

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ В.Н.КАРАЗІНА

ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГІЇ

КАФЕДРА прикладної психології

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

на тему: “Психологічні особливості самореалізації студентської молоді”

Студентки 2 курсу групи ПС62
другого (магістерського) рівня вищої освіти
освітньо-професійної програми «Психологія»
за спеціальністю 053 – ПСИХОЛОГІЯ
Мар’ячкіної Олени Вікторівни

Керівник кандидат психологічних наук, доцент ЗВО,
кафедри прикладної психології
Барінова Н. В.

Чотирьохрівнева шкала оцінювання _____
Кількість балів: _____

Члени комісії _____
(підпис) (прізвище та ініціали)

(підпис) (прізвище та ініціали)

(підпис) (прізвище та ініціали)

м. Харків -2024 рік

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ САМОРЕАЛІЗАЦІЇ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ	5
1.1. Ключові теоретичні підходи до визначення поняття самореалізація.....	5
1.2. Основні складові самореалізації особистості.....	12
1.3. Психологічні особливості самореалізації студентів	16
Висновки до першого розділу.....	20
РОЗДІЛ 2. МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ.....	21
2.1. Етапи емпіричного дослідження.....	21
2.2. Характеристика вибірки дослідження.....	22
2.3. Характеристика методик досліджень.....	24
Висновки до другого розділу.....	28
РОЗДІЛ 3. ЕМПІРИЧНИЙ АНАЛІЗ ДОСЛІДЖЕННЯ САМОРЕАЛІЗАЦІЇ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ.....	29
3.1. Особливості самоактуалізації студентської молоді.....	29
3.2. Особливості особистісної зрілості студентської молоді.....	31
3.3. Особливості задоволеності життям студентської молоді.....	34
3.4. Особливості взаємозв'язків показників самореалізації.....	37
Висновки до третього розділу.....	41
ВИСНОВКИ.....	43
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	45
АНОТАЦІЯ.....	51
ДОДАТКИ.....	53

ВСТУП

Актуальність дослідження. Останніми роками безпосередньо Україна в стані серйозних змін, які торкаються мотивації поведінки. Сьогодні змінюється світогляд і мотивація поведінки як особистості, так і суспільства. В сучасних реаліях проблема самореалізації особистості яка дозволяє зберегти неповторність особистості її продуктивності та адаптуватись під зміни є вкрай важливим.

Сучасний науковий дискурс щодо проблеми самореалізації є багатограним, оскільки її досліджували представники різних галузей знань, таких як філософія, соціологія, психологія та педагогіка. Особливу увагу вивченню самореалізації приділяли представники гуманістичної та екзистенціальної психології, серед яких (А. Маслоу, Р. Мей, К. Роджерс, Е. Фром та інші). Зокрема вітчизняні дослідники основними складовими розглядають індивідуацію, самоактуалізацію, самотрансценденцію, саморозвиток, самогармонізацію, самодетермінацію, самозмінювання (О. І. Артёмова, О. Г. Бабчук, І. В. Бринза, Т. П. Вівчарик). Як частину самореалізації розглядається особистісний потенціал (В. Р. Міляєва), задоволеність життям розглядається такими вченими (Н. В. Паніна, Т. М. Титаренко та ін.), зрілість особистості розглядає (К. Роджерс) та інші. Незважаючи на широке вивчення самореалізації в будь який період, в сьогоденних реаліях проблема вивчення самореалізації та чинників самореалізації молоді набуває особливого змісту у зв'язку з всеохоплюючих змінах в Україні. Недостатньо вивченими залишаються чинники самореалізації студентської молоді, саме на сьогодення, тому тема потребує нових фактів та досліджень.

Об'єкт дослідження: самореалізація особистості

Предмет дослідження: психологічні особливості самореалізації студентської молоді.

Мета: визначити психологічні особливості самореалізації студентської молоді

Завдання:

1. Зробити теоретичний аналіз проблеми самореалізації студентської молоді.
2. Дослідити особливості самоактуалізації студентської молоді.
3. Визначити особливості особистісної зрілості студентської молоді.
4. Визначити рівень задоволеністю життям студентської молоді.
5. Визначити особисті взаємозв'язків між чинниками самореалізації.

Гіпотеза полягає в тому, що самореалізація обумовлюється: самоактуалізацією, зрілістю особистості та задоволеністю життям, а саме сукупністю таких складових як: зрілого ставлення до себе та інших, гнучкість, контактність та розвинених цінностей та ідеалів.

Методики дослідження: З метою розв'язання визначених дослідницьких завдань у роботі було використано : теоретичні методи: дослідження психологічної літератури, узагальнення та систематизація фактів.

Емпіричні методи: - тест вимірювання рівня самоактуалізації (Е.Шостром), адаптований Н. Ф. Каліною.

- Тест-опитувальник особистісної зрілості (Ю. Гільбух). Діагностика рівня зрілості особистості.

- Шкала задоволеності життям (The Satisfaction with Life Scale, SWLS).

Методи статистичної обробки даних:

- Описова статистика
- Кластерний аналіз
- Критерій Манна — Уїтні
- Кореляційний аналіз.

Вибірка: Вибірка сформована на базі українських університетів, студенти 3-5 курсів.

Структура та обсяг. Робота складається з вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних джерел та додатків.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ САМОРЕАЛІЗАЦІЇ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

1.1 Ключові теоретичні підходи до визначення поняття самореалізація

У сучасному світі зрозуміло, що розвиток і культивування людського потенціалу стає одним із нових питань, які потребують вирішення. На сьогоднішній день більший акцент робиться на самостійності, ініціативності людини. Безперечно, усе це свідчить про те, що проблема самореалізації стає дедалі актуальнішою.

Термін «самореалізація» як психологічний, педагогічний, філософський, соціологічний та інший науковий напрям широко вживається як вітчизняними науковцями, так і зарубіжними.

В філософському контексті «самореалізація» розглядалась в межах двох підходів: есенціального та екзистенціального. Яскравий представник есенціального підходу — Аристотель та його послідовники. В межах есенціального підходу, вони самореалізацію визначають як втілення людської природної сутності, що є першорядною особистісному існуванню, та такою, де є абсолютний ідеал до якого прагне людина. У результаті, есенціальний підхід, заперечує в бутті людини особистісний вимір та особливість свого способу життя.

Екзистенціальний підхід розглядав Сократ його позиція щодо проблеми самореалізації базується на екзистенціальній філософії, представники якої вважають, що суб'єктивність людини первісно позбавлена будь-якої визначеної сутності, а її формування обумовлюється особистісною життєдіяльністю. Людина є такою, якою вона робить сама себе. Тобто людина має свою особисту волю та під соціальним розвитком самореалізація людини є неминучою.

Філософські аспекти самореалізації людини виявляють істотні відмінності між східним і західним розумінням самореалізації. Західні люди активно опановують зовнішній світ, діють у ньому як актори та трансформатори, змінюють світ і підпорядковують світ собі. Схід – інший. Він вказує на вищі цінності та сенс існування, а вихід із цих цінностей – мислити через самозанурення та самоізоляцію. Східні люди шукають абсолюту.

Поняття "самореалізація" (self-realisation) часто пов'язують зі словниками з філософії та психології початку 20-го століття, зокрема з виданнями, опублікованими в Лондоні близько 1902 року. Це поняття почав використовувати у своїх працях з психології особистості Альфред Адлер [1]. З точки зору А. Адлера, люди насамперед орієнтовані випередити інших, що є основним законом людського буття. Основними рисами здорового індивіда А. Адлер вважає конструктивне прагнення до вдосконалення, сильне суспільне почуття і кооперацію. Для Адлера, зверхність — це не просто домінування над іншими, а прагнення до найвищого рівня розвитку, який індивід здатний досягти. Це вроджене бажання є рушійною силою життя, без якого людське існування неможливе[1]. Адлер не надавав чіткого визначення самореалізації, розглядаючи її, як філософську концепцію. Він також не деталізував механізми цього процесу, зосереджуючись на загальному прагненні людини до вдосконалення.

Поняття самореалізація стало центральним у гуманістичній психології, яка орієнтується на розвиток позитивних аспектів людської особистості. Такі видатні представники цього напрямку як: Абрахам Маслоу, Карл Роджерс та Віктор Франкл, розглядали прагнення людини до самореалізації як фундаментальну потребу. Вони визначали самореалізацію, як процес розкриття вроджених потенціалів особистості. Саме Абрахам Маслоу найбільш детально

дослідив сутність самореалізації. Психолог Абрахам Маслоу, класифікував людські потреби за рівнями, утворивши відому піраміду потреб. Згідно з Маслоу, людські потреби розташовані у вигляді ієрархії, з фізіологічними потребами (виживання) внизу і більш творчими та інтелектуально орієнтованими потребами “самоактуалізації” на вершині. Потреби які знаходяться нижче задовольнити простіше, ніж потреби які перебувають на горі піраміди.

Маслоу виділив 5 основних потреб:

Фізіологічні потреби (Біологічні потреби) - це фундаментальні потреби, необхідні для виживання організму. Вони включають в себе: потребу в їжі, воді, захисті, відпочинку, а також сексуальні потреби.

Потреба в безпеці (Потреба в захищеності) - після задоволення фізіологічних потреб, люди прагнуть до відчуття безпеки. Це включає в собі: фізичну безпеку, емоційну безпеку та матеріальну безпеку, а саме: фінансова стабільність, впевненість у майбутньому, захист від насилля.

Соціальні потреби (Потреби в соціальній взаємодії). Це такі потреби як: в приналежності, дружбі, любові, охоплюють відчуття приналежності до чогось або когось, а також потребу в підтримці, та коханні.

Потреба у визнанні (цей рівень пов'язаний з прагненням людини досягти успіху). Задовольняються потреби в досягненнях, компетентності, повазі з боку навколишніх, визнанні та в самооцінці. Це дозволяє людині відчувати свою значущість, впевненість у власних силах і гідності.

Потреби в самовираженні та самореалізації полягають у потребі реалізувати свої потенційні можливості та в потребі у постійному зростанні.

