маємо результат в діапазоні від -10 до +10.

Результат від -10 до -4 – низька самооцінка;

Результат від -3 до +3 – адекватний (середній) рівень самооцінки;

Результат від +4 до +10 – високий рівень самооцінки.

2.2 Результати емпіричного дослідження самоактуалізації

Згідно вивчення теоретичних засад, висвітлених у даній роботі, в рамках даного емпіричного дослідження була залучена група студентів Чернівецького політехнічного фахового коледжу спеціальностей “Інженерія програмного забезпечення” (далі - програмісти) та “Архітектура і містобудування” (далі - архітектори). Вибірка становила 60 досліджуваних, з них 32 архітектора та 28 програмістів.

На першому етапі дослідження ми використали опитувальник самоактуалізації особистості САМОАЛ А. В. Лазукіна в адаптації Н. Ф. Каліної. Це дозволяє зробити аналіз та оцінку загального рівня реалізації потенційних можливостей та рівня самоактуалізації за окремими її проявами досліджуваних осіб.

Результати даного етапу представлені у діаграмах нижче.

Шкала загального рівня прагнення до самоактуалізації. Згідно результатів дослідження, що представлені на рис. 2.1, у більшості (60%) опитуваних студентів двох спеціальностей переважає низький загальний рівень прагнення до самоактуалізації. Ще для 36,6% опитуваних характерний середній рівень і для 3,3% – дуже низький.

Аналіз результатів представлених на рис 2.2 свідчить, що в середньому і архітекторам (62,5%), і програмістам (57%) властивий низький загальний рівень прагнення до самоактуалізації. Це свідчить про те, що на даному віковому етапі рівень саморозвитку досліджуваних студентів є низьким. Отже, ми можемо стверджувати, що дійсно рівень самосвідомості ще не завершив своє формування.

В такий спосіб, нашу гіпотезу про недостатньо розвинутий рівень саморозвитку через самореалізацію особистості в ранньому юнацькому віці, оскільки він знаходиться в активній фазі становлення можна вважати доведеною.

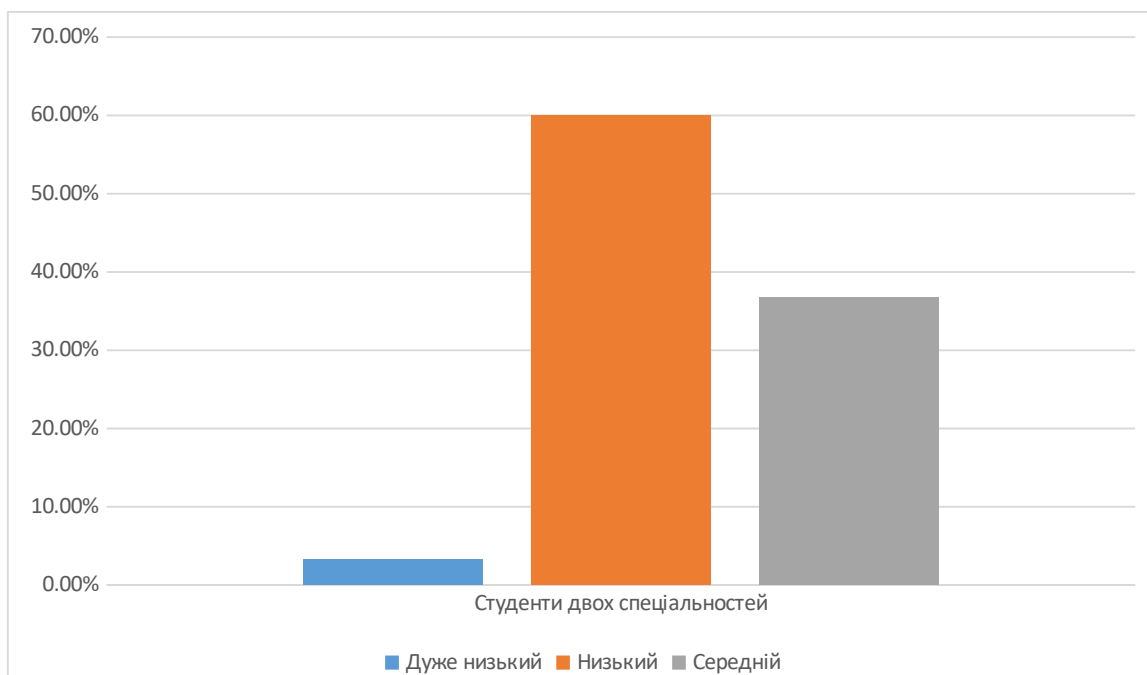


Рис.2.1. Шкала загального рівня прагнення до самоактуалізації студентів двох спеціальностей

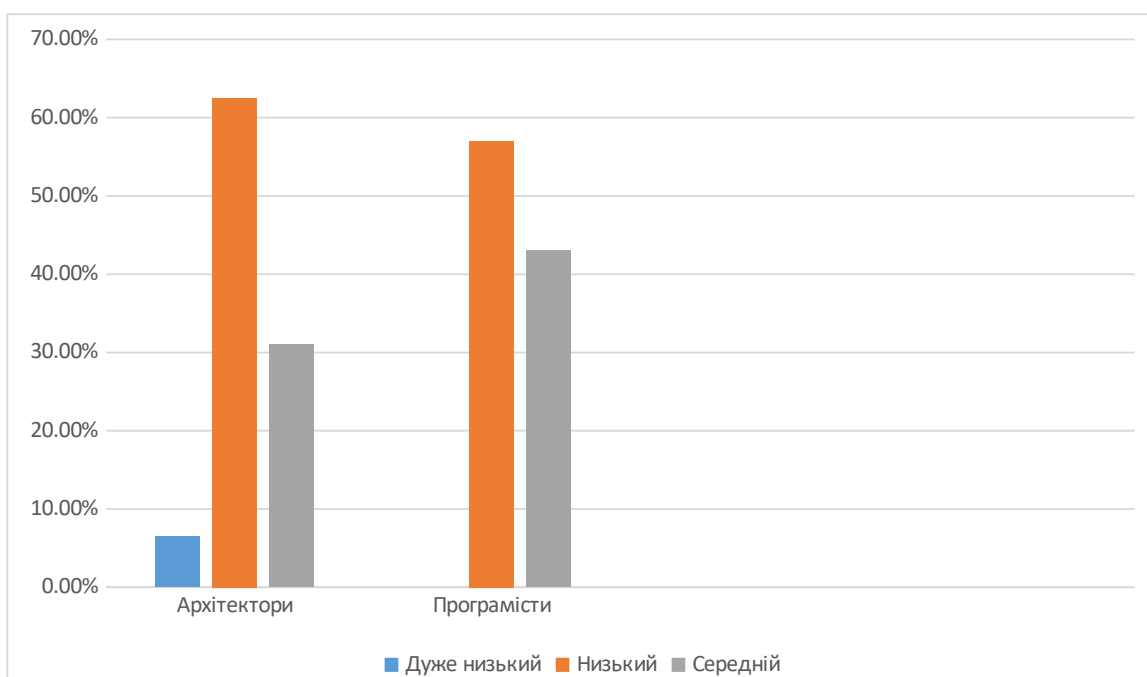


Рис.2.2. Шкала загального рівня прагнення до самоактуалізації архітекторів і програмістів

Шкала орієнтації у часі. За даною шкалою зображеною на рис. 2.3 для 33% опитуваних архітекторів, притаманний високий рівень орієнтації у часі,

для 31,2% досліджуваних – середній, для 18,8% – низький та для 17% – дуже низький. У 28,5% опитуваних програмістів високий рівень орієнтації у часі, але здебільшого (43%) їм властивий середній рівень.

Це вказує на те, що більшість із опитуваних вміють насолоджуватись моментом «тут і тепер» без порівнянь із минулим і майбутнім. В той час як менша половина із них переживають труднощі із вільним перебуванням в актуальному моменті.

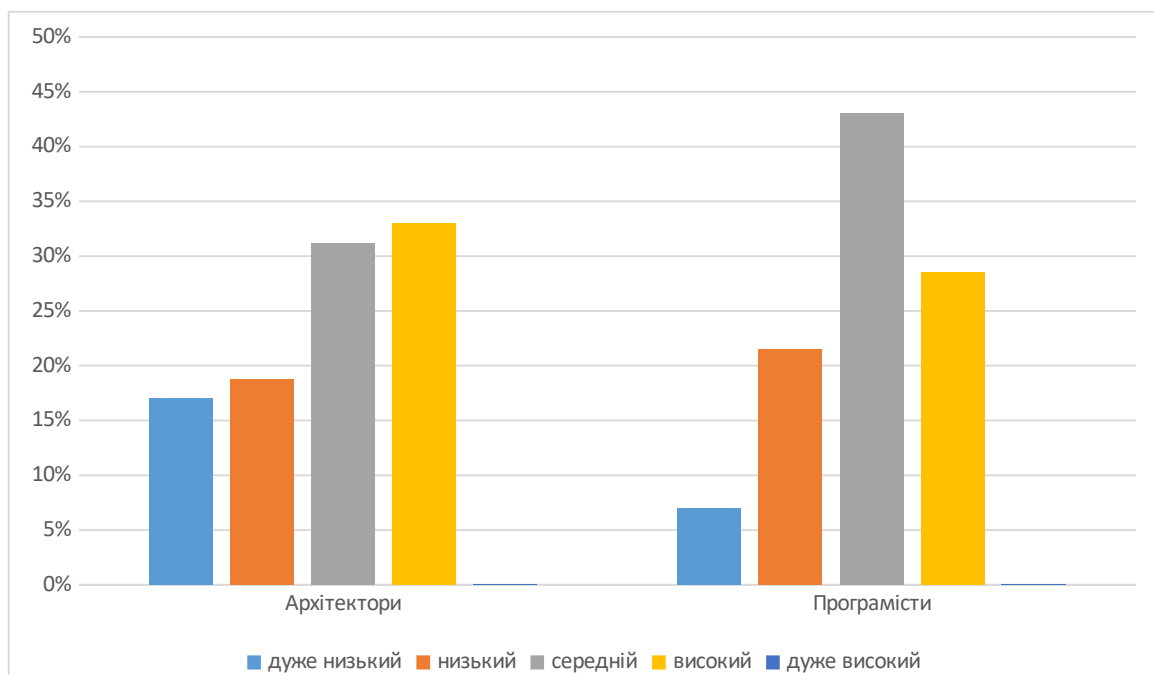


Рис. 2.3. Шкала орієнтації у часі

Шкала цінностей. В результаті дослідження (рис. 2.4) було виявлено, що більшість архітекторів (62,5%) мали середній рівень цінностей, що вказує на помірну вагомість ціннісних аспектів у їх житті. Ще 19% архітекторів мали високий рівень цінностей, що свідчить про значимість цінностей для цієї групи людей.

У випадку програмістів, 40,3% з них мали середній рівень цінностей, що означає помірну важливість цінностей у їхньому житті. Додатково, 21,5% програмістів мали високий рівень цінностей, що свідчить про значущість цінностей для цієї групи.

Для 31% опитуваних програмістів було встановлено, що цінності, такі як досконалість, досягнення, краса, добро, цілісність та інші, не є їхніми пріоритетами. Це означає, що ці аспекти не вважаються основними або вагомими в їхньому баченні світу.

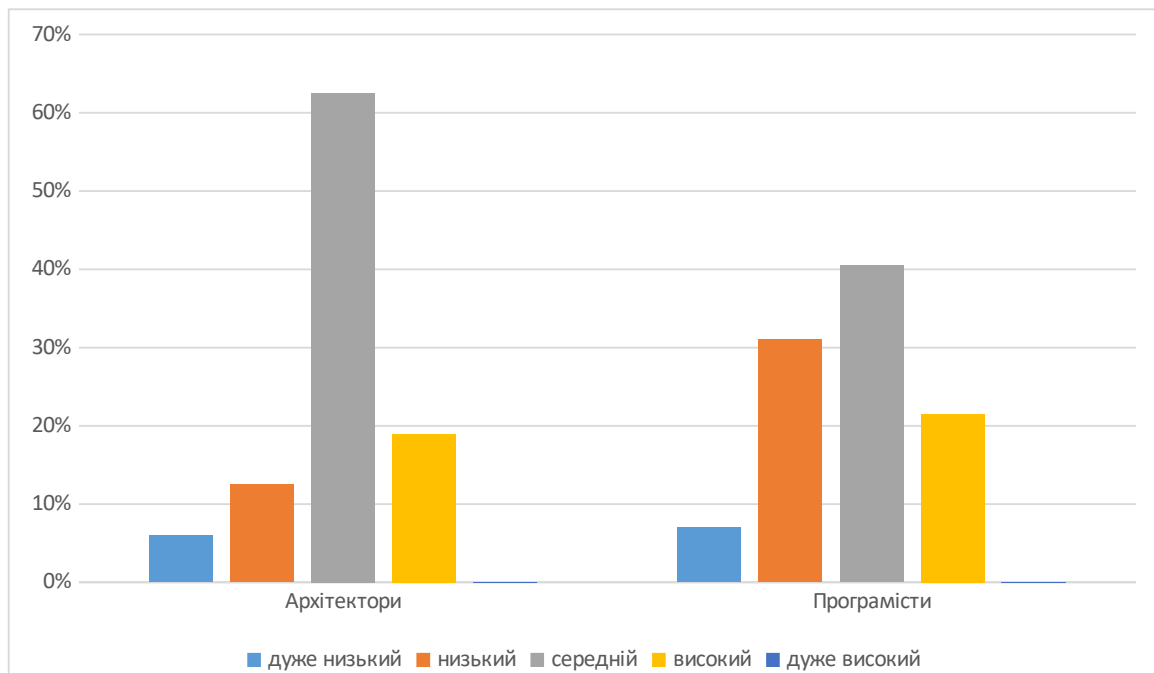


Рис. 2.4. Шкала цінностей

Шкала погляду на природу людини. Відповідно отриманим результатам представленим на рис. 2.5 в архітекторів переважає середній рівень погляду на природу людини (37,5%), тобто прослідковується позитивний погляд на природу людини, віра в людей і могутність їх можливостей. В той час як серед програмістів актуальним є дуже низький і низький рівні, що вказує на те, що погляд на природу людини є негативним.

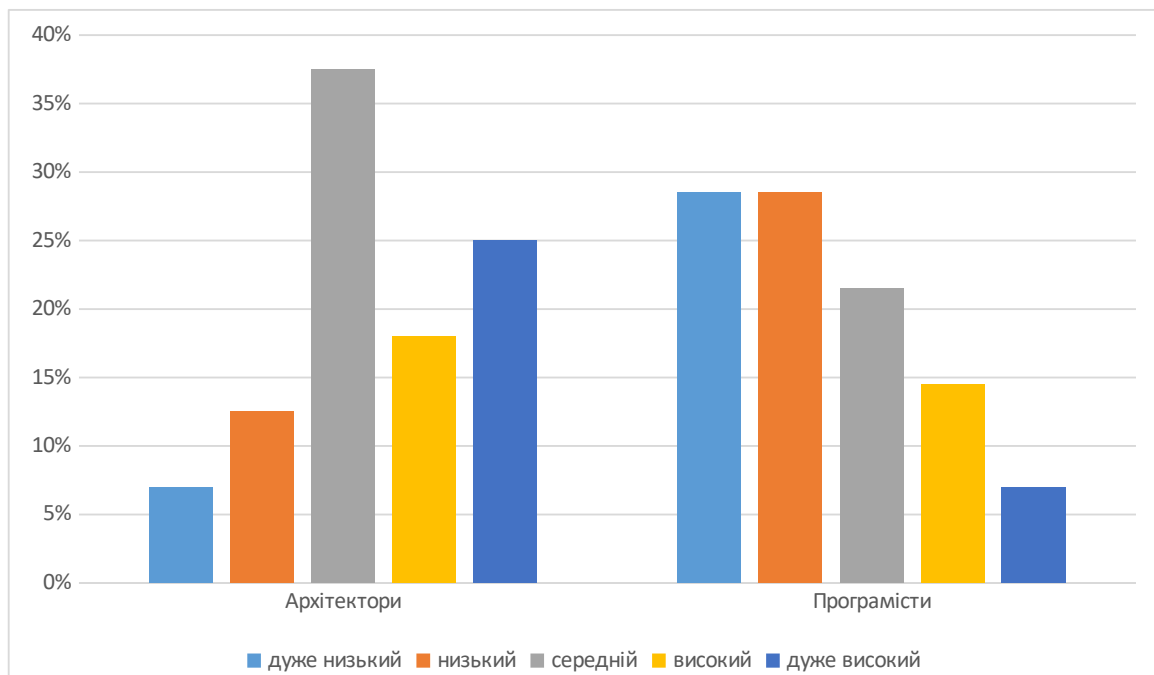


Рис. 2.5. Шкала погляду на природу людини

Шкала потреби у визнанні. На рисунку 2.6 наведено візуальну ілюстрацію результатів, згідно яких більшість архітекторів (62,5%) проявили низький рівень потреби в пізнанні, а більшість програмістів (57%) – середній, що говорить про їх спроможність до миттєвого пізнання, відкритість до нових вражень та бажання нового.

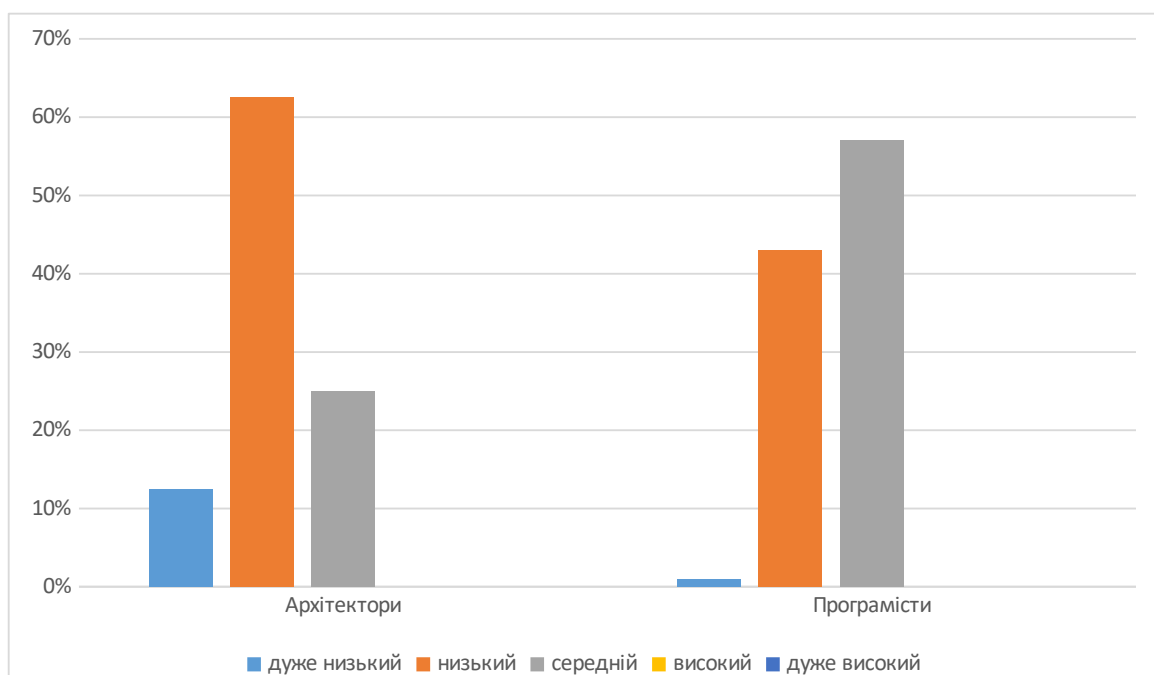


Рис. 2.6. Шкала потреби у визнанні

Шкала прагнення до творчості або креативність. За даною шкалою, зображеною на рис. 2.7, архітектори проявили низький (87,5% опитуваних) і дуже низький рівень (12,5%) прагнення до творчості. Програмістам також властиві ці два рівні, що розподілились порівну серед досліджуваних студентів.

Оригінальність відноситься до здатності генерувати нові та унікальні ідеї, підходи та рішення. Це може включати творчий підхід до проблем, новаторство в проектуванні, здатність думати за межами усталених стандартів і надавати свіжі ідеї. Низький рівень оригінальності вказує на те, що студенти не проявляють достатньої креативності і не виявляють новаторського мислення у своїх роботах і проектах.

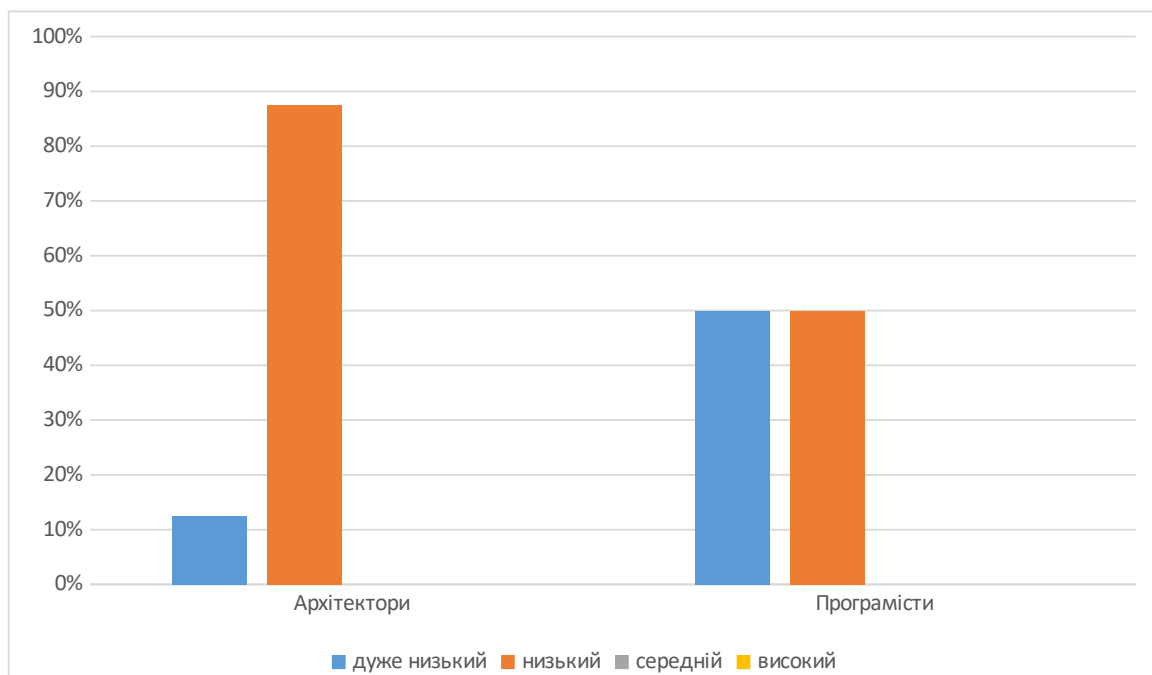


Рис. 2.7. Шкала прагнення до творчості або креативність

Шкала автономності. Згідно результатів висвітлених на рис. 2.8 чверть опитуваних архітекторів проявляють середній рівень автономності, 50% із них – низький і 25% дуже низький. Для більшості (57%) досліджуваних програмістів характерний низький рівень автономності, для

36% – середній та для 7% – дуже низький. Це свідчить про несаможиттєвість опитуваних студентів та деяку залежність від інших.