Згодом Маслоу розширив піраміду, включивши пізнавальні та естетичні потреби, а згодом і трансцендентні потреби.

Самоактуалізація за А. Маслоу – це бажання людини стати тим, ким вона може стати, досягти вершин свого потенціалу; це не тільки кінцевий стан, але й процес актуалізації своїх можливостей [39].

А. Маслоу наводить такі характерні риси самореалізованої особистості: [39]:

1. Повне сприйняття реальності. Самореалізована людина завжди сприймає навколишній світ таким, яким він є насправді, і всі люди і речі, що його оточують, сприймаються самореалізованою людиною об'єктивно і неупереджено, з усіма їх перевагами і недоліками.

2. Із розумінням ставиться до себе, інших та природи. Самореалізовані люди сприймають себе без осуду. Вони не критикують свої недоліки, тому що постійно прагнуть самовдосконалюватися.

Також такі люди завжди впевнені у своїх діях, спонтанних і природних вчинках, тому не відчують надмірної провини, сорому і страху.

3. Щирість, відкритість і природність. Простота поведінки, щедрість і вміння долати гнів - це риси самореалізованих людей.

4. Фокусованість на проблемі. Самореалізовані люди віданні своїй справі та своєму захопленню. А. Маслоу порівнював таку повну віддачу праці з любовним захопленням: «створюється враження, що особистість і діяльність призначені одна для одної, вони ідеально відповідають одна одній і належать одна одній, як ключ і замок».

5. Самостійність а саме: потреба побути в самоті. Немає сумніву, що потреба час від часу залишатися наодинці є невід'ємною частиною процесу самореалізації людей.

6. Автономія: свобода від впливу культури та зовнішнього середовища. Особистості, які відчують себе автономними, мають більше контролю над своїм життям та можуть приймати рішення, які найкраще відповідають їхнім потребам та бажанням. Самореалізовані люди є активними, відповідальними та самодисциплінованими, вони відчують “психологічну свободу”.

7. Свіжість сприйняття. Самореалізовані люди також високо оцінюють удачу та підтримку долі, вони шанують своє здоров'я, друзів, родину та все, що їх оточує.

8. Вершинні або містичні переживання. Самореалізовані люди можуть відчувати певний тип переживань, які називаються вершинними. Ці переживання – це певні стани, в яких перебуває людина під час хвилюючих моментів життя, це наприклад почуття любові, пізнання, розуміння та інші важливі, хвилюючі ситуації нашого життя .

9. Суспільний інтерес. Самореалізовані люди прагнуть використовувати свої здібності та таланти для того, щоб зробити світ кращим.

10. Глибокі міжособистісні стосунки. Особи, які є самореалізованими завжди знаходяться в глибоких та тісних взаємостосунках з іншими. Ті, з ким вони перебувають у зв'язках, часто також є більш психологічно здоровими та більш самореалізованими особистостями.

11. Демократичний характер. Їхня демократичність проявляється в тому, що вони проявляють повагу до всіх людей, незважаючи на їхні культурні, соціальні чи ментальні особливості.

Іноді, термін «самореалізація» і «самоактуалізація» використовуються в психології як синоніми. Внаслідок специфіки суб'єктивного, внутрішнього (самоактуалізація) і об'єктивного зовнішнього (самореалізація) планів розрізняють самоактуалізацію і самореалізацію. А також їх різноманітні мотиваційні основи: самоактуалізація пов'язана з різними “світами людей”, а самореалізація – з об'єктивністю повсякденного життя.

Згідно з науковими дослідженнями, самореалізація – це внутрішньо мотивований процес, під час якого людина свідомо прагне досягти максимального рівня професійної компетентності. Цей процес передбачає постійний розвиток, самовдосконалення та адаптацію до мінливих умов навколишнього середовища [3 с.32].

Теорія Карла Роджерса[40] базується на феноменологічному підході, згідно з яким кожна людина має вроджену потребу в самоактуалізації. Цей

процес пов'язаний з поняттями «організм», «Я», «ідеальне Я» та «реальне Я». Феноменологічне поле – це сукупність усіх суб'єктивних переживань людини. Організм, згідно з Роджерсом, є центром усіх наших переживань, відчуттів та емоцій. Свідомість — це процес надання сенсу нашим переживанням, їх символізація [40].

Уявлення про самореалізацію міститься і роботах Е. Фромма [38]. На думку Фромма самореалізація властива кожній людині.

"Щоб зрозуміти людську душу, необхідно аналізувати потреби людини, що формуються під впливом життєвих обставин." [38, р. 25].

Еріх Фромм, німецький психолог та філософ, вважав, що люди мають п'ять основних екзистенціальних потреб, які є ключовими для їхнього психічного здоров'я та добробуту. Ці потреби не є вродженими, а розвиваються протягом життя людини в процесі взаємодії з соціальним середовищем.

- Потреба у зв'язках;
- потреба в духовному розвитку;
- потреба в належності до чогось або когось;
- потреба в самовизначенні;
- потреба в цінносних орієнтацій.

Необхідність у зв'язках полягає прагненні людини до єднання з іншими, до відчуття приналежності до групи, сім'ї чи спільноти таким чинним долає відчуття ізоляції. Прагнення духовного зв'язку дозволяє досягти своїх цілей та досягнути автономії. Потреба в належності полягає в тому, щоб відчувати стабільність та міцність родинних зв'язків. Потреба самовизначенні спонукає нас до самопізнання, рефлексії та пошуку відповідей на екзистенціальні питання. І, зрештою, людина не може існувати без системи координат, яка допомагає орієнтуватися у світі.

Синонімом “самореалізації особистості” є термін Г. Олпорта “зріла особистість”. Автор вважав, що розвиток особистості — це безперервний

процес самовдосконалення, під час якого людина бере на себе відповідальність за своє життя. Він виділив такі риси зрілої особистості[39]:

1. Людина повинна мати широкий світогляд. Особистість має виходити за межі власних інтересів.

2. Зріла особистість здатна співпереживати іншим людям. Така особистість може відчувати почуття єдності з усіма людьми не дивлячись на різні ідеали та принципи, може розуміти емоції інших людей.

3. Вона має здорову самооцінку та добре ставлення о себе. Саме позитивна оцінка себе, фрустрація дає можливість безболісно переживати невдачі та труднощі. А також діяти так, щоб її емоційні стани не зашкодили іншим людям.

4. Вона реалістично оцінює навколишній світ, може адаптуватись, а саме людина здатна пристосуватися до змін, вирішувати проблеми та без труднощів реагувати на стресові ситуації.

5. Вона здатна до саморефлексії, а саме здатність аналізувати свої думки, почуття та вчинки, усвідомлення своїх сильних та слабких сторін.

6. Зріла особистість має особисті чіткі цілі до яких вона йде, має принципи, які надають життю зміст.

Самореалізація за Л.В. Сохань – це не просто досягнення успіху, а процес постійного розвитку та самовдосконалення. Це шлях, на якому людина реалізує свій потенціал, досягає гармонії з собою та світом [33]. Отже, щоб повною мірою реалізувати себе, людина повинна не лише досягати зовнішніх цілей, а й жити відповідно до своїх внутрішніх переконань та цінностей.

За О. Савчук, особистісна самореалізація — це нескінченний шлях пошуку себе, своїх талантів та можливостей, а також їхнього подальшого розвитку та застосування в різних сферах життя, таких як: професійна діяльність, особистісні стосунки, творчість, соціальна взаємодія, а також в умовах навчання, що дозволяє людині реалізувати свій потенціал у повному обсязі[22].

Отже, самореалізація — це прагнення особистості максимально виявити і розвинути свої внутрішні можливості [10]. Можна сказати, що самореалізація відіграє найважливішу роль у всьому життєвому шляху людини і визначає її шлях. Протягом усього життя також змінюється образ світу людини. Відповідно в процесі особистісного розвитку він повинен ставати повнішим та адекватнішим. Проте, для успішної самореалізації важливою умовою виступає динамічна функціональна єдність, де, як образ світу, так і образ «власного Я», знаходяться в гармонії та врівноваженні через осмислене розуміння свого місця у світі й використання виважених соціальних умінь.

1.2 Основні складові самореалізації особистості

Процес саморозвитку особистості досліджується у контексті різноманітних психологічних проблем: індивідуація, самоактуалізація, самотрансценденція, саморозвиток, самогармонізація, самодетермінація, самозмінювання (О. І. Артёмова, О. Г. Бабчук, І. В. Бринза, Т. П. Вівчарик). Як частина самореалізації розглядається особистісний потенціал.

Не дивлячись на семантичну суперечність між термінами «самоактуалізація», «самореалізація», «самооцінка», важливо розрізняти їх задля термінологічної ясності.

Самореалізація (self-realisation) це процес, в якому людина прагне розкрити свій потенціал і пізнати себе глибше. Самореалізація включає розвиток своїх здібностей, виявлення внутрішніх цінностей і цілей, а також пошук сенсу життя.

Самоактуалізація (self-actualisation) як психічне поняття була введена пізніше і має самостійне значення, яке відрізняється від самореалізації. Поняття "самоактуалізація" сьогодні має широкий спектр значень. Воно включає в себе не лише прагнення до професійного зростання, а й поглиблення самопізнання,

розвиток творчих здібностей, пошук сенсу життя та досягнення внутрішньої цілісності та гармонії [6].

Самореалізація розглядається як процес особистісного зростання, тоді як самоактуалізація означає досягнення стану «Я вже реалізувався», «Я є тим, ким я маю бути», де людина усвідомлює свою цілісність та реалізованість.

В. Франкл пропонував концепцію реалізації людиною трансцендентних цінностей і сенсу життя, тому був противником егоцентричності моделі людини, яка само реалізується [36]. Самотрансценденцію вчений розглядав як загальнолюдський феномен, а самоактуалізацію – як продукт, який походить від самотрансценденції. Самореалізація неможлива без самотрансценденції – виходу за межі власного "Я". Людина повинна бути орієнтована на справу, яку вона виконує, або на людей, з якими вона взаємодіє. Це відбувається тоді, коли людина повністю віддається своїй справі, служить іншим або прагне досягнення більш високих цілей. [4, 5].

Ще до А. Маслоу існували ідеї самореалізації людини, що не стали поширеними в силу особливостей історичної епохи. Зокрема, ще у 40-их роках ХХ століття Г. С. Костюк, через вивчення складної діалектики впливу природних задатків та соціальних умов автор підкреслює активну роль особистості у формуванні власного "Я", людина не просто пасивно зазнає впливу зовнішнього світу, а й має здатність свідомо обирати напрямки свого розвитку, так він дійшов до ідеї саморозвитку: “Людина починає свідомо працювати над собою, формуючи свої якості, вдосконалюючи наявні якості, прагнучи до певного ідеалу, розвиваючи нові навички. Це прагнення до самовдосконалення, яке включає в себе як фізичний, так і психічний розвиток . Це свідчить про вищі рівні розвитку особистості. Завдяки свідомій цілеспрямованості, індивід отримує можливість активно впливати на свої думки, почуття та поведінку. [17, С. 37].

Саморозвиток тісно пов'язаний процесом самореалізації - виявлення, об'єктивація внутрішніх можливостей особистості, її здібностей та устремлінь.

І. П. Маноха зазначає, що саморозвиток є процесом накопичення власного потенціалу, енергії, умінь, навичок та здібностей, тоді як самореалізація — це прояв і реалізація всього цього. [22]. Отже, самореалізація постає як найважливіший шлях для розкриття індивідуального потенціалу.

Анджей Анг'ял розглядає свою концепцію саморозвитку через призму трьох взаємопов'язаних вимірів. Вертикальний вимір (людина розвиває свої глибинні потреби). Прогресивний вимір (розвиток особистості супроводжується пошуком ефективних способів, щоб досягнути цілей). Горизонтальний вимір (збільшення координації та багатогранності). Саморозвиток характеризується гармонійним зростанням у трьох напрямках. С. Рубінштейн висловив свою думку про те, що саморозвиток і самовиховання людини виявляються не в постійній праці над собою, своїм самовдосконаленням, а саме в активній позиції щодо зовнішнього світу та розуміння свого місця в ньому [12].

Т. П. Вівчарік запропонувала структурно-функціональну модель самореалізації особистості, яку розглядає «через індивідуаційний процес (внутрішнє) і механізм опредметнення (зовнішнє)», що стають механізмами самореалізації «за умови самопізнання, самоусвідомлення, самознаходження і самоздійснення» [7, с. 18-19].

В. Муляр говорить про те, що особистість завжди спрямована на самовдосконалення, вона прагне досягнути ідеалу, як суб'єкт життя. Дана активність особистості і дає їй власне усвідомлення себе як суб'єкта, дає змогу побачити і відчувати себе як джерело життєвих змін, причиною ситуацій та вчинків.

Особистісний потенціал – це сукупність здібностей, талантів, якостей та можливостей людини, які можуть бути розкриті та розвинені протягом життя. Він є ключовим фактором, що визначає рівень самореалізації особистості.

Потенціал особистості – це жива система, яка постійно змінюється та розвивається, забезпечуючи успішну адаптацію людини до різних сфер життя. [25, с. 411].

Вітчизняні дослідники В. Р. Міляєва, Н. К. Лебідь, Ю. В. Бреус пропонують свою будову потенціалу особистості:

1) мотиваційний аспект – складається з інтересів, цінностей, потреб та цілей, і є рушійною силою, вони формують наш внутрішній компас, який вказує напрямок нашого розвитку.

2) стильовий аспект – особливості структури діяльності, вольові якості, стиль саморегуляції та локус контролю – це індивідуальні характеристики, які визначають, як ми плануємо, організовуємо та контролюємо свої дії для реалізації потенціалу.

3) інструментальний аспект – це сукупність рис, які вказують на наявні у людини задатки, досвід (як позитивний, так і негативний), а також потенціал для подальшого навчання та розвитку. [25, с. 412].

Задоволеність життям слугувала чинником самореалізації.

Умови життя, місце, де ми живемо, і наше бачення світу формують загальну картину нашого щастя та благополуччя.

Задоволеність (англ. satisfaction) – це індивідуальне сприйняття та оцінка різноманітних аспектів життя, від конкретних речей до загального стану буття, наприклад: умови життя, відносини з людьми.

На думку Н.В. Паніної, задоволеність життям – це комплексне відчуття психологічного комфорту, яке охоплює низку аспектів: активний інтерес до життя, рішучість і цілеспрямованість у досягненні життєвих цілей, гармонія між бажаним і реальним, позитивна самооцінка та загальний позитивний настрій. Вона підкреслює, що саме емоційний стан людини (настрій, відчуття) є ключовим компонентом цього загального індексу задоволеності життям.

Самооцінка особистості представляє собою оцінку, яку людина дає своїм внутрішнім характеристикам, що відображаються в її особистості, здібностях, досягненнях та поведінці в різних аспектах життя. Ці аспекти можуть включати зовнішній вигляд, професійний успіх, рівень освіти, взаємини з оточуючими, самоповагу та інші фактори [16].

Існують різні підходи до розуміння поняття самооцінки. К. Роджерс вважає, що самооцінка є структурним компонентом Я-концепції особистості, яка формується через взаємодію зі значущими людьми.

Таким чином, поняття самореалізація є комплексним і складним. Воно пов'язано із поняттями самооцінки, задоволеністю життям, потенціалом особистості та ін.

1.3 Психологічні особливості самореалізації студентів

Проблема самореалізації молоді в нашій країні є найактуальнішою. Студентської молоді важливо зрозуміти свої інтереси, цінності та мрії, щоб знайти гармонію з собою та своїми діями. Самореалізація це процес, в якому людина прагне розкрити свій потенціал і пізнати себе глибше. Самореалізація студентської молоді включає в собі три рівні: освітню, особисту та професійну.

Існує багато різних підходів до того, як розділити людей на вікові категорії.

Стадії людського життя, за Е. Еріксоном [15]:

1. У перший рік життя дитина формує базову довіру або недовіру до світу, залежно від того, наскільки повною мірою задовольняються її потреби.

2. На шляху до самостійності: (2–3 роки). Це період, коли дитина активно освоює навколишній світ. Важливо надавати їй можливості для самостійних дій, щоб сформувати впевненість у своїх силах.

3. Ділова спрямованість та почуття провини. (4–6 років). Діти в цьому віці дуже допитливі і енергійні. Наслідуючи дорослих, вони вчаться новим речам і

набувають соціальних навичок. Однак, якщо дитину карають, вона може відчувати провину.

4. Вміння та почуття неповноцінності (6–11 років). Дитина прагне досягнень, але може відчувати розчарування, якщо щось не виходить. Школа відіграє важливу роль у цьому процесі, стимулюючи розвиток мислення, творчих здібностей та соціальних навичок.

5. Процес формування власного "Я" і спроби зрозуміти, хто ти є (12–15 років для дівчат і 13–16 років для хлопців). Дитина намагається об'єднати в єдине ціле всі свої ролі (школяр, спортсмен, син/донька), але іноді їй буває важко зрозуміти, ким вона є насправді.

6. Між близькістю і самотністю: Коли людина шукає глибоких зв'язків, але водночас відчуває потребу в особистому просторі. (вік до 25)

7. Універсальність або самопізнання. (до 50 років)

8. Цілісність і безнадійність. Коли закінчується основна справа життя, людина може відчувати втрату сенсу та цілісності. Задоволення від пережитого. Уже є внуки, освоєння нових ролей – «дідуся», «бабусі».

За класифікацією Генрі Крайг умовно можна виділити три стадії зрілості людини • рання зрілість (молодість – 18 – 30/35 років) • зрілість (середній вік – 35 – 60/65 років) • пізня зрілість (старість – від 60 років і старше)

Як Еріксон, так і Крайг підкреслюють, що вік 18-25 років є критичним для особистісного розвитку, формування ідентичності та самореалізації.

Професійна самореалізація в процесі соціалізації проявляється на двох рівнях:

1) відтворювальний (репродуктивний), на цьому етапі індивід схильний відтворювати вже існуючі шаблони поведінки та мислення, ігноруючи потреби у професійному розвитку. Він уникає нових знань, умінь та навичок, що обмежує його здатність до адаптації до мінливих умов професійного середовища;

2) креативний (творчий), відбувається перехід від пасивного засвоєння знань до активного їх використання для створення чогось нового та оригінального в межах професійної діяльності [2].

Сучасні українські вчені С. Максименко та В. Осьодло пропонують детально вивчити поняття самореалізації, розглядаючи його як процес і результат професійної діяльності. Для цього він пропонує використовувати наступні критерії:

- (структурний) організаційний – це стосується того, наскільки чітко людина розуміє свої цілі в кар'єрі, що її мотивує, її амбіції, які цінності для неї важливі, наскільки вона задоволена своєю роботою та прагне до розвитку;

- креативно-діяльний або діяльнісно-творчий – це стосується того, як людина виконує свої професійні обов'язки, які методи і прийоми вона використовує, наприклад: організацію робочого процесу, взаємодію з колегами, вирішення проблемних ситуацій, а також здатність до інновацій;

- особистісно-діяльнісний або суб'єктно-особистісний – це стосується того, як людина розвивається як професіонал, які особистісні якості вона формує та вдосконалює чи бере відповідальність за свою роботу;

- ефективно-професійний або результативно-професійний – рівень наскільки успішно людина виконує свої професійні обов'язки, які результати вона досягає [20]. Деякі психологи думають що розвиток здатності особистості до самореалізації як прояв і розкриття спектру можливостей пов'язують із освітою, адже освіта – це становлення образу людини, суб'єкта, який сам розвивається і самореалізується, співвідносить себе з ідеальним “Я”.