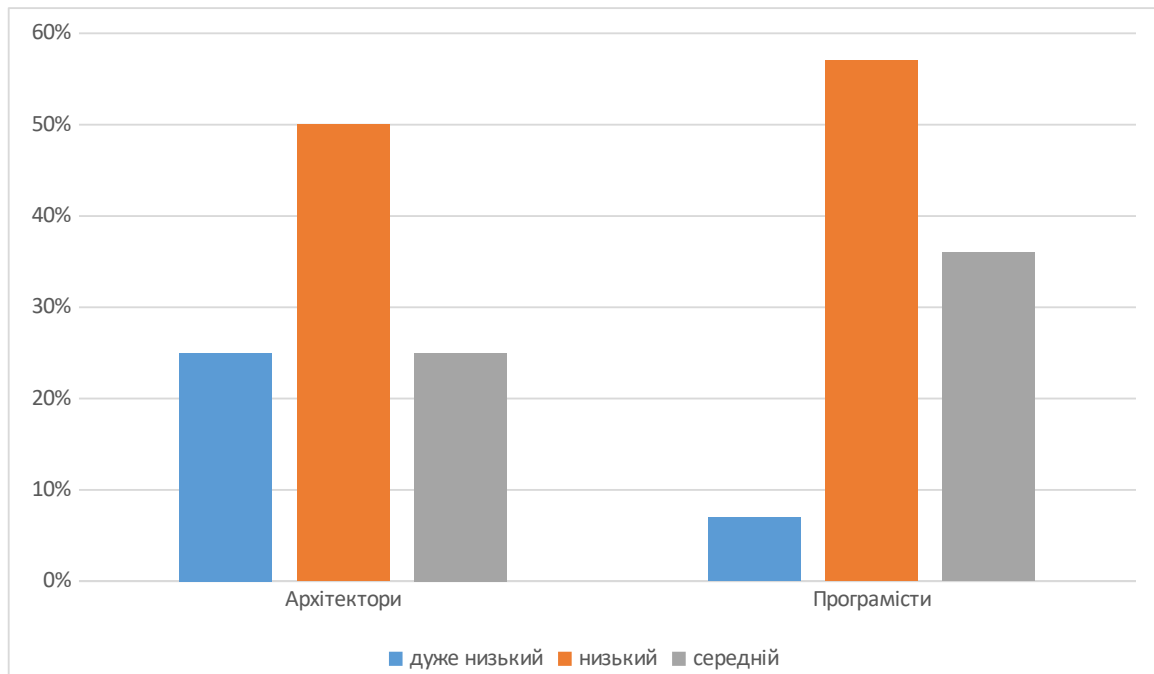


Рис. 2.8. Шкала автономності

Шкала спонтанності. За результатами, висвітленими на рис. 2.9, більшість архітекторів (55,9%) проявили дуже низький рівень спонтанності, а 57% програмістів – низький, тобто їм непритаманна довіра до навколишнього світу, впевненість у собі та ін.

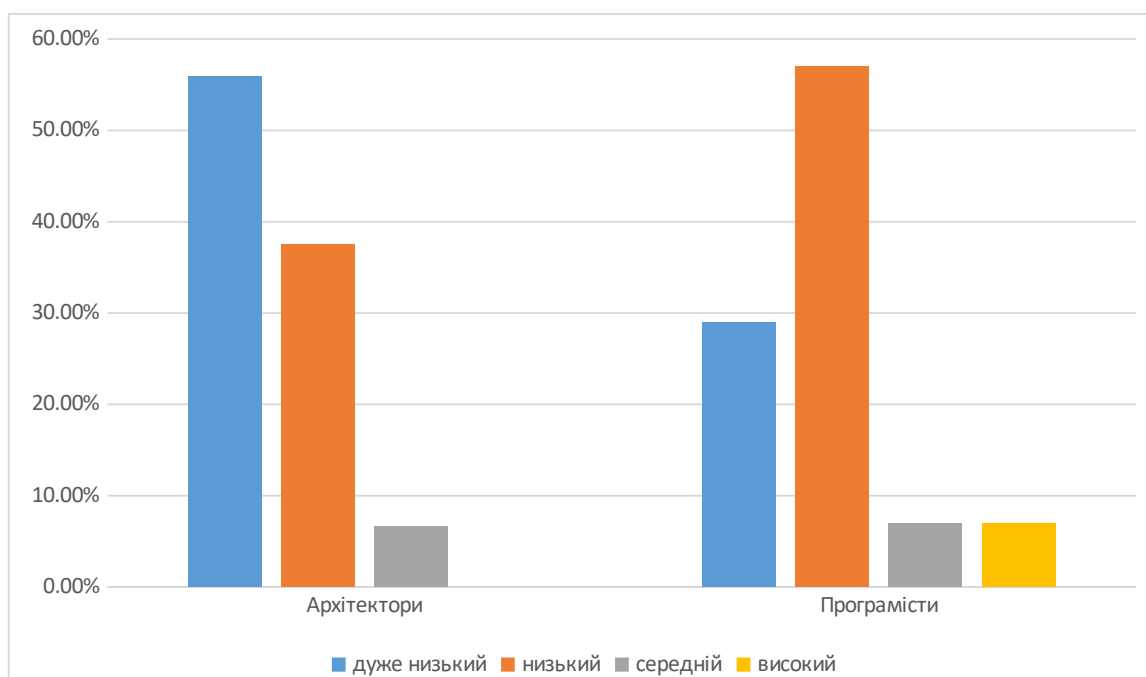


Рис. 2.9. Шкала спонтанності

Шкала саморозуміння. Згідно проведеного дослідження, було встановлено (рис. 2.10), що половина архітекторів проявила низький рівень саморозуміння, 37,5% – високий рівень, а 12,5% – дуже низький рівень саморозуміння. Серед програмістів 43% мали середній рівень, 21,5% – високий рівень, а 35,5% – низький рівень саморозуміння. Ці результати вказують на те, що досліджувані особистості виявляють різний ступінь чутливості до своїх власних потреб і бажань.

Ті, хто мають високий рівень саморозуміння, здатні розуміти та визначати свої потреби, цінності та бажання. Вони частіше орієнтуються на свій власний смак, вподобання та особисті стандарти, ніж на очікування та стандарти інших людей. Це свідчить про їхню внутрішню незалежність і визнання важливості власного самовираження.

З іншого боку, ті, хто мають низький рівень саморозуміння, можуть бути менш чутливими до своїх власних потреб і бажань. Вони можуть більше спрямовуватися на зовнішні стандарти та очікування інших людей, замість

того, щоб дотримуватися своїх особистих пріоритетів. Це може обмежувати їхню можливість самовираження та задоволення особистих потреб.

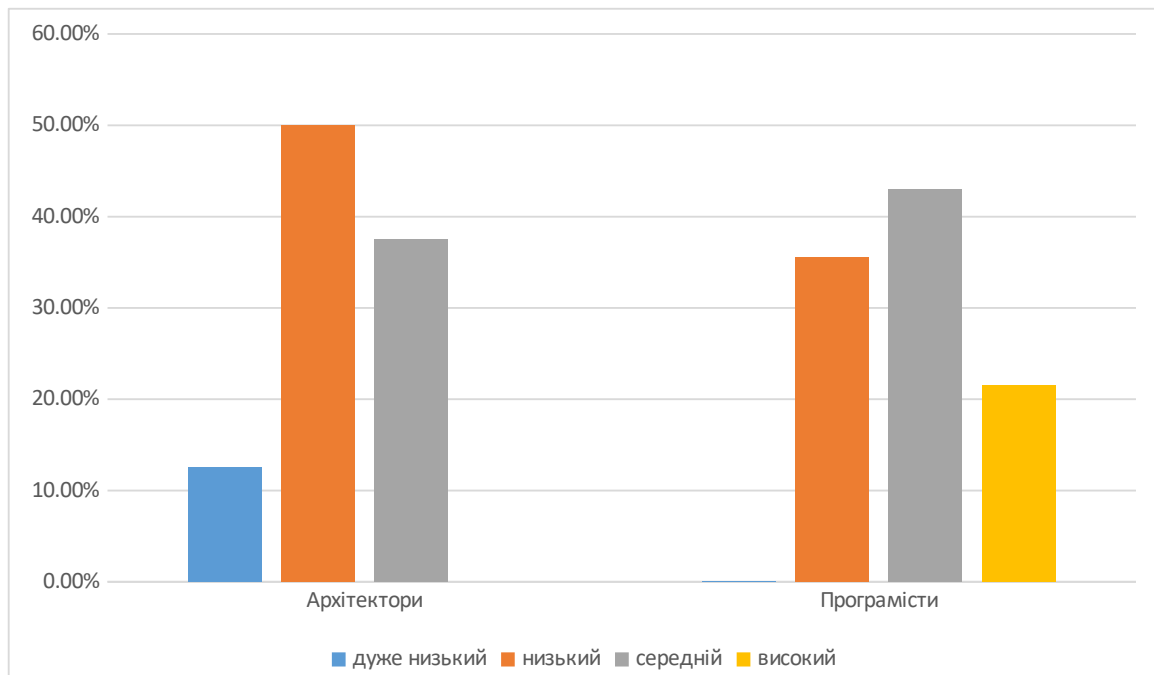


Рис. 2.10. Шкала саморозуміння

Шкала аутосимпатії. На рис. 2.11 наведено візуальну ілюстрацію результатів: більшості (44%) опитуваних архітекторів притаманний дуже низький рівень аутосимпатії, що свідчить про можливу невротичність, тривожність, невпевненість у собі. В той час як для більшості (43%) досліджуваних програмістів характерний середній рівень аутосимпатії. Це вказує на добре усвідомлену «Я-концепцію», що виступає джерелом внутрішньої опорності.

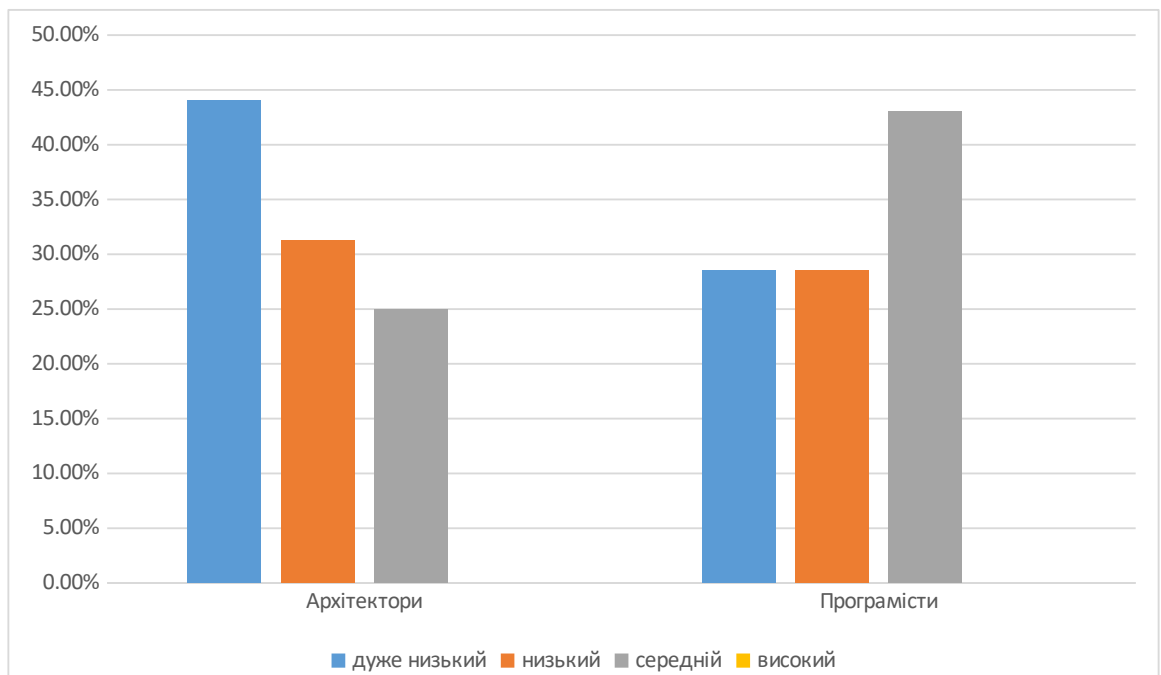


Рис. 2.11. Шкала аутосимпатії

Шкала контактності. На рис. 2.12 зображено, що половина серед і архітекторів, і програмістів проявила низький рівень контактності, а, отже, відповідний рівнем схильності до утворення дружніх відносин. Тільки 7% досліджуваних програмістів виявили високий рівень контактності, що свідчить про здатність до встановлення взаємовигідних і приємних стосунків з іншими людьми