В. А. Гупаловська розглядає самореалізацію як процес розкриття індивідуального потенціалу людини в різних сферах життя, особливо в професійній діяльності. Професійна самореалізація, за її твердженням, є важливим фактором становлення зрілої особистості, що характеризується гармонією внутрішнього світу і зовнішньої діяльності, а також реалізацією

таких якостей, як креативність, самоактуалізація і соціальна відповідальність. [11].

Є певні рівні професійної самореалізації [12 с. 60]:

Людина з низьким рівнем професійної самореалізації характеризується: не намаганням розкрити свої здібності та таланти, обмежується лише тим, що в неї вже добре виходить, не докладає зусиль для розвитку, має недостатньо чітке уявлення про те, чого вона хоче досягти в житті, не ставить перед собою амбітних цілей. Також відзначається низький рівень усвідомлення своєї життєвої позиції.

Люди з середнім рівнем професійної самореалізації зазвичай: прагнуть розвиватися, але їхні бажання часто залежать від того, що думають про них інші люди, можуть ставити цілі і докладати зусиль, але їхня мотивація може змінюватися залежно від обставин, часто сумніваються у своїх здібностях та силах.

Люди з високим рівнем професійної самореалізації: такі особистості намагаються розвиватися, активно шукають можливості до самореалізації, мають чіткі цілі та план їх реалізації, здатні керувати своїми емоціями та поведінкою, вони впевнені у своїх силах та несуть відповідальність за свої рішення.

Отже, професійна самореалізація визначається як соціалізований процес розвитку особистості, що поєднує набуття професійного та духовного досвіду під час первинного професійного становлення та вдосконалення, і є важливою складовою розкриття та реалізації особистісного потенціалу. Професійна та особистісна самореалізація тісно пов'язані між собою. Через професійну діяльність людина не лише досягає професійних висот, але й розвивається як особистість, розкриває свої таланти та потенціал.

Висновки до першого розділу:

1. Самореалізація носить комплексний міждисциплінарний характер. Було розглянуто особистісну самореалізацію особистості як що допомагає особистості розвинути навички та якості необхідні для кар'єрного розвитку та задоволеністю життям.

Існують різні підходи до визначення поняття "самореалізація", однак більшість дослідників погоджуються, що це процес, у якому людина повністю розкриває і реалізує свій потенціал, виявляючи таланти, розвиваючи навички та здібності. В цілому самореалізація це процес в якому людина реалізує свій потенціал, виявляючи таланти. Самореалізація – це невід'ємна частина життя кожної людини. Вона проявляється у всіх сферах нашої діяльності і допомагає нам краще зрозуміти себе, свої бажання і можливості. Можна визначити, що особистісна зрілість є результатом особистісного розвитку особистості.

3. Складовими самореалізації особистості є „саморозвиток” (процес активної роботи людини над собою), „особистісне зростання” (це процес розвитку та вдосконалення особистості через набуття нових знань, умінь, зміну переконань і цінностей), „самоактуалізація” (прагнення до внутрішньої гармонії, інтеграції особистості, пізнання і прийняття власної природи), задоволеність життям, потенціал особистості, особистісна зрілість.

3. Юнацький вік 18-25 (студентська молодь) є періодом активного розвитку професійного, освітнього самовизначення. Через професійну діяльність та особисте життя людина розвивається, пізнає себе і світ. Саме в цих сферах відбувається найбільш активний процес самореалізації. Також може відбуватись самореалізація, зокрема відокремлюють сфери творчого та освітнього життя. Всі вони взаємопов'язані між собою. Таким чином, можна констатувати, що процес самореалізації складається з чіткого й прямого процесу свідомого планування життям та реалізація життєвих планів.

РОЗДІЛ 2 МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ

2.1 Етапи емпіричного дослідження.

Дослідження було проведено у три етапи: підготовчий, діагностичний та аналітико - інтерпретаційний.

На першому (підготовчому) етапі розроблявся організаційно методичний підхід до вивчення предмету дослідження. У відповідності до мети та завдань були відібрані надійні та валідні психодіагностичні методики. Також на підготовчому етапі обґрунтовується та підбирається вибірка досліджуваних.

На діагностичному етапі проводилась діагностика властивостей особистості які можуть бути гіпотетично пов'язані з самореалізацією особистості.

На діагностичному етапі проводилась безпосередня діагностика властивостей особистості, які можуть бути пов'язані з самореалізацією. Було проведено тестування за допомогою обраних методик, при цьому дотримувались основних вимог до емпіричних досліджень: відповідність методик до мети, надійність, анонімність, валідність і об'єктивність наданих опитувальників; наявність інструкцій тестів, невтручання дослідника в процес надання відповідей тощо.

На аналітико - інтерпретаційному етапі була здійснена обробка первинних даних, їх статистичний аналіз та інтерпретація отриманих результатів.

Відповідно до мети дослідження було обрано діагностичний інструментарій. Методики котрі були використані в дослідженні:

- Тест вимірювання рівня самоактуалізації (Е. Шостром, адаптований Н. Каліною) – цей тест дозволяє оцінити рівень самореалізації, що є ключовим для дослідження гіпотези.

- Тест-опитувальник особистісної зрілості Ю. Гільбуха. Цей тест використовується для визначення рівня особистісної зрілості, що може бути одним із основних чинників самореалізації.

- Шкала задоволеності життям (The Satisfaction with Life Scale, SWLS). Ця шкала дозволяє оцінити рівень загальної задоволеності життям, що є важливим показником для вивчення благополуччя студентської молоді.

Статистичні методи: для обробки даних була використана комп'ютерна програма JASP та SPSS.

Кластерний аналіз був використаний для розподілу вибірки на кластери, що дозволило виявити схожість між об'єктами дослідження. Зокрема U-критерій Манна - Уїтні порівняв ці два кластери, виявляючи, чи існують значущі відмінності в показниках між ними. Цей непараметричний метод допомагає краще зрозуміти, як різні групи реагують на досліджувані чинники. Наступний метод був кореляційний аналіз. Він допоміг вивчити взаємозв'язки між різними шкалами за характеристиками. Це дозволило виявити приховані залежності, які можуть мати значення для дослідження. Аналізуючи кореляційні зв'язки, ми змогли краще зрозуміти, як психологічні показники взаємодіють між собою.

2.2 Характеристика вибірки дослідження

Вибірка склала 60 респондентів віком від 18 до 25 років, які є студентами вищих навчальних закладів України.

Таблиця 2.1 репрезентує соціально-демографічні характеристики основної вибірки дослідження.

Таблиця 2.1

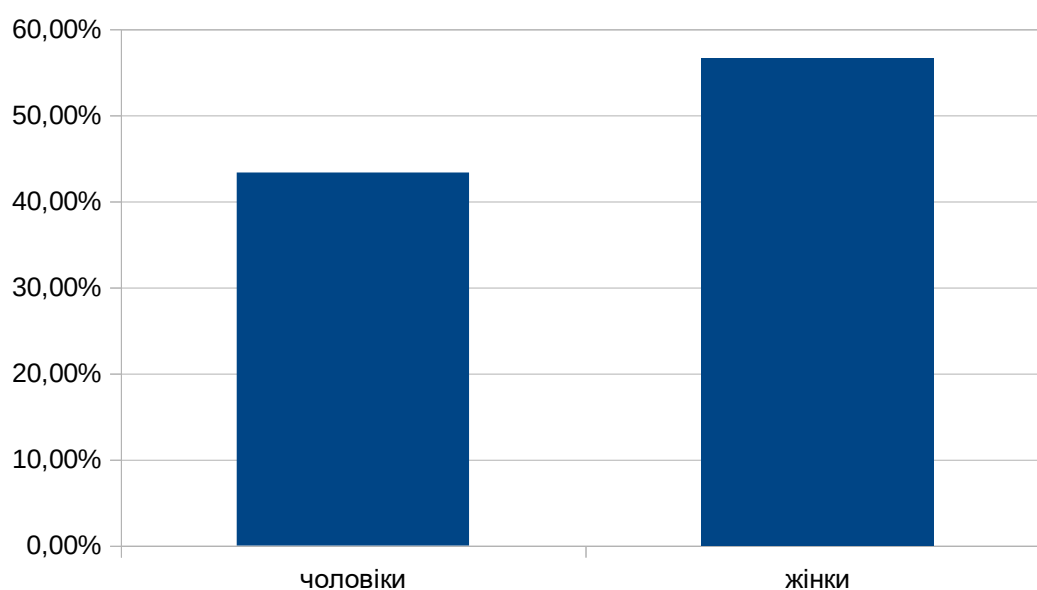
Параметр	Категорія	Кількість досліджуваних
Група	Студенти магістри	27 осіб
	Студенти 4-го курсу	16 особи
	Студенти 3-го курсу	17 особи
Стать	Жіноча	34 особи

	Чоловіча	26 особи
--	----------	----------

З них 6 осіб- 25 років, 5 осіб — 24 роки, 10 осіб — 23 роки, 17 осіб — 22 років, 10 осіб- 21 року, 5 осіб — 20 роки, 4 особи — 19 років, 3 особи — 18 років.

У вибірці переважають студенти у віці 22, 21 та 23 років, що становить загалом 37 осіб відповідно. Це може вказувати на те, що більшість респондентів є студентами старших курсів, які вже мають певний досвід у навчанні та можуть більш усвідомлено підходити до питання самореалізації. Більшість респондентів (39 осіб) навчаються в містах Харкова, у вищих навчальних закладах Івано-Франківська були опитані (11 осіб) та інших регіонів України (10 осіб).

У вибірці взяли участь 60 осіб (N=60), з яких 34 (56,67%) — жінки, а 26 (43,33%) — чоловіки.



Для вивчення проблеми самореалізації було вирішено розподілити респондентів відповідно показникам самоактуалізації. Тому яку самоактуалізація розглядаємо як одну з основних складових самореалізації. За допомогою кластерного аналізу вибірку було розподілено на дві групи. Відповідно з високим та низьким рівень самоактуалізації. Розподіл на дві групи

самоактуалізації дозволяє вивчати особливості студентів високі показники самореалізації будуть відповідати більш високим показником самоактуалізації.

Дані були зібрані за допомогою онлайн-опитування, яке респонденти заповнювали протягом 50 хвилин. Опитування було розміщене на платформі Google Forms, що забезпечило зручний доступ до тестів для респондентів, а також анонімність процесу. Всі респонденти отримали чітку інструкцію щодо заповнення опитування та підтвердили свою згоду на участь у дослідженні.

Респонденти мають одну вікову групу що дозволяє її розглядати як репрезентативну.

2.3 Характеристика методик досліджень

1. Опитувальник вимірювання рівня самоактуалізації САМОАЛ (адаптований Каліною)

Ця методика САМОАЛ складається з 100 пунктів і побудована на принципі вибору одного з наведених тверджень, формуючи 11 шкал: «Орієнтованість у часі»; «Цінності»; «Погляд на природу людини»; «Потреба у життєвому пізнанні»; «Прагнення до творчості, або креативність»; «Автономність»; «Спонтанність»; «Саморозуміння»; «Аутосимпатія»; «Контактність»; «Гнучкість у спілкуванні».

Орієнтованість у часі. За допомогою цієї шкали визначається здатність людини жити сьогоднішнім, не відкладаючи своє життя “на потім” . Високий показник цієї шкали означає, що такі люди орієнтовані на майбутнє, ставлять перед собою цілі, планують свою майбутню діяльність.

Шкала цінностей. Це загальноприйняті цінності в людському житті наприклад: досягнення, справедливість, порядок, незалежність. Переважання цих цінностей свідчить про прагнення до гармонійного життя і здорових стосунків з іншими людьми, а не на бажання маніпулювати ними заради власної вигоди.

Погляд на природу людини. Цей показник символізує віру людей у силу людських здібностей. Високий бал за цю шкалу можна інтерпретувати як основу для гармонійних міжособистісних стосунків, природного співчуття, довіри до людей, чесності, справедливості та доброти.

Потреба у життєвому пізнанні. Ця шкала показує здатність індивіда до швидкого пізнання, таку як безкорисливе прагнення до нового, інтерес до об'єктів, які безпосередньо не пов'язані із задоволенням різних потреб.

Прагнення до творчості, або креативність. Це необхідний елемент для самоактуалізації, ставлення людини до творчості.

Автономність. Дана шкала характеризує ступінь незалежності людини від зовнішніх впливів та її здатність приймати самостійні рішення.

Спонтанність. Високий показник цієї шкали описує здатність людини діяти, реагувати досить швидко. Спонтанність співвідноситься з такими цінностями як, невимушеність, легкість, свобода.

Саморозуміння. Люди з високим рівнем саморозуміння можуть себе об'єктивно оцінити вони не змінюють свої оцінки та смаки під зовнішнім впливом. Низькі бали за шкалами саморозуміння характерні для людей, які піддаються впливу чужої думки та мають низьку впевненість у собі.

Аутосимпатія. Це своєрідна доброта до самого себе, яка проявляється у вмінні прощати собі помилки, підтримувати у складні моменти та цінувати свої досягнення.

Контактність. Ця шкала оцінює спроможність до встановлення тривалих і доброзичливих стосунків з оточуючими.

Гнучкість у спілкуванні. Люди з високими балами за цією шкалою роблять акцент на особистісному спілкуванні, менш схильні до обману та маніпуляцій, не плутають саморозкриття з самопрезентацією, тобто стратегії і тактики боротьби зі створеними враженнями. Низькі показники показує що

людині важко спілкуватись вона є не гнучкою та невпевнена у власному вмінні спілкуватись.

Респондентам в опитувальнику САМОАЛ пропонується 100 тверджень, побудованих таким чином, що для кожного з них необхідно вибрати одне з двох варіантів: «А» чи «Б» те твердження яке вам до вподоби або найбільш влучно відображає ваші думки. Результати відповідей вноситься до бланку відповіді, якщо респондент пише в ручну або заповнюють Google форму.

2. Тест-опитувальник особистісної зрілості Ю. Гільбуха.

За допомогою теста можна виявити рівень особистісної зрілості. Тест має 5 шкал:

- Мотиваційна орієнтація.

Це спрямованість своїх зусиль на досягнення певних цілей, визначається її цінностями, потребами та інтересами. Іншими словами, шкала відтворює бажання особи до самореалізації, активності, лідерства, самостійності та прагнення до високих результатів.

- Ставлення до свого «Я».

Дана шкала відображає впевненість особистості в своїх власних можливостях, задоволеність в своїх уміннях, знаннях та навичках та рівнем своїх здібностей та суб'єктивне сприйняття особистістю чинників, які впливають на неї.

- Почуття громадянського обов'язку.

Ця шкала включає такі характеристики як: рівень зацікавленості в політично-соціальному житті, професійна свідомість, потреба в спілкуванні.

- Життєва установка.

Ця шкала показує систему переконань, цінностей та очікувань, яка формує наше сприйняття світу і впливає на наші рішення та поведінку. Одне з головних питань життєвої позиції в тому, чи зможе людина активно та незалежно втілювати свій власний вибір.

- Здібність до психологічної близькості з іншою людиною.

Здатність до психологічної близькості часто розглядається як один з ключових показників психологічної зрілості. Ця шкала включає в собі певні відчуття: доброзичливість, емпатія, духовне збагачення, активне слухання інших людей.

Опитувальник складається з 33 запитань, на кожне з яких пропонується 7 варіантів відповіді. Обираючи найвідповідніший варіант, учасник дослідження оцінює власні характеристики. Після того, як респондент відповість на всі запитання, підраховується результат. Загальний результат складається з балів, отриманих за всі запитання, і визначає рівень особистісної зрілості за такою шкалою:

Дуже високий: +99 - +75;

Високий: +74 - +50;

Задовільний: +49 - +25;

Незадовільний: менше +25.

3. Шкала задоволеністю життям (SWLS) (Еда Дінера)

SWLS — це короткий інструмент із 5 пунктів, який вимірює глобальну когнітивну оцінку задоволеності життям. Кожен повинен відповісти на 5 запитань за 7 бальною шкалою, де 7 означає повну згоду з твердженням, а 1 означає категоричну не згоду.

Висновки до другого розділу:

1. Дослідження самореалізації студентської молоді було проведено у три етапи: підготовчий, діагностичний та аналітико - інтерпретаційний. На підготовчому етапі були розроблені організаційно-методичні підходи, обрані методики, а також сформована вибірка респондентів. На діагностичному етапі передбачав проведення тестування з дотриманням основних вимог до дослідження, таких як анонімність, валідність та об'єктивність. На аналітико-інтерпретаційному етапі були здійснені обробка первинних даних і статистичний аналіз отриманих результатів.

2. Для дослідження було сформовано вибірку з 60 респондентів віком від 18 до 25 років, переважно студентів старших курсів вищих навчальних закладів. Студентські роки – це період активного формування особистості, коли молоді люди шукають себе, визначають свої цінності та інтереси. Такий вибір вибірки був обумовлений тим, що саме в цьому віці молоді люди активно займаються самореалізацією. За допомогою кластерного аналізу показників самоактуалізації вибірку було поділено на дві групи.

3. Використані психодіагностичні методики, такі як опитувальник рівня самоактуалізації (САМОАЛ), тест особистісної зрілості Ю. Гільбуха та шкала задоволеності життям (SWLS), дозволили всебічно оцінити психологічні аспекти самореалізації. Методики забезпечили можливість виявлення зв'язків між особистісними характеристиками та рівнем задоволеності життям, що є важливими показниками для аналізу благополуччя студентської молоді.

РОЗДІЛ 3. ЕМПІРИЧНИЙ АНАЛІЗ ДОСЛІДЖЕННЯ САМОРЕАЛІЗАЦІЇ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

3.1. Особливості самоактуалізації у студентської молоді

Таблиця 3.1

Описова статистика

	Середнє	ст. відхилення	Максимум	Мінімум
Орієнтованість в часі	6,97	2,504	14	1
Цінності	9,07	2,066	15	5
Погляд на природу людини	7,33	2,841	14	0
Потреба в життєвому пізнанні	9,08	2,339	14	3
Креативність	9,50	2,274	14	3
Автономність	9,22	2,415	14	3
Спонтанність	8,30	2,695	14	2
Саморозумінн я	9,23	2,392	14	5
Аутосимпатія	8,02	2,746	13	1
Контактність	8,67	2,412	14	5
Гнучкість у спілкуванні	8,92	2,342	14	5

Найвищі показники можна побачити в таких шкалах як: Креативність (9,50), Саморозуміння (9,23), Цінності (9,07), Потреба в життєвому пізнанні (9,08), Автономність (9,22) ці показники мають високі середні значення, що

вказує на значну схильність респондентів до розвитку творчих здібностей, саморозуміння та здатності до самостійного мислення та пізнання. Для студентів з високим рівнем самоактуалізації притаманні схильність до розвитку творчих здібностей, саморозуміння, потреба в життєвому пізнанні самостійності, гнучкість у спілкуванні.

Найнижчі показники: Орієнтованість в часі (6,97) і Погляд на природу людини (7,33) мають більш низькі середні показники, що може свідчити про менш виражену схильність до чіткого планування часу та менш оптимістичний погляд на природу людини в даній вибірці.

Стандартне відхилення (більше за 1) може свідчити про високу варіативність у відповідях респондентів.

Стандартне відхилення дає зрозуміти, наскільки різноманітними є відповіді респондентів у дослідженні. Для більшості показників стандартне відхилення варіюється від 2 до 2,8, що свідчить про наявність певної розбіжності в оцінках.

У результаті кластерного аналізу таблиця 3.2 видно, що два основні кластери мають різні значення по більшості аспектів самоактуалізації. Основні спостереження:

Група 1 (Активні розвиваючі особистості): Високі значення по більшості аспектів (креативність, автономність, потреба в пізнанні), що свідчить про групу студентів, які активно працюють над своїм розвитком і самореалізацією. Це свідчить про групу осіб, які мають високий рівень самоусвідомлення та саморозвитку, готові вкладати зусилля для досягнення особистих і професійних цілей. Вони активно прагнуть до самореалізації та реалізують свій потенціал на високому рівні, що також може вказувати на їхню орієнтацію на довгостроковий розвиток і зміни в особистому та професійному житті.