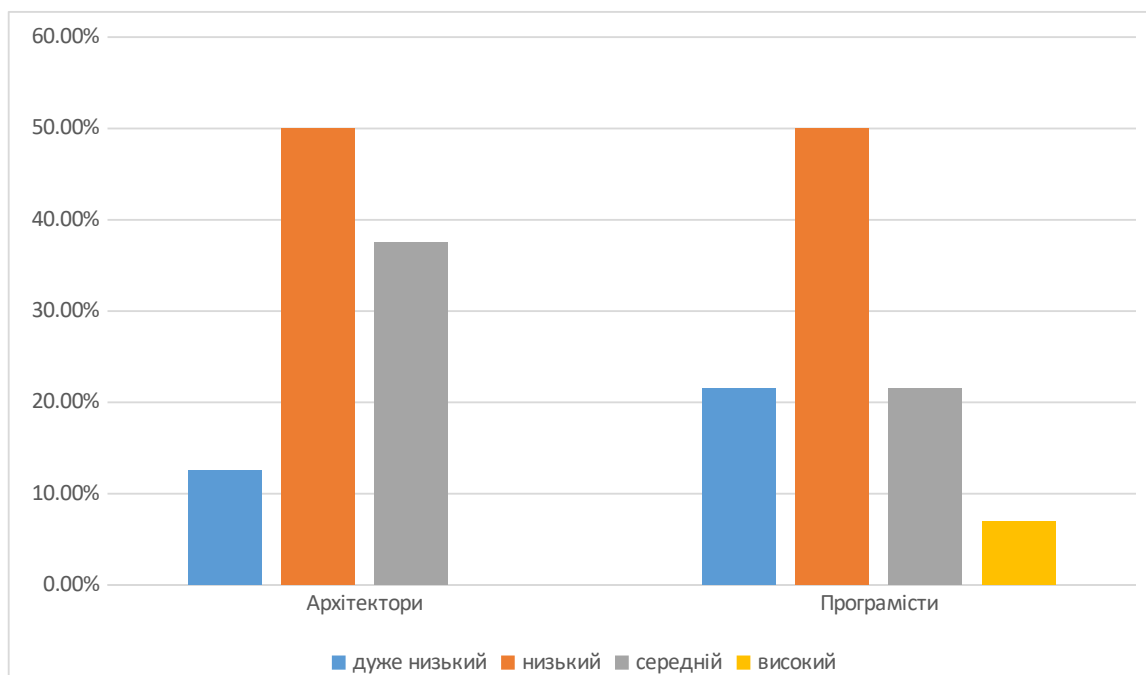


Рис. 2.12. Шкала контактності

Шкала гнучкості у спілкуванні. Згідно отриманих результатів на рис. 2.13 половина архітекторів володіє дуже низьким рівнем гнучкості у спілкуванні, а 71,5% програмістів – низьким, що вказує на слабку спроможність до саморозкриття у спілкуванні з іншими людьми.

Гнучкість у спілкуванні означає здатність адаптуватися до різних стилів спілкування, потреб та вимог інших людей. Це включає в себе вміння слухати активно, розуміти іншу точку зору, виявляти емпатію та знаходити компромісні рішення. Низький рівень гнучкості може вказувати на те, що студенти мають труднощі у встановленні ефективного спілкування з колегами або іншими зацікавленими сторонами.

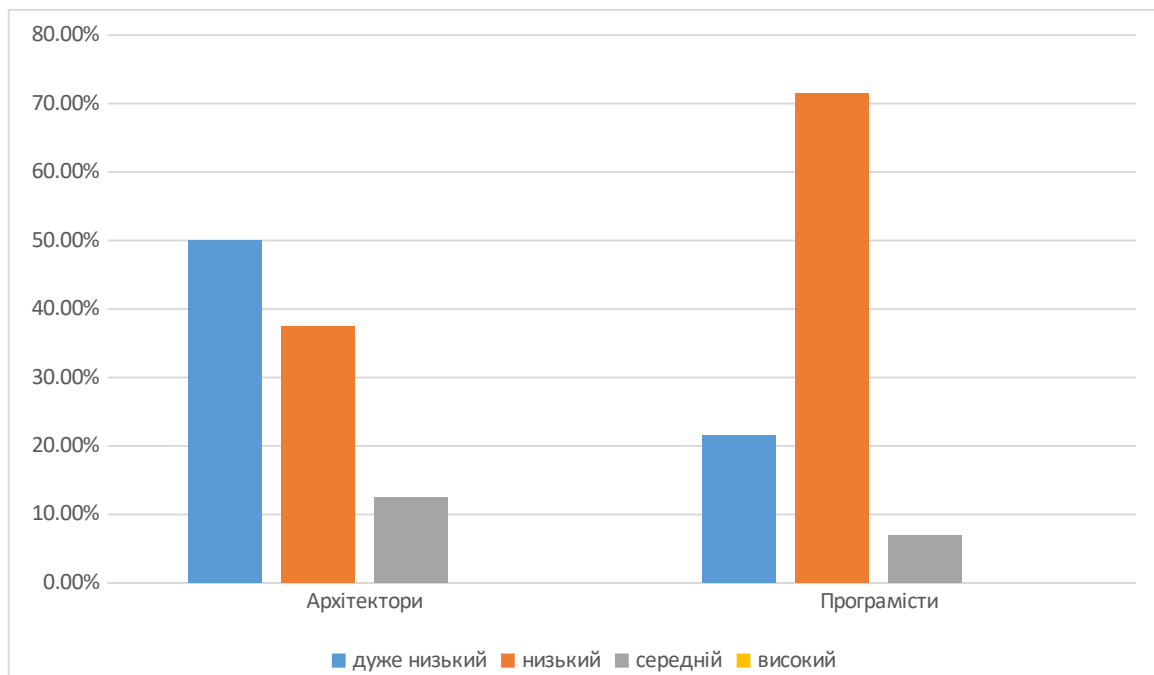


Рис. 2.13. Шкала гнучкості у спілкуванні

З метою дослідження комунікативних та організаторських здібностей у студентів нами була використана методика «КОС-2» Б. А. Федоришин та В. В. Синявського.

Шкала комунікативних схильностей. Відповідно до отриманих результатів, представлених на рис. 2.14, 18,75% досліджуваних архітекторів та 7,14% програмістів проявили високий рівень комунікативних схильностей, це говорить про швидку адаптивність, проявлення ініціативи у спілкуванні та прагнення розширювати коло спілкування. Дані студенти швидко заводять нових друзів, є активними та рішучими.

Середній рівень серед архітекторів проявили 6,25% та 21,4% серед програмістів. Вони прагнуть до контакту з людьми, захищають власні інтереси, проте потенціал їх комунікативних схильностей не є стійким.

Нижче середнього рівня комунікативних схильностей проявило 12,5% архітекторів та 21,4% програмістів. Їм не притаманне прагнення до спілкування, в новій компанії відчувають себе здебільшого самотні, важко переживають образи і т. ін.

Для більшість (62,5%) опитуваних архітекторів та для половини програмістів характерний низький рівень комунікативних схильностей. Це свідчить про значні труднощі у встановленні контактів з іншими людьми.

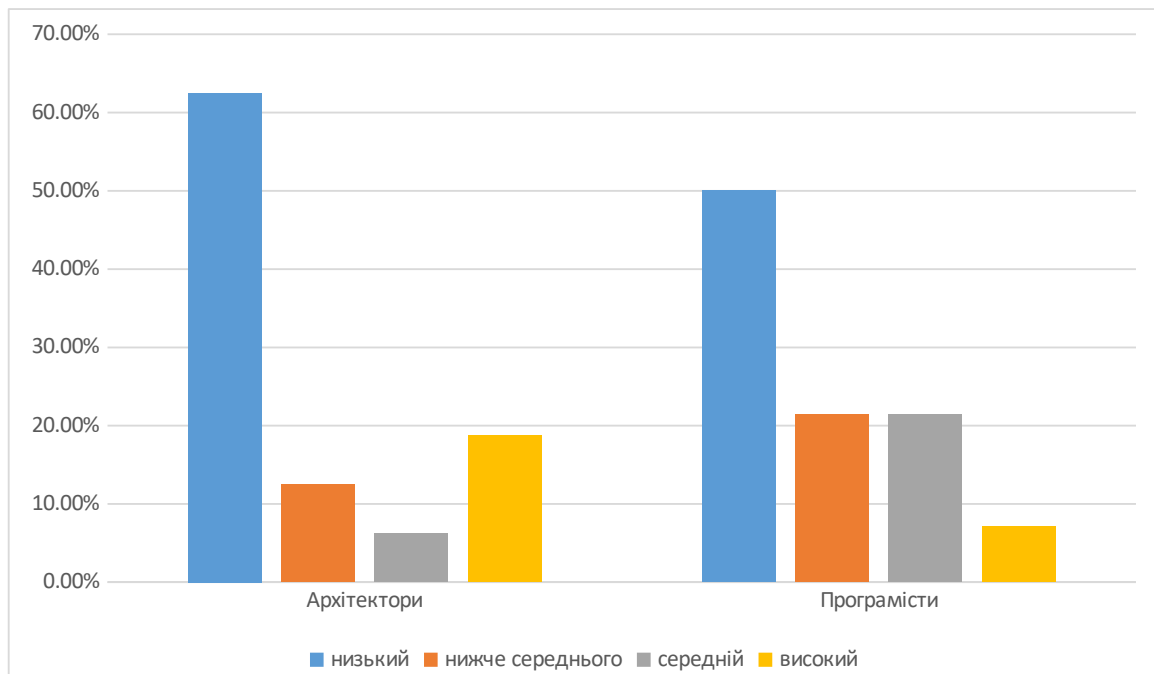


Рис. 2. 14. Шкала комунікативних схильностей

Шкала організаторських схильностей. На рисунку 2.15 наведено візуальну ілюстрацію результатів, що засвідчують, що із двох груп тільки 12,5% архітекторів проявили високий рівень організаторських схильностей. Вони характеризуються захопленням щодо організування різних заходів та роботи групи, швидко орієнтуються у складних і стресових ситуаціях в колективі, наполегливі.

Тільки 6,25% архітекторам та 7,14% програмістам притаманний середній рівень організаторських схильностей. Вони ініціативні, натхненні, проте їм важко відстоювати власні інтереси і впливати на групу.

Нижче середнього рівня організаторських схильностей проявило 18,8% архітекторів та 42,9% програмістів серед досліджуваних. Характеризуються униканням прийняття самостійних рішень, скутістю та пасивністю.

Більшості досліджуваних з обох груп притаманний низький рівень: 62,5% серед архітекторів та 50% серед програмістів. Це говорить про невпевненість у собі в групі, нерішучість, несамостійність та пасивність.