Група 2 (Особистості які мають потенціал): Трохи нижчі значення по багатьох показниках, але теж на доволі високому рівні. Цей кластер може

включати студентів, які мають потенціал для розвитку, але ще не реалізували його повною мірою.

Нижчі оцінки за креативністю та автономністю можуть свідчити про те, що студенти цієї групи, хоча й мають здібності до самостійного розвитку та творчого мислення, поки що не реалізували їх на повну потужність.

Оцінки за показниками, такими як потреба в пізнанні, можуть бути високими, але не досягати рівня групи 1, що може означати меншу активність у процесі самоосвіти або менший рівень ініціативи в пошуках нових можливостей.

Для студентів з високим рівнем самоактуалізації є притаманні більше бажання жити тут і зараз, а не в минулому, більш розвинута система цінностей, притаманна віра в добро людині, такі особи більш контактні вони більш незалежні, здатні приймати рішення самостійно, більш гнучкі в своїх поведінкових стратегіях, більш спонтанні, вони контактні, а також вони рефлексивні та мають більш адекватне ставлення до себе, тобто високий рівень аутосимпатії.

Щоб перевірити значимість різниці між кластерами було проведено статистичний аналіз ANOVA. Таблиця 3.3

3.2. Особливості особистісної зрілості студентської молоді

Таблиця 3.4

Описова статистика

	Середнє	Ст. відхилення	Максимум	Мінімум
Мотивація досягнень	7,77	7,153	24	-8
Ставлення до свого “Я”	8,38	10,537	41	-9
Почуття	4,00	4,084	11	-9

громадянськог о обов'язку				
Життєва установка	8,50	7,754	27	-11
Здатність до психологічної близькості з іншими людьми	4,00	4,451	16	-8

В описовій статистиці у всіх показниках спостерігається висока варіативність (стандартні відхилення досить великі), що свідчить про суттєві відмінності серед студентів щодо різних аспектів їхнього особистісного розвитку. Це означає, що в деяких студентів ці характеристики виражені сильно, а в інших слабо або зовсім відсутні.

Негативні значення в ряді показників у "Почутті громадянського обов'язку", "Ставленні до свого Я", "Здатності до психологічної близькості" можуть вказувати на те, що деякі студенти мають труднощі з цими аспектами, можливо, маючи низьку самооцінку або проблеми із соціальною інтеграцією.

Значення (наприклад, максимум 41 у "Ставленні до свого Я" або мінімум -11 в "Життєвій установці") свідчать про поляризацію серед студентів за рядом психологічних характеристик. Деякі студенти мають дуже високі показники, тоді як інші дуже низькі, що може вказувати на відмінності в сприйнятті себе і навколишнього світу.

Таблиця 3.5

	U	W	Z	Asymp. Sig.
	критерій	критерій		(2-tailed)

Мотивація досягнень	418,500	1013,500	-,352	,725
Ставлення до свого “Я”	369,000	964,000	-1,092	,275
Почуття громадськог о обов’язку	416,000	767,000	-,391	,696
Життєва установка	439,000	1034,000	-,045	,964
Здатність до психологічн ої близькості з іншими людьми	432,500	1027,500	-,143	,887

Критерій Манна - Уїтні показав відсутність значущих відмінностей. З огляду на отриманий результат ми можемо дійти висновку, що всі респонденти мають схожий рівень особистісної зрілості.

Під час кореляційного аналізу Таблиця 3.6 було виявлено кореляцію між шкалами самоактуалізації та особистісної зрілості.

Таблиця 3.6

	Ставлення до свого “Я”	Життєва установка
Контактність	$r = ,259^*$ $p = 0,046$	$r = 0,69$ $p = 0,599$
Гнучкість	$r = -,172$ $p = 0,188$	$r = ,261^*$ $p = 0,046$
Орієнтація в часі	$r = 0,032$ $p = 0,807$	$r = 0,327^*$ $p = 0,011$

Примітка:* - Значуща кореляція

Особистісна зрілість студентів з високим рівень самоактуалізації обумовлена добрим ставлення до свого “Я”, яке пов’язано з гнучкістю контактністю, добрим ставленням до інших, з високими показниками життєвої установки а саме: з сталою цілісно- смисловою сферою, формовані цінності, стандарти, ідеали та раціональність, а також з емоційною стійкістю, вмінням регуляції власних емоцій та з позитивною картиною світу.

3.3. Особливості задоволеності життям студентської молоді

Таблиця 3.7

Описова статистика

	Середнє	Ст. відхилення	Максимум	Мінімум
Переважаю моє життя близьке до мого ідеалу	4,40	1,380	7	1
Обставини мого життя виключно сприятливі	4,65	1,571	7	1
Я задоволений(- на) своїм життям	5,28	1,451	7	2
У мене в житті є те, що мені дійсно	4,65	1,424	7	2

необхідне				
Якби я міг прожити своє життя заново, я б залишив(-ла) все без змін	4,85	1,867	7	1

В середньому, респонденти оцінюють своє життя як близьке до ідеалу (середнє значення більше ніж 4, що вказує на деяке задоволення, але не досягнення ідеалу). Високе стандартне відхилення вказує на те, що є значні варіації в відповідях — деякі люди можуть оцінювати своє життя дуже позитивно, а інші — менш оптимістично.

Оцінка сприятливості обставин є позитивною, але знову ж таки не досягає максимальної точки. Люди, ймовірно, відчують певне задоволення від свого оточення, але є місце для поліпшень. Високе стандартне відхилення також свідчить про різницю в сприйнятті обставин.

В цілому респонденти задоволені своїм життям (середнє значення вище 5). Проте знову ж таки є деяка варіативність у відповідях, і деякі люди можуть бути менш задоволені.

Це вказує на те, що в більшості випадків люди відчують, що мають основні необхідні речі для життя, але знову ж таки є певний рівень невдоволення або недосагнення в цьому аспекті. Це питання демонструє високий рівень сумнівів або невдоволення щодо вибору у житті. Середнє значення близьке до 5, що може вказувати на те, що люди не є повністю задоволені своїм життям і, можливо, змінювали б певні моменти, якщо б мали таку можливість.

Таблиця 3.8

	U критерій	W критерій	Z	Asymp. Sig. (2-tailed)
Переважно моє життя близьке до мого ідеалу	405,000	1000,000	-,567	-,571
Обставини мого життя виключно сприятливі	433,00	1028,000	-,137	,891
Я задоволені й(-на) своїм життям	408,000	759,000	-,522	,602
У мене в житті є те, що мені дійсно необхідне	401,000	752,000	-,624	,532
Якби я міг прожити своє життя заново, я б залишив(- ла) все без змін	396,500	991,500	-,691	,489
Вік	327,000	922,000	-1,770	,077

Критерій Манна — Уїтні не показав значущих відмінностей між групами.

Кореляція між шкалами самоактуалізації та задоволеності життям.

Таблиця 3.9

	Я задоволений(-на) своїм життям
Контактність	$r=0,299$ $p=0,020$

Задоволеність життям студентів з високою самоактуалізацією пов'язана із виконаними бажаннями та потребами, стан загального задоволення він пов'язан з таким компонентом, як контактність, тобто потребою з спілкування з іншими, присутності іншого в житті.

3.4. Особливості взаємозв'язків показників самореалізації

Кореляція дозволяє вам вивчити, чи є взаємозв'язок між змінними. Метод Манна - Уїтні не показав відмінностей між кластерами по всіх змінних, тому було вирішено провести кореляційний аналіз, щоб дослідити взаємозв'язок між всіма шкалами. Для цього використовуємо кореляційний аналіз Пірсона.

Кореляція Пірсона вимірює силу та напрямок лінійного зв'язку між двома змінними. Кореляція може бути в межах від -1 (повна від'ємна кореляція) до +1 (повна додатна кореляція). Значення близьке до 0 вказує на відсутність лінійного зв'язку.

p-значення (Sig. (2-tailed)) вказує на рівень значущості кореляції. Якщо p-значення менше за 0,05 (звичайно обраний рівень значущості), то кореляція вважається статистично значущою, тобто вона ймовірно не випадкова. Якщо $p > 0,05$, то кореляція не є статистично значущою.

Шкала орієнтація в часі має зв'язок зі шкалою життєва установка (0,327, $p < 0,05$).

Це означає, що хороше управління часом може бути пов'язане з позитивними характеристиками особистості, такими як, здатність адаптуватися до змін та орієнтація на позитивне сприйняття свого життя.

Цінності мають кореляцію з такими шкалами як: Погляд на природу людини (0,344, $p < 0,001$), потреба в пізнанні (0,331, $p < 0,001$), креативність (0,314, $p < 0,001$), автономність (0,354, $p < 0,001$), аутосимпатія (0,364, $p < 0,001$), гнучкість (0,415, $p < 0,001$). Кореляція цінностей з іншими шкалами свідчить про те, що люди, які мають чітко визначені цінності, також, як правило, мають більш виражену здатність до саморозвитку, творчого мислення, самостійності, самоповаги та гнучкості. Вони відкриті до нових ідей і здатні адаптуватися до змін, при цьому зберігаючи стійкість до своїх життєвих переконань. Ці результати підтверджують важливість цінностей, як основи для розвитку особистісних якостей і самореалізації.

Погляд на природу людини корелює зі шкалами: Потреба в пізнанні (0,494, $p < 0,001$), креативність (0,314, $p < 0,05$), автономність (0,389, $p < 0,001$), аутосимпатія (0,315, $p < 0,05$), контактність (0,434, $p < 0,001$), гнучкість (0,360, $p < 0,001$). Кореляції між поглядом на природу людини та іншими характеристиками свідчать, що люди з більш оптимістичним і позитивним уявленням про природу людини схильні до розвитку таких особистісних якостей, як потреба в пізнанні, креативність, автономність, аутосимпатія, контактність і гнучкість. Це може вказувати на те, що позитивний погляд на людську природу може допомагати адаптуватись до різних життєвих ситуацій, долати труднощі та використовувати можливості для самопокращення і досягнення цілей.