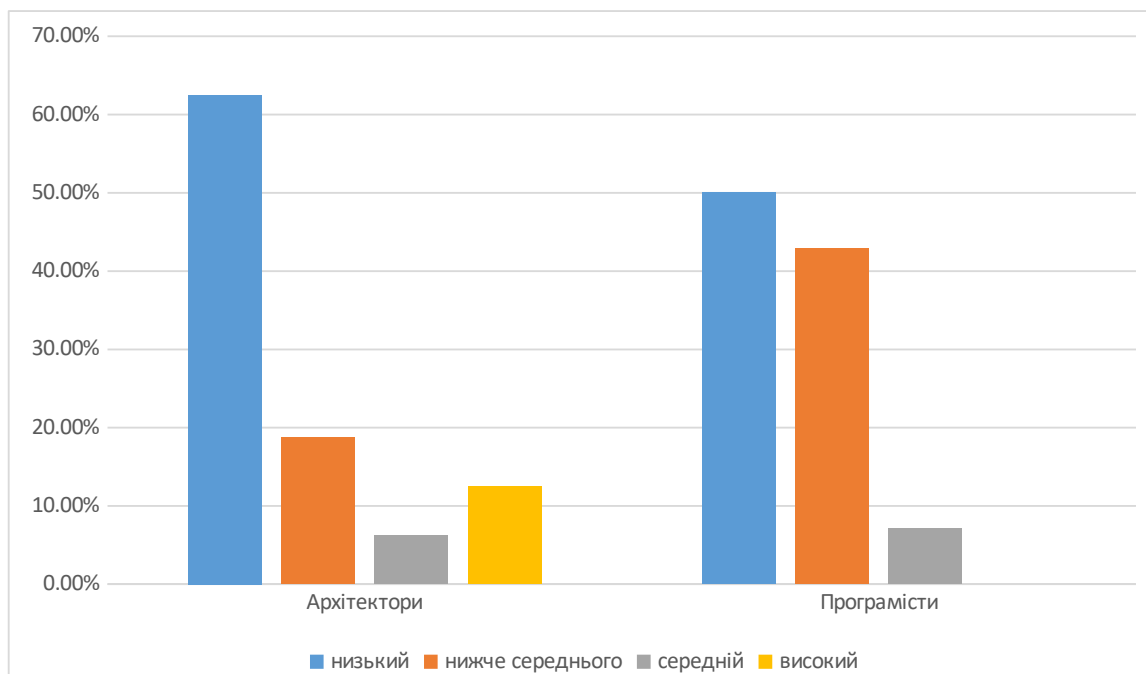


Рис. 2.15. Шкала організаторських схильностей

На наступному етапі дослідження ми використали методику «Мотивація особистості до успіху» Т. Елерса.

Мотивація до успіху. Згідно отриманих результатів, висвітлених на рис. 2.16, для 18,8% опитуваних архітекторів та 28,6% програмістів характерний дуже високий рівень мотивації до успіху. Високий рівень притаманний 6,3% досліджуваним архітекторам та 14,3% програмістам.

Це свідчить про схильність до уникання ризику, впевненість в собі, прагнення до успіху, працьовитість та наполегливість.

Середній рівень властивий 37,5% архітекторам та 42,9% програмістам. Для 37,5% опитуваних архітекторів та 14,3% програмістів характерний низький рівень мотивації до успіху.

Це говорить про невпевненість у своїй силі перед поставленими завданнями, низьку амбітність та значний дискомфорт при виконанні складних завдань.

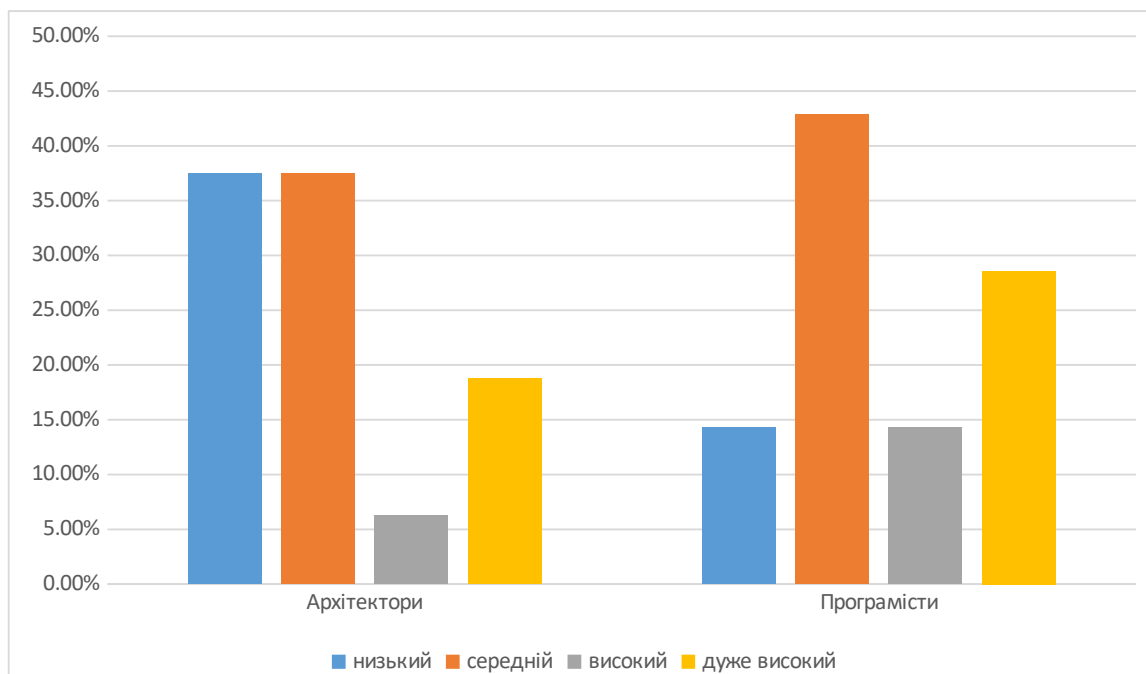


Рис. 2.16. Мотивація до успіху

На наступному етапі дослідження ми застосуємо методику Г. М. Казанцевої «Визначення рівня своєї самооцінки».

Шкала рівня самооцінки. Відповідно до отриманих результатів, представлених на рис. 2.17, для 18,8% досліджуваних першої групи характерний завищений рівень самооцінки, для другої – 21,4%. У даних студентів викривлене сприйняття себе як особистості, їм притаманна непохитна впевненість у власних вміннях та навичках, несприйняття критики та перекладання відповідальності за свої невдачі на обставини чи інших людей.

Рівень адекватної самооцінки притаманний більшості опитуваним архітекторам, а саме – 75%. Для програмістів показник становить 35,7%. Їм притаманна реалістична оцінка себе, своїх здібностей, дій і вчинків. Адекватний рівень самооцінки дозволяє особистості об'єктивно співставляти

свої можливості із поставленими перед нею завданнями, дає усвідомлення власних бажань, здійснення певних кроків та прийняття рішень.

Занижена самооцінка характерна для 6,6% досліджуваних архітекторів та 42,9% програмістів. Даним студентам важко сприймати критику, почати виконання будь-якої діяльності, вони здебільшого незадоволені собою та знецінюють свої досягнення.

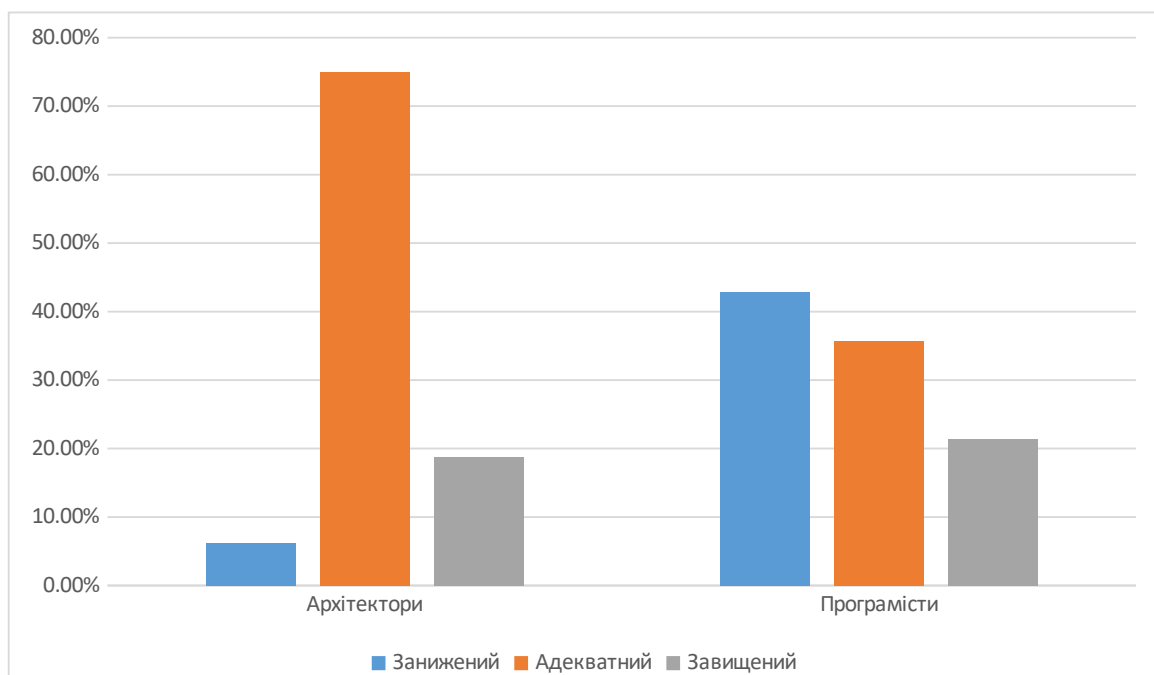


Рис. 2. 17. Шкала рівня самооцінки

2.3 Аналіз результатів взаємозв'язку між самоактуалізацією, комунікативними та організаторськими схильностями, мотивацією до успіху та самооцінкою

Для виконання поставлених перед нами завдань, ми також використали метод кореляційного аналізу, в результаті якого нами були отримані значущі коефіцієнти кореляції, що дали змогу визначити психологічні взаємозалежності між характеристиками, які вивчались (самоактуалізація, комунікативні та організаторські схильності, мотивація до успіху та

самооцінка). Статистична обробка даних здійснювалась за допомогою кореляційного аналізу за критерієм Ч. Пірсона (комп'ютерна програма «Statistica»). Кореляційні дані, отримані при статистичній обробці зведені в таблиці в додатку А.

Особливу увагу при аналізі кореляційних результатів ми приділили кореляції між показниками самооцінки особистості та показниками інших методик.

Отже, згідно результатів, представлених на рис. 2.18, самооцінка особистості виявила кореляцію між наступними показниками:

Шкала цінностей і показники рівня самооцінки: ці шкали мають помірну позитивну кореляцію ($r=0,375$, при $p<0,01$). Тобто люди, в яких розвинуте зріле бачення цінностей, а саме: самодостатність, цілісність, краса, життєвість, унікальність і т.д., володіють адекватною або завищеною самооцінкою. І навпаки, якщо людині властивий цинізм, роздвоєність, несправедливість і т.п., їй притаманна низька самооцінка. Враховуючи результати дослідження, можна зробити висновок, що існує зв'язок між баченням цінностей і самооцінкою.

Між шкалою погляду на природу людини та показниками рівня самооцінки також прослідковується значима позитивна кореляція ($r=0,521$, при $p<0,01$). Це говорить про те, що людям із високою самооцінкою притаманний позитивний погляд на природу людини: природна симпатія до людей, довіра, чесність, доброзичливість і стійка підстава для гармонійних міжособистісних стосунків з іншими. Для людей із низькою самооцінкою нехарактерні такі якості.