Шкала потреба в пізнанні корелює з: креативність (0,431, $p < 0,001$), автономність (0,394, $p < 0,001$), спонтанність (0,260, $p = 0,045$), аутосимпатія (0,403, $p < 0,001$), контактність (0,393, $p = 0,002$), гнучкість (0,428, $p < 0,001$). Ці результати свідчать, що потреба в пізнанні є важливою характеристикою для розвитку широкого спектру позитивних особистісних якостей, які сприяють самореалізації.

Креативність корелює зі шкалами: автономність (0,505, $p < 0,001$), спонтанність (0,406, $p < 0,001$), контактність (0,321, $p = 0,012$), гнучкість

(0,321, $p = 0,012$). Ці кореляції свідчать про те, що креативність є не лише здатністю генерувати нові ідеї, а й має тісний зв'язок з іншими важливими якостями, такими як автономність, спонтанність, контактність, гнучкість.

Автономність має сильні кореляції з іншими особистісними характеристиками, такими як спонтанність (0,628, $p < 0,001$), саморозуміння (0,426, $p < 0,001$), аутосимпатія (0,513, $p < 0,001$). Спонтанність та автономність є доповнючими рисами, що забезпечують гнучкість у прийнятті рішень і здатність до інновацій. Люди з високим рівнем автономності часто мають краще розуміння своїх внутрішніх потреб і здатність до самостійних дій, що сприяє самореалізації.

Спонтанність має значущі кореляції зі змінними: аутосимпатія (0,595, $p < 0,001$), контактність (0,476, $p < 0,001$), гнучкість (0,289, $p = 0,025$). Сильна позитивна кореляція між спонтанністю та аутосимпатією свідчить про те, що люди, які проявляють спонтанність у своїх діях і реакціях, часто мають високий рівень самоповаги та позитивного ставлення до себе. Поміркована кореляція між спонтанністю і гнучкістю вказує на те, що спонтанні люди часто мають схильність до гнучкості у своїх рішеннях і підходах до проблем.

Саморозуміння має кореляцію з аутосимпатією (0,398, $p = 0,002$). Це означає, що чим краще людина розуміє свої внутрішні переживання, цінності, сильні та слабкі сторони, тим більше вона здатна приймати себе без самокритики та невдоволення.

Шкала контактність має кореляцію з гнучкістю (0,511, $p < 0,001$), ставлення до свого "я" (0,259, $p = 0,046$), задоволення життям (0,299, $p = 0,020$). Кореляція між контактністю і ставленням до свого "Я" може означати, що існує взаємозв'язок між тим, наскільки людина відкрита до взаємодії з іншими. Кореляція між контактністю і задоволенням життям може вказувати на те, що люди, які активно вступають у соціальні зв'язки та взаємодії, зазвичай більш задоволені своїм життям.

Кореляція є також між мотивацією досягнень і ставлення до свого “я” (0,397, $p = 0,002$), почуття громадянського обов’язку (0,379, $p = 0,003$), життєва установка (0,513, $p < 0,001$). Позитивна кореляція з мотивацією досягнень вказує на те, що люди з високим рівнем мотивації досягнень можуть також відчувати сильний внутрішній обов’язок перед суспільством або своєю спільнотою. Позитивна кореляція між мотивацією досягнень і життєвою установкою свідчить про те, що люди з високою мотивацією досягнень, як правило, мають позитивну життєву установку. Такі особи більше орієнтовані на успіх і досягнення.

Почуття громадянського обов’язку корелюється зі шкалою життєва установка (0,310, $p = 0,016$). Це означає, що є невелика, але певна тенденція до того, що люди з більш вираженим почуттям громадянського обов’язку можуть також мати більш позитивну або певну життєву установку, що впливає на їх ставлення до життя в цілому.

Майже в усьому моє життя відповідає моєму ідеалу корелює із задовільними умовами життя (0,355, $p < 0,001$), задоволеність своїм життям (0,273, $p = 0,035$), та досягнення бажаного у житті (0,417, $p < 0,001$).

Умови життя корелюється з досягненням бажаного в житті (0,255, $p = 0,006$), та з задоволеністю життям (0,349, $p = 0,049$). Це означає, що покращення умов життя може мати прямий вплив на відчуття задоволення життям і ступінь досягнення особистих цілей. Це важливий висновок для розуміння того, як соціально-економічні фактори можуть впливати на психологічний стан людини.

Шкала досягнення бажаного корелюється зі шкалою якби був шанс все одно не змінив би життя (0,299, $p = 0,020$). Цей зв’язок означає, що люди, які відчують, що досягли своїх бажаних цілей, більше схильні погоджуватись з думкою, що вони не стали б змінювати своє життя, навіть якби мали таку можливість. В цілому, самореалізація обумовлена наявністю високих

показників самоактуалізації, а саме: реалістичність поглядів, добре ставлення до іншого, здорова незалежність, поведінкова нерегідність, тобто гнучкість, спонтанність, показниками особистісної зрілості та задоволеністю життя, а саме: високої самооцінкою, наявністю гнучких сформованих внутрішніх стандартів, відчуттям власних сформованих ідеалів та цінностей, а також зацікавленість у близьких відносинах.

Висновки до третього розділу

У третьому розділі досліджено емпіричні дані щодо самоактуалізації, зрілості особистості та задоволення життям серед студентської молоді.

1. Під час дослідження особливостей самоактуалізації студентської молоді було виділено дві групи, перша група мала більш високі показники по всіх шкалах ніж друга група. Для студентів з високим рівнем самоактуалізації є притаманні більше бажання жити тут і зараз, а не в минулому, більш розвинута система цінностей, притаманна віра в добро людині, такі особи більш контактні вони більш незалежні, здатні приймати рішення самостійно, більш гнучкі в своїх поведінкових стратегіях, більш спонтанні, вони контактні, а також вони рефлексивні та мають більш адекватне ставлення до себе, тобто високий рівень аутосимпатії.

2. У дослідженні зрілості особистості виявлено значну варіативність в оцінках студентів за такими шкалами, як мотивація досягнень, ставлення до свого "Я", почуття громадянського обов'язку та інші. Особистісна зрілість студентів з високим рівнем самоактуалізації зумовлена позитивним ставленням до себе, що тісно пов'язане з гнучкістю, контактністю та хорошими взаєминами з іншими людьми. Ці характеристики співвідносяться з високими показниками життєвої установки, а саме з: самоповагою, усвідомленням своїх емоцій та думок, самооцінкою.

3. Високий рівень задоволеності життям у студентів з розвиненою самоактуалізацією пов'язаний з успішним задоволенням їхніх потреб, досягненням поставлених цілей. Стан задоволеності життям пов'язаний з контактністю, тобто з потребою в соціальних взаємодіях.

4. В цілому, самореалізація обумовлена наявністю високих показників самоактуалізації, а саме: реалістичність поглядів, добре ставлення до іншого, здорова незалежність, поведінкова нерегідність, тобто гнучкість, спонтанність, показниками особистісної зрілості та задоволеністю життя, а саме: високої

самооцінкою, наявністю гнучких сформованих внутрішніх стандартів, відчуттям власних сформованих ідеалів та цінностей, а також зацікавленість у близьких відносинах.

ВИСНОВКИ

1. Самореалізація — це прагнення особистості максимально виявити і розвинути свої внутрішні можливості. Основними чинниками самореалізації є самоактуалізація, особистісна зрілість та задоволеність життям.

2. Для студентів з високим рівнем самоактуалізації, є притаманні більше бажання жити тут і зараз, а не в минулому, більш розвинута система цінностей, притаманна віра в добро людині, такі особи більш контактні вони більш незалежні, здатні приймати рішення самостійно, більш гнучкі в своїх поведінкових стратегіях, більш спонтанні, та контактні, а також вони рефлексивні та мають більш адекватне ставлення до себе, тобто високий рівень аутосимпатії.

3. Особистісна зрілість студентів з високим рівнем самоактуалізації обумовлена добрим ставленням до свого «я», яке пов'язано з гнучкістю, контактністю, добрим ставленням до інших, з високими показниками життєвої установки, а саме: з сформованими цінностями, стандартами, ідеалами та раціональністю, з емоційною стійкістю та вмінням регуляції власних емоцій, а також з позитивною картиною світу.

4. Задоволеність життям студентів з високої самоактуалізацією пов'язана зі реалізацією потреб та бажань, задоволеність життям пов'язаний з таким компонентом, як контактність, тобто потребою в спілкуванні з іншими, присутності іншого в житті.

5. В цілому, самореалізація обумовлена наявністю високих показників самоактуалізації, а саме: реалістичність поглядів, добре ставлення до іншого, здорова незалежність, поведінкова нерегідність, тобто гнучкість, спонтанність, показниками особистісної зрілості та задоволеністю життя, а саме: високої самооцінкою, наявністю гнучких сформованих внутрішніх стандартів, відчуттям власних сформованих ідеалів та цінностей, а також зацікавленість у близьких відносинах.

Практичне значення результатів полягає в їхній здатності бути корисними для практикуючих психологів, а також у їх застосуванні в процесі навчання в рамках середньої та вищої освіти.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Адлер А. Лекції з аналітичної психології/ Адлер А. – К. : Ваклер, 1996. – 282 с.
2. Артемова О. І. Професійна самореалізація особистості в сучасних умовах URL: <http://dovira-1558.narod.ru/prof.html> (Режим доступу: 03.09.2024).
3. Балл, Г. О. (2017). Концепція самоактуалізації особистості у гуманістичній психології. Психологія і суспільство, 2, 16–32 с.
4. Борисюк А. С. Соціально-психологічні засади становлення професійної ідентичності майбутнього медичного психолога : автореф. дис. ... д-ра психол. наук : 19.00.05 / Алла Степанівна Борисюк. – К., 2011. – 38 с.
5. Боярин Л. В., Бучко Т. М., Блискун О. О., Завацька Н. Є. Соціально-психологічні особливості смисложиттєвих орієнтацій молоді та їх адаптації до професійної діяльності. Теоретичні і прикладні проблеми психології та соціальної роботи : зб. наук. праць Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля. – 2021. № 3 (56). т. 1. – С. 70–77
6. Братаніч Б. В., Ільченко І. Г. Самоактуалізація особистості та освіта // Філософські проблеми освіти . - 2011. - №2. - С. 13 – 20.
7. Вівчарик Т. П. Психологічні механізми самореалізації жінки (на прикладі жіночої молоді, включеної у творчу професійну діяльність) : Автореферат дис....канд.психол.наук: 19.00.01 – загальна психологія, історія психології / Т.П. Вівчарик. – Київ, 2000. – 20 с.
8. Вікова та педагогічна психологія навч. посіб./ О.В. Скрипченко, Л. В. Долинська, З. В. Огороднійчук. - К.: Просвіта, 2001. - 416 с.
9. Власенко Ю. О. Психологічний аналіз інноваційного потенціалу особистості : Автореферат дис.. канд.. психол. наук за фахом 19.00.01 – загальна психологія, історія психології / Ю.О. Власенко. – Сімферополь, 2002. 20 с.
10. Грищенко С. Самоактуалізація майбутнього фахівця соціальної сфери в контексті організації самостійної навчальної діяльності / С. Грищенко // Рідна школа. – 2010. № 3. С. 36–39

11. Гупаловська В. А. Професійна самореалізація як чинник становлення особистості жінки : Автореф. дис. канд. психол. наук: 19.00.01 / В.А. Гупаловська. – К.: Ін-т психології ім. Г.С.Костюка АПН України, 2005. – 25 с.
12. Гупаловська В.А. Професійна самореалізація як чинник становлення особистості жінки: Дис. ... канд.психол. наук: 19.00.01. – Львів, 2005. – 191 с.
13. Гупаловська В.А. Професійна самореалізація та суб'єктивне благополуччя жінки // Проблеми загальної та педагогічної психології : зб. наук. праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України. – К., 2005. – Т.7. – №1. – 90–97 с.
14. Данилюк, І.В., Буркало, Н.І. Психологічні особливості самоактуалізації особистості. *Психологічний часопис: науковий журнал*, 2, 6. 2020. С. 183-193
15. Еріксон Е. Г. Дитинство і суспільство / Е. Г. Еріксон ; пер. з англ. А. А. Алексєєв. — СПб. : Літній сад, 2000.
16. Зінченко С. В. Вплив самооцінки на успішність в житті. / С.В. Зінченко, І.В. Швець, Р.В. Швець, Д.О. Леоненко // *Learning the latest theories and methods*. – 2023. № 9. 379-381 с.
17. Костюк Г. С. Навчально-виховний процес і психічний розвиток особистості. К. : Рад. шк., 1989. 608 с.
18. Котух О.В. Особливості самореалізації студентів різної статі: інтегральний підхід. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Сер. Психологічні науки*. 2021. Вип. 3. С. 46-52
19. Кравченко Н.В. Сучасний підхід до вивчення феномена самореалізації. *Вісник інституту журналістики та масової комунікації. Сер. “Теорія і практика сучасної психології”*. 2018. Вип. 6 С. 137-140
20. Максименко С. Д. Структура та особистісні детермінанти професійної самореалізації суб'єкта / С.Д. Максименко, В.І. Осьодло // *Проблеми сучасної психології : зб. наук. праць Кам'янець-Подільського національного університету*

імені Івана Огієнка / За ред. С.Д. Максименка, Л.А. Онуфрієвої. – Вип. 8. – Кам'янець-Подільський : Аксіома, 2010. – 3–1 с.

21. Малихін О.В. Самореалізація студентів вищих педагогічних навчальних закладів через систему організації самостійної діяльності. Вісник Національний університет біоресурсів і природокористування України. 2015. URL: <https://www.researchgate.net/publication/322987546> (дата звернення: 12.10.2024)

22. Маноха І. П. Професійний потенціал особистості: досвід онтологічного дослідження. Автореф. дис... канд. психол. наук: 19.00.01 / Нац. ун-т імені Тараса Шевченка. – К., 1993. – 22 с.

23. Маятіна Н. В. Поняття про самореалізацію у дослідженнях вітчизняних науковців. Materials of International research and practice conference “Modern methods innovations and operational experience in the field of psychology and pedagogics”. Lublin. Republic of Poland. October 20–21. 2017. 25–27 с.

24. Мільчевська Г. С. Самореалізація особистості як соціально-педагогічна проблема. *Науковий вісник Ужгородського університету. Сер. “Педагогіка. Соціальна робота”*. 2016. Вип. 1(38) С. 180-182

25. Міляєва В. Р., Лебідь Н. К., Бреус Ю. В. Теоретичний аналіз поняття «потенціал особистості». Проблеми сучасної психології: зб. наук. пр. Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України (м. Кам'янець-Подільський, 21-22 травня 2013 р.). Кам'янець-Подільський, 2013. № 20. 405-415 с.

26. Пінська О.Л. Психологічні аспекти самореалізації особистості. *Вісник Університету імені Альфреда Нобеля*. 2022. № 2(24). С. 107-113

27. Пінська О.Л. Теоретичні засади проблеми особистісної самореалізації як психологічного феномена. *Вісник Університету імені Альфреда Нобеля*. 2018. № 1. С. 36–41.

28. Пінська О.Л. Сутність і змістова характеристика самореалізації особистості. *Збірник наукових праць*. 2018. Вип. 8. С. 36-45.
29. Петренко Н.В. Самоактуалізація та самореалізація особистості у філософсько-освітньому дискурсі. *Грані*. 2016. № 7. С. 52–57.
30. Психологічні основи самореалізації студентів в інтегрованому освітньому середовищі: монографія / О.І. Купрєєва. Київ.: Талком, 2021. 407 с.
31. Сергеєнкова О. П. Вікова психологія: навч. посібн. / О. П. Сергеєнкова, О. А. Столярчук, О. П. Коханова, О. В. Пасєка. – К.: ТОВ «Центр учбової літератури», 2012. – 384 с.
32. Сердюк Л. З. Особистісна самореалізація та психологічне благополуччя як основні стратегічні лінії мотивації учіння студентів ВНЗ / Л. З. Сердюк / Науковий вісник Чернівецького університету. – Вип. 687. Педагогіка та психологія. – Чернівці: Чернівецький нац. У-т, 2014. – 151-159 с.
33. Сохань Л. В. Життєва компетентність особистості : наук.-метод. посіб. К. : Богдана, 2003. 520 с.
34. Ткалич М.Г. Психолого-організаційні детермінанти самоактуалізації менеджерів комерційних організацій: Автореф. дис... канд. психол. наук: 19.00.10 / М.Г. Ткалич ; Ін-т психології ім. Г.С.Костюка АПН України. - К., 2006. - 20 с.
35. Харченко, О.В. і Томаржевська, І.В. 2018. Психологічні особливості самореалізації особистості в зрілому віці. *Правничий вісник Університету «КРОК»*. 2018, 189–195с.
36. Frankl V.E. *Der Mensch vor der Fragenachdem Sinn* / V.E. Frankl. – München : Piper, 1979. – P. 292
37. Geller L. The failure of self-actualization theory: A critique of Carl Rogers and Abraham Maslow / L. Geller // *Journal of Humanistic Psychology*. – 1982. – Vol. 22. – № 2. – P. 56–73.
38. Leonard J. Ph. Laut. *Rebirthing. The Science of Enjoying All Your Life* – Cincinnati, Ohio: Trinity Publications, 1988. – P. 296

39. Olport G. Stanovlenie lichnosti: Izbrannyye trudy / G. Olport / Pod red. D.A. Leont'eva. – M.: Smysl, 2002. – P. 462

40. Rogers C. R. The lonely person and his experiences in an encounter group
II Carl Rogers on encounter groups. New York, 1973, - P. 21-23.

АНОТАЦІЯ

Мар'ячкіна Олена О.В. Психологічні особливості самореалізації студентської молоді / О.В. Мар'ячкіна — Харків: ХНУ імені В.Н. Каразіна, 2024 — 45 с.

Дана кваліфікаційна робота присвячена дослідженню психологічних особливостей самореалізації студентської молоді. Робота включає в собі вступ, три розділи, висновки та додатки. Робота містить 9 таблиць та список використаних джерел. В якому нараховується 40 джерел. Перший розділ представлений як теоретичний аналіз самореалізації. У другому розділі представлений опис процедури дослідження, вибірка, а також діагностичні методики та статистичні математичні методи. Вибірка складає віку від 18 до 25, що відповідає віку ранньої дорослості за Еріксоном. У третьому розділі була проаналізована структура таких складових самореалізації як: самоактуалізація, задоволеність життям та особистісна зрілість. Визначений зв'язок між параметрами структури самореалізації.

Ключові слова: самореалізація, самоактуалізація, особистісна зрілість, задоволеність життям.

ANNOTATION

Mariachkina O. Psychological features of self-realization among young students / O. Mariachkina - Kharkiv: V.N. Karazin Kharkiv National University, 2024. - 45 p.

In this paper, we have explored, psychological features of self-realization among young students. The work includes an introduction, three chapters, appendices and conclusions. The work contains 9 tables and a list of sources used. In which there are 40 sources. The first section is presented as a theoretical analysis of self-actualization. The second section presents a description of the research procedure, sample, as well as diagnostic techniques and statistical mathematical methods. The sample is aged from 18 to 25, which corresponds to the age of early adulthood

according to Erikson. The third section analyzed the structure of such components of self-actualization as: self-actualization, life satisfaction and personal maturity. The relationship between the parameters of the structure of self-actualization is determined.

Key words: self-realization, self-actualization, personal maturity, life satisfaction.