Результати дослідження показали, що між рівнем самооцінки та шкалою креативності існує значима позитивна кореляція. Кореляційний коефіцієнт ($r=0,574$, при $p<0,01$) вказує на середню силу зв'язку між цими

двома змінними. Така кореляція є статистично значущою при рівні значущості $p < 0,01$, а, отже, ймовірність випадковості зв'язку між самооцінкою та креативністю є дуже низькою. Це означає, що людям, які мають високий рівень самооцінки, властиві вищі показники креативності та творчого ставлення до життя. Вони схильні до розробки нових ідей, оригінального мислення та здатні до вираження себе через творчість. Високий рівень самооцінки сприяє впевненості в своїх здібностях та позитивному уявленню про себе, що може стимулювати творчий потенціал та бажання відкривати нові можливості.

Також помірний позитивний кореляційний зв'язок наявний між шкалою саморозуміння із рівнем самооцінки ($r = 0,513$, при $p < 0,01$). Це може свідчити про те, що люди, яким властиве розуміння себе, своїх цінностей, переконань та потреб, мають більш позитивну оцінку себе. Вони можуть мати більшу впевненість в своїх здібностях, бути задоволені своїм індивідуальним розвитком та досягненнями.

Між шкалами аутосимпатії та рівнем самооцінки спостерігається позитивний кореляційний зв'язок ($r = 0,598$, при $p < 0,01$). Цей результат може вказувати на те, що особи, які виявляють більше самосприйняття, співчуття і любові до себе, мають більш позитивне ставлення до своєї особистості та вірять у власну цінність. Вони можуть бути більш задоволені собою, мають впевненість у своїх здібностях та можуть легше вирішувати життєві завдання.

Також позитивний кореляційний зв'язок наявний між шкалою гнучкості у спілкуванні та рівнем самооцінки ($r = 0,386$, при $p < 0,01$). Відповідно до отриманих результатів, можна стверджувати, що для особистості, яка здатна адаптуватися до різних ситуацій, виявляти толерантність, вміння слухати та сприймати інші точки зору, характерна

почуття власної цінності, впевненість у собі та відкритість до нового досвіду і можливостей у спілкуванні з іншими людьми.

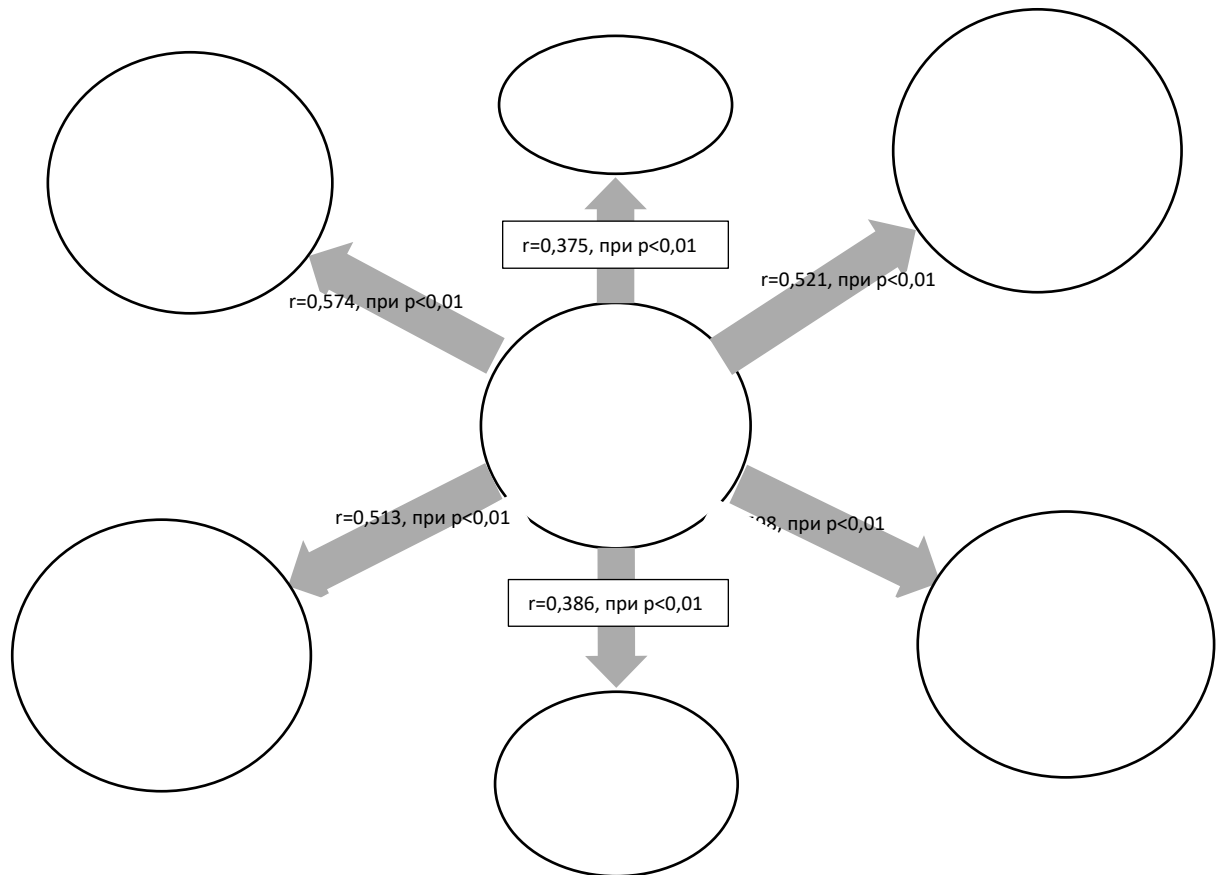


Рис. 2.18. Кореляційні зв'язки показника рівня самооцінки з показниками інших методик

За результатами аналізу, представленому на рис. 2.19, між шкалою орієнтації в часі і показниками шкали «Мотивація до успіху» спостерігається значима позитивна кореляція ($r=0,267$, при $p<0,05$). Це свідчить про те, що особистості, що прагне до успіху, притаманне чітке усвідомлення моменту «тут і зараз». Вона вміє цінувати сьогодення, виявляє певний інтерес і внутрішню потребу у досягненні цілей в теперішньому задля успіху у майбутньому. Також значення шкали орієнтації в часі та організаторські схильності виявили статистично значущий, але помірний позитивний зв'язок ($r=0,303$, при $p<0,05$). Тобто, особи, які проявляють більшу орієнтацію в часі,

мають також вищі організаторські здібності, і навпаки. Цей зв'язок може вказувати на те, що здатність до організації та планування може бути пов'язана з умінням більш свідомо орієнтуватися в часі.

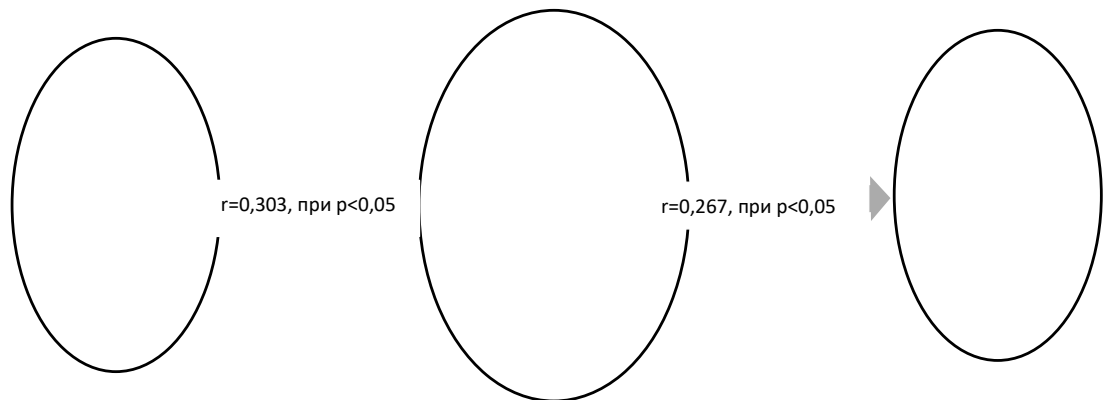


Рис. 2.19. Кореляційні зв'язки шкали орієнтації в часі з показниками інших методик

На рисунку 2.20 наведено візуальну ілюстрацію результатів, що засвідчують, що шкала автономності має позитивні кореляції із шкалою комунікативних ($r=0,257$, при $p<0,01$) та організаторських ($r=0,418$, при $p<0,05$) схильностей. Зв'язок між автономністю особистості і її комунікативними та організаторськими здібностями полягає в тому, що автономна особистість має більшу свободу і впевненість у собі для ефективної комунікації та організації діяльності. Автономна особистість володіє навичками ефективного спілкування, включаючи вміння слухати, висловлювати свої думки і почуватися комфортно у різних соціальних ситуаціях. Вона не боїться виражати свої ідеї і думки, а також встановлювати контакти з іншими людьми. Автономна особистість здатна планувати та керувати своїми діями і ресурсами. Вона має здатність встановлювати мети, розробляти стратегії дій, організовувати роботу і приймати самостійні рішення. Така людина може ефективно керувати процесами і досягати поставлених цілей.

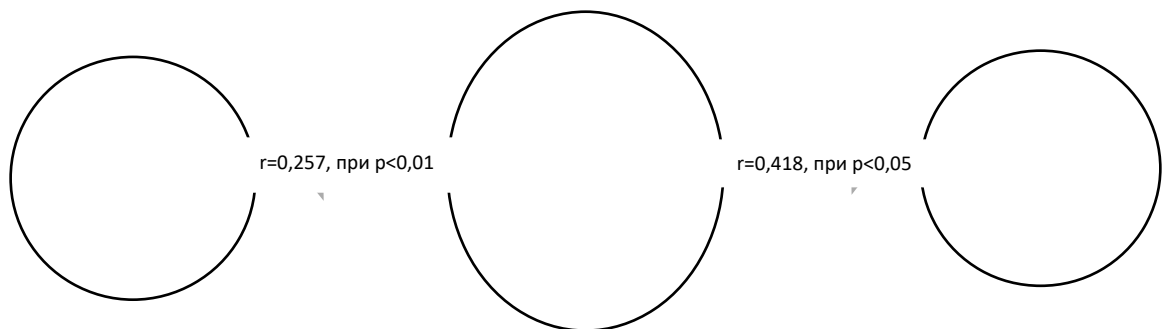


Рис. 2.20. Кореляційні зв'язки показників автономності із показниками організаторських та комунікативних схильностей

Шкала саморозуміння має негативні зв'язки із шкалою організаторських схильностей ($r = -0,128$) та шкалою мотивації до успіху ($r = -0,248$), що представлено на рис. 2.21. Це може вказувати на те, що люди, які мають вищий рівень саморозуміння, можуть бути менш зацікавлені в організаційних аспектах та досягненні успіху. Вони можуть більше концентруватись на внутрішньому пошуку сенсу та розумінні себе, ніж на зовнішніх організаційних завданнях та мотивації до досягнення успіху.

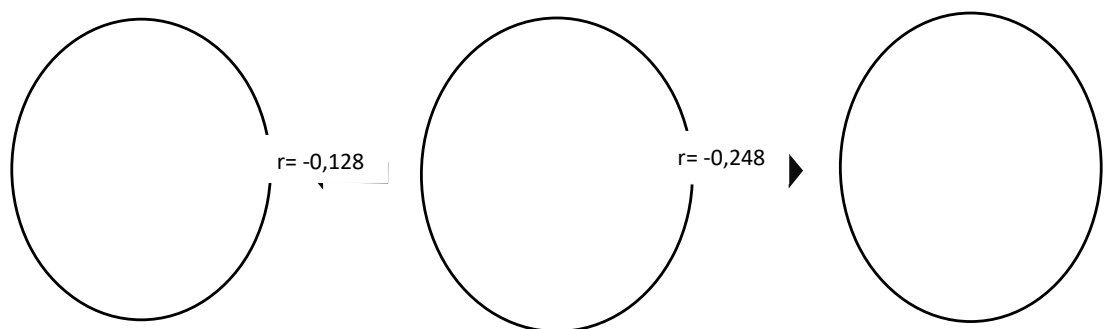


Рис. 2.21. Кореляційні зв'язки між показниками шкали саморозуміння із показниками інших шкал

Ми провели ще одне дослідження з метою порівняння результатів обох груп і знаходження значимих відмінностей між ними. За даними

зведеними в таблиці в Додатку Б та Додатку В ми можемо зробити наступне порівняння між результатами даних шкал.

Отже, у групі архітекторів існує сильна позитивна кореляція ($r=0,659$, при $p<0,01$) між шкалами «Орієнтація у часі» і «Самооцінка». Це означає, що люди з вищою самооцінкою мають тенденцію мати більше насолоди від поточного моменту, не порівнюючи його зі своїми минулими досягненнями і не знецінюючи майбутніх можливостей..

У групі програмістів за цими ж шкалами існує слабка негативна кореляція ($r=-0,219$). Це означає, що вищий рівень самооцінки пов'язаний з меншими навичками в орієнтації у часі. В цьому контексті, люди, які мають вищу самооцінку, можуть бути більш схильними до фокусування на майбутніх досягненнях, замість зосередження на поточному моменті.

Щодо наступних результатів, то в групі архітекторів є помірна позитивна кореляція ($r=0,518$, при $p<0,01$) між поглядом на природу людини і самооцінкою. Це означає, що люди з вищою самооцінкою мають тенденцію мати більш позитивний погляд на природу людини. Іншими словами, коли людина оцінює себе позитивно, вона частіше вважає, що люди взагалі є добрими, мають позитивні риси і можуть досягати успіху.

У групі архітекторів існує дуже сильна позитивна кореляція ($r=0,579$, при $p<0,01$) між цими шкалами. Це означає, що вища самооцінка пов'язана з більш позитивним поглядом на природу людини.

Наступні відмінності групи архітекторів полягають у тому, що існує слабка негативна кореляція ($r=-0,116$) між креативністю та комунікативними здібностями. Це означає, що люди з більш вираженими комунікативними здібностями можуть мати трохи меншу креативність. Однак, самооцінка має дуже сильну позитивну кореляцію ($r=0,598$, при $p<0,01$) з креативністю. Це означає, що люди з вищою самооцінкою мають сильну тенденцію бути більш креативними.

В іншій групі існує помірна позитивна кореляція ($r=0,416$, при $p<0,05$) між креативністю і комунікативними здібностями. Це означає, що люди з більш вираженою комунікативною здатністю можуть мати тенденцію бути більш креативними. Також існує помірна позитивна кореляція ($r=0,475$, при $p<0,05$) між самооцінкою і креативністю, на відміну від попередньої групи.

Існує також різниця в кореляційних результатах між шкалами «Автономність» та «Комунікативні здібності». В групі архітекторів існує слабка позитивна кореляція ($r=0,097$), що означає, що люди з більш вираженими комунікативними здібностями можуть мати трохи більшу тенденцію до автономності, а в групі програмістів – дуже сильна позитивна кореляція ($r=0,483$, при $p<0,01$), що в свою чергу означає, що люди з більш вираженими комунікативними мають сильну тенденцію бути більш автономними.

Щодо шкали «Саморозуміння», то тут відмінності полягають в кореляції зі шкалою «Комунікативні здібності». Група архітекторів має слабку негативну кореляцію ($r=-0,167$), що означає що люди з більш вираженими комунікативними здібностями мають більше саморозуміння. Щодо групи програмістів, то у них існує помірна позитивна кореляція ($r=0,280$). Це означає, що люди з більш вираженими комунікативними здібностями мають більше саморозуміння.

Наступна шкала «Контактність» у групі архітекторів корелює зі шкалою «Комунікативні здібності» і має слабку позитивну кореляцію ($r=0,188$), що означає, що люди з більш вираженими комунікативними здібностями можуть мати трохи більшу контактність, а групі програмістів існує помірна позитивна кореляція ($r=0,380$, при $p<0,05$) з комунікативними здібностями. Це означає, що люди з більш вираженою комунікативними здібностями мають більшу контактність.

Щодо результатів кореляції за шкалами «Гнучкість у спілкуванні» та «Самооцінка», то тут теж є відмінності: у групі архітекторів існує слабка кореляція ($r=0,217$), це свідчить про те, що самооцінка має незначний позитивний вплив на рівень контактності, на відміну від групи програмістів, у яких є сильна позитивна кореляція з самооцінкою ($r=0,568$, при $p<0,01$), що означає сильний вплив рівня самооцінки на таку характеристику, як гнучкість у спілкуванні.

2.4 Психокорекційні заходи для сприяння саморозвитку особистості

Саморозвиток – це формування самосвідомості, процес навчання, розширення знань, вдосконалення навичок та розвиток потенціалу. Це надає можливість розуміти свої внутрішні стани, емоції, цінності та потреби, згідно яких особистісно та професійно зростати.

Наразі розроблені різноманітні психологічні техніки та стратегії, що сприяють розвитку самосвідомості особистості. Ці методи ґрунтуються на принципах психологічної теорії та досліджень, що підтверджують свою надійність та ефективність. У цьому розділі ми розглянемо кілька науково обґрунтованих психологічних технік та рекомендацій, які можуть бути використані для розвитку креативності та творчої спрямованості особистості.

Перш за все, психологами рекомендується розвивати самоспостереження. Це дозволяє споглядати на себе, ніби зі сторони, відслідковувати свої реакції, поведінкові паттерни та думки. Для цього пропонується вести особистий щоденник. Не так важливо, якого формату (паперовий нотатник чи електронний, відеозаписи і т.д.), увага фахівців акцентується на регулярності виконання такої діяльності. Ведення особистого щоденника чи щоденника самоспостереження дозволяє оцінити та осмислити власний життєвий досвід, емоційні стани, зрозуміти, які ситуації чи фактори впливають на особистість і як саме.

Рекомендується робити звичні речі незвично. Чистити зуби, тримати прибори, писати і т.д. іншою рукою, ходити новими маршрутами, відвідувати нові заклади і т.п. Іншими словами, психологи рекомендують сприяти формуванню нових нейронних зв'язків та виходити із зони комфорту. Навіть саме вигадкування, як саме це зробити, вже сприятиме розвитку творчого мислення.

Також рекомендується протягом місяця щоденно записувати творчі думки, ідеї, спостереження та роздуми. Це допоможе розвивати свою творчу свідомість і впевненість у власній творчій потужності.

«Розігрів перед творчістю». Перед початком творчого завдання необхідно провести коротку розминку, що стимулює уяву та креативне мислення. Наприклад, малювати безперервні лінії на аркуші паперу, намагаючись зобразити уявні форми або створювати нескладні малюнки на випадкові теми. Це допомагає зняти напругу та налаштуватись на творчу діяльність.

Техніка 1. Необхідно обрати за випадковим принципом слово та описати його 5-7 ознаками, що дане слово характеризують. Після цього придумати 5-7 ознак, що абсолютно не підходять для опису вибраного слова. Це тільки здається, що антоніми придумати дуже легко, але насправді це потребує залучення уяви та творчості.

Техніка 2. Перетворення об'єктів. Необхідно вибрати будь-який предмет і подумати про альтернативні способи його використання або перетворення. Наприклад, як можна використати пластикову пляшку як інструмент або декоративний елемент?

Техніка 3. Рішення проблеми. Треба сфокусуватись на якій-небудь проблемі або завданні, яке вимагає рішення та намагатись знайти якомога більше різних підходів, варіантів або ідей для вирішення цієї проблеми.

Варто не обмежувати себе стандартними рішеннями, а дозволити собі бути творчим і неординарним у пошуку варіантів.

Ці вправи сприяють розвитку творчого спрямування, допомагають розширити межі мислення та знаходити нові підходи до розв'язання проблем. Важливо включати їх у повсякденну практику, щоб стимулювати постійний розвиток вашої креативності.

Саморозвиток – це постійний процес, який вимагає часу, зусиль та постійного навчання, проте це ключовий фактор для особистого розвитку, щастя та успіху.

ВИСНОВКИ

В рамках дипломної роботи був проведений теоретичний аналіз наукових досліджень з проблем саморозвитку особистості, згідно якого, можна зробити наступні висновки:

1. Саморозвиток особистості в ранньому юнацькому віці – це складний багаторівневий процес, що базується на внутрішній мотивації та потенціалі людини та передбачає якісну самостійну зміну суб'єкта з метою досягнення власної мети, де основною рушійною силою є сама особистість.
2. Саморозвиток особистості включає в себе самоактуалізацію, саморозуміння, самооцінку, аутосимпатію, креативність, самопізнання, самореалізацію, і в тому числі самосвідомість, що в ранньому юнацькому віці ще продовжує або завершує своє формування.
3. Основними стимулами саморозвитку особистості є: стимули самопізнання, самовизначення, самоврядування, самореалізації та самовдосконалення. До основних проблем саморозвитку включають: ризик зазнати невдачі, вибір неадекватних методів та засобів для саморозвитку, перебування в стані незнання, нездатність

прийняти власну особистість та егоцентризм. Виявлені небезпеки не нівелюють цінність саморозвитку особистості, оскільки відбувається усвідомлення власного особистісного зростання, відчуття повноти життя та його сенсу.

4. Самосвідомість – найвищий рівень розвитку свідомості особистості, що становить основу для формування розумової активності та самостійності особистості в її судженнях та діях. Самооцінка виступає як ключовий показник рівня розвитку самосвідомості особистості.

Для емпіричного дослідження психологічних особливостей саморозвитку особистості в ранньому юнацькому віці було залучено студентів відповідного віку. Застосовані методи включали анкетування та психометричне вимірювання, такі як шкали самоактуалізації, самооцінки, мотивації до успіху, комунікативних та організаторських схильностей. За результатами емпіричного дослідження нами були зроблені наступні висновки:

1. Результати дослідження показали переважно низький рівень самоактуалізації студентів і тим самим підтвердили нашу гіпотезу про недостатньо розвинутий рівень саморозвитку через самореалізацію особистості в ранньому юнацькому віці, оскільки він знаходиться в активній фазі.
2. Прослідковується значима позитивна кореляція між рівнем самооцінки та креативністю студентів. Отже, високий рівень самооцінки сприяє впевненості в своїх здібностях та позитивному уявленню про себе, що стимулює творчий потенціал та бажання відкривати нові можливості.
3. Згідно проведеного кореляційного дослідження, ми встановили суттєві відмінності у порівнянні результатів між студентами

спеціальностей «Архітектура та містобудування» і «Інженерія програмного забезпечення»: результати вказують на відмінності в залежності між самооцінкою та гнучкістю у спілкуванні у різних професійних групах. Це вказує на важливість самооцінки у формуванні інтерперсональних навичок серед програмістів, тоді як у групі архітекторів цей зв'язок менш виражений, тобто існують інші фактори, що впливають на рівень гнучкості у спілкуванні серед них.

В результаті дослідження були розроблені психокорекційні заходи для вдосконалення навичок саморозвитку особистості. Ці заходи передбачають використання психологічних технік, тренування особистісних якостей, створення сприятливого середовища для саморозвитку та самореалізації особистості.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Абрамова Г. С. Возрастная психология. Учебное пособие для студентов вузов. - М.: Академия, 1999. - 672 с.
2. Аверин В. А. Обзор основных теорий развития // Психология человека от рождения до смерти / Под ред. А. А. Реана. - СПб., 2003. - С. 116-128.
3. Адлер А. Практика и теория индивидуальной психологии: Пер. с нем. - М.: Фонд "Закон, грамотность", 1995. - 296с.
4. Айзенк Г. Ю. Структура личности. - СПб.: Ювента; М.: КСП+, 1999. - 464 с.
5. Ананьев Б. Г. Человек как предмет познания. - Л.: Изд-во ЛГУ, 1968. - 338 с.
6. Андриенко Е.В. Социальная психология: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / Под ред. В.А.Сластенина.-2000. С. 11.
7. Асеев А. Г. О диалектике детерминации психического развития. — М., 1978. С. 26.
8. Асеев В. Г. Мотивационная регуляция поведения личности: Автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата психологических наук: спец. 19.00.01 «Общая психология, история психологии». – М., 1995. 20 с.
9. Ахметов А.М. Стимулирование мотивации физического самосовершенствования студента — будущего учителя. — Ульяновск, 2004. С. 11-12.
10. Баева О.Н. Поколение Y: мотивация в работе и обучении. – 2015. С. 258-263.
11. Баумринд Д. Практическая психология. – М., 1995. С. 411.
12. Береснева М. А. Психологические аспекты самоорганизации жизни человека в рекреационный период (на примере туристического отдыха в Крыму): Диссертация на соискание ученой степени кандидата

- психологических наук: спец. 19.00.01 «Общая психология, история психологии» / М. А Берсенева– Симферополь, 2009.
13. Берсенева М. А. Самоорганизация жизни человека. 2016. С. 8. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/samoorganizatsiya-zhizni-cheloveka/viewer>
 14. Бех І. Д. Від волі до особистості. - К.: Україна-Юта, 1995. - 207 с.
 15. Бломов Б. Ф. Биологическое и социальное в развитии человека. М.: Наука, 1977 - 228 с.
 16. Блейхер В. В., Бурлачук В. Ф. Психологическая диагностика интеллекта и личности. - К.: Вища школа, 1978. - 144 с.
 17. Бодалев А. А. Личность и общение: Избр. Тр. - М.: Педагогика, 1983. - 282 с.
 18. Быстрицкий Е. К. Феномен личности: мировоззрение, культура, бытие. - К.: Наукова думка, 1991. - 200 с.
 19. Варга А. Я. Системная семейная психотерапия. Краткий лекционный курс. – СПб.: «Речь», 2001. – 143с.
 20. Варій М. И. Психологія особистості: Навчальний посібник. - К.: Центр учбової літератури, 2008. - 592 с.
 21. Вилюнас В. К. Психологические механизмы мотивации человека / В. К. Вилюнас — М.: Изд-во МГУ, 1990.
 22. Вівчарик Т.П., Дмитренко А.К. Методи діагностики та формування у молодих жінок установок на самореалізацію. – Чернівці: Прут, 1999. – С.29-30.
 23. Горецька О.В. Психологія сім'ї : навчальний посібник для студентів спеціальності «Практична психологія», «Початкова освіта». – Бердянськ : Видавець Ткачук О.В., 2015. – 216 с.
 24. Друкер П. Энциклопедия менеджмента / П. Друкер ; пер. с англ. – М., 2004.

25. Железовская Г. И. Педагогика развития творческой личности. – Саратов: Лицей, 1997. – 140с.
26. Занюк С. С. Психологія мотивації та емоцій. - Луцьк: ВДУ, 1977, -180 с.
27. Занюк С.С. Психологія мотивації: Навч. посібник. – К.: Либідь, 2002. – 304 с.
28. Ильин Е. П. Сущность и структура мотива / Е. П. Ильин // Психологический журнал — 1995.
29. Калина Н.Ф., Лазукин А.В. Вопросник САМОАЛ. Адаптация «Самоактуализационного теста». Журнал практического психолога, 1998, No. 1.
30. Калинина Н. В. Саморазвитие как актуализированная ценность современного педагогического образования // Вестник Восточно-Сибирской государственной академии образования. 2014. С. 57.
31. Клонингер С. Теории личности: познание человека. - СПб.: Питер, 2003.-720 с.
32. Кон И.С. В поисках себя: Личность и ее самосознание. – М.: Политиздат, 1984. – 413 с.
33. Коновалова М. Д. Особенности самоактуализации личности студентов в процессе инклюзивного профессионального образования. 2018. С. 220-222.
URL:https://akmepsy.sgu.ru/system/files_force/2018/09/32018_akmeologiy_a_3.pdf
34. Кононко О. Л. Соціально-емоційний розвиток особистості. - К.: Рад. школа, 1998. - 255 с.
35. Костюк Г. С. Вікова психологія. - К.: Рад. школа, 1976. -272 с.

36. Кузікова С. Б. Психологічні основи становлення суб'єкта саморозвитку в юнацькому віці. Монографія. – Суми: Видавництво СумДПУ, 2020. С. 10-12.
37. Леонтьев Д. А. Психология свободы: к постановке проблемы самодетерминации личности// Психол. журнал. – 2000. – Т. 21. – №1. С. 42.
38. Лившиц В. Ю. Современная энциклопедия психологических тестов.– Донецк: ООО ПКФ «БАО», 2004. –С.24-26
39. Логинова И. О. Жизненное самоосуществление человека: системноантропологический контекст: автореф. дис. д-ра психол. наук. – Томск, 2010. С. 42.
40. Максименко С. Д. Психологія в соціальній та педагогічній практиці. - К.: Наукова думка, 1988. - 441 с.
41. Максименко С.Д. Психологічна основа самореалізації особистості: структура і функції / С.Д. Максименко, Л.З. Сердюк // Актуальні проблеми психології: збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. – Том IX: Загальна психологія. Історична психологія. Етнічна психологія. – Випуск 9. – К.: Талком, 2016.
42. Маленкова, Л.И. Теория и методика воспитания. Учебное пособие. М.: Педагогическое общество, 2002.
43. Маралов В. Г. Основы самопознания и саморазвития: учеб. пособие. М., 2002. С. 80.
44. Маралов В.Г. Ценность и опасности саморазвития личности. 2015. С. 51.
45. Маслоу А. Мотивация и личность. СПб.: Евразия, 1999.
46. Музика О.Л. Ціннісна взаємодія як чинник розвитку обдарованої особистості / О.Л. Музика // Актуальні проблеми психології: збірник

- наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. – Том VI: Психологія обдарованості. – Випуск 12. – Київ-Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2016. – С. 5–20
47. Пазиніч С. М. Духовність як субоснова саморозвитку цілісної особистості студента. – Харків : Право, 2019. – 404 с.
48. Платонов К. К. Психологический практикум. – М.; 1980 г. с. 204-20.
49. Попова К. Технологии самоорганизации и эффективного взаимодействия. 2019. С. 5.
50. Реан А.А. Психология изучения личности: Учеб. пособие. – СПб.: Изд-во Михайлова В.А., 1999. – 288 с.
51. Рогалева Л.Н., Малкин В.Р., Ким А.М., Айдосова Ж.К., Жундибаева Э.К., Койбагарова Д.К., Жапай М.К., Тягунова Ю.В. Теория саморазвития и ее значимость для современного образования. Современные проблемы науки и образования. 2017. С. 26.
52. Скрипченко О. В., Долинська Л. В., Огороднійчук З. В. Вікова та педагогічна психологія: Навч. посібник. - К.: Просвіта, 2001. - 416 с.
53. Столин В. В. Самосознание личности / Столин В.В. – М. : МГУ, 1983. – 284 с.
54. Трофімова Ю. Л., Рибалка В. В., Гончарук П. А. Психологія: підручник / та ін.; за ред. Ю.Л. Трофімова. 2-е вид., стереотип. К. : Либідь, 2000. 558 с.
55. Файзулаев А. А. Мотивационные кризисы личности. 1989. С. 27.
56. Фальова О. Самореалізація як центральний аспект розвитку особистості жінки. 2020. С. 31.
57. Федан О. В. Теоретичні підходи до проблеми саморозвитку особистості. Теоретичні і прикладні проблеми психології. 2017. С. 201-210.

58. Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. Диагностика коммуникативных и организаторских склонностей (КОС-2) / - М., 2002. С. 263–265.
59. Ценко М. Б. Стимули саморозвитку особистості. 2019. С. 18. URL: https://dspace.nlu.edu.ua/bitstream/123456789/16938/1/Tsenko_17-20.pdf

ДОДАТОК А

Кореляційні зв'язки між шкалами методики «САМОАЛ» та методиками «КОС-2», «Мотивація до успіху» та «Визначення рівня самооцінки» загальної групи

Шкали	Комунікативні схильності	Організаторські схильності	Мотивація до успіху	Самооцінка
Орієнтація в часі	0,189	0,247	0,267*	0,213
Цінності	0,131	0,113	0,210	0,375**
Погляд на природу людини	0,229	0,167	-0,048	0,521**
Потреба у пізнанні	-0,360**	-0,357**	-0,214	-0,101
Креативність	0,106	0,135	-0,109	0,574**
Автономність	0,257*	0,418**	0,003	0,241

Спонтанність	0,138	-0,096	-0,014	0,072
Саморозуміння	0,044	-0,128	-0,248	0,513**
Аутосимпатія	0,180	0,079	-0,174	0,598**
Контактність	0,281*	0,081	-0,031	0,251
Гнучкість у спілкуванні	0,163	-0,162	-0,036	0,386**
Комунікативні схильності	-	0,366**	0,162	0,031
Організаторські схильності	0,366**	-	0,303**	0,120

*кореляції, статистично значимі при $p < 0,05$

** кореляції, статистично значимі при $p < 0,01$

ДОДАТОК Б

Кореляційні зв'язки між шкалами методики «САМОАЛ» та методиками «КОС-2», «Мотивація до успіху» та «Визначення рівня самооцінки» програмістів

Шкали	Комунікативні схильності	Організаторські схильності	Мотивація до успіху	Самооцінка
Орієнтація в часі	0,134	0,221	0,332	-0,219
Цінності	0,089	0,056	0,223	0,324
Погляд на природу людини	0,199	0,327	-0,152	0,579**
Потреба у пізнанні	-0,493**	-0,366	-0,364	-0,456*

Креативність	0,416*	-0,036	-0,351	0,475
Автономність	0,483**	0,622**	-0,027	0,022
Спонтанність	0,309	-0,176	0,248	-0,128
Саморозуміння	0,280	0,101	-0,297	0,511**
Аутосимпатія	0,327	0,302	-0,163	0,546**
Контактність	0,380*	0,063	0,032	0,144
Гнучкість у спілкуванні	0,308	-0,147	-0,153	0,568**
Комунікативні схильності	-	0,252	0,213	-0,160
Організаторські схильності	0,252	-	0,236	-0,010

*кореляції, статистично значимі при $p < 0,05$

** кореляції, статистично значимі при $p < 0,01$

ДОДАТОК В

Кореляційні зв'язки між шкалами методики «САМОАЛ» та методиками «КОС-2», «Мотивація до успіху» та «Визначення рівня самооцінки» архітекторів

Шкали	Комунікативні схильності	Організаторські схильності	Мотивація до успіху	Самооцінка
Орієнтація в часі	0,147	0,248	0,168	0,659**
Цінності	0,118	0,081	0,242	0,481**

Погляд на природу людини	0,363*	0,078	-0,090	0,518**
Потреба у пізнанні	-0,372*	-0,449**	-0,096	-0,183
Креативність	-0,116	0,310	0,142	0,598**
Автономність	0,097	0,289	0,006	0,504**
Спонтанність	-0,016	0,006	-0,263	0,337
Саморозуміння	-0,167	-0,380*	-0,206	0,490**
Аутосимпатія	0,006	-0,117	-0,256	0,643**
Контактність	0,188	0,107	-0,060	0,251
Гнучкість у спілкуванні	0,007	-0,157	0,008	0,217
Комунікативні схильності	-	0,465**	0,092	0,216
Організаторські схильності	0,465**	-	0,381*	0,213

*кореляції, статистично значимі при $p < 0,05$

** кореляції, статистично значимі при $p < 0,01$