

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
КРИВОРІЗЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
Факультет психолого-педагогічний
Кафедра загальної та вікової психології

ПСИХОЛОГІЧНІ ДЕТЕРМІНАНТИ РОЗВИТКУ МОТИВАЦІЇ УСПІХУ
В СИСТЕМІ САМОЗДІЙСНЕННЯ СУЧАСНОЇ МОЛОДІ

Кваліфікаційна робота студента

групи ЗППм-24-1

ступінь вищої освіти: другий (магістерський)

спеціальності 053 Психологія

Саїтгарєєва Левана Наїльєвича

Керівник: кандидат педагогічних наук, доцент

Пінська О.Л.

ЗАПЕВНЕННЯ

Я, Саїтгареев Леван Наїльєвич, розумію і підтримую політику Криворізького державного педагогічного університету з академічної доброчесності. Запевняю, що ця кваліфікаційна робота виконана самостійно, не містить академічного плагіату, фабрикації, фальсифікації. Я не надавав і не одержував недозволену допомогу під час підготовки цієї роботи. Використання ідей, результатів і текстів інших авторів мають покликання на відповідне джерело. Із чинним Положенням про запобігання та виявлення академічного плагіату в роботах здобувачів вищої освіти Криворізького державного педагогічного університету ознайомлений. Чітко усвідомлюю, що в разі виявлення у кваліфікаційній роботі порушення академічної доброчесності робота не допускається до захисту або оцінюється незадовільно.



ЗМІСТ

ВСТУП	4
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПОТРЕБОВО-МОТИВАЦІЙНОЇ СФЕРИ ОСОБИСТОСТІ	7
1.1. Потребово-мотиваційна сфера особистості в полі психологічних досліджень	7
1.2. Мотивація успіху як психологічний феномен в системі самоздійснення особистості	16
1.3. Особливості мотивації успіху у ранньому дорослому віці	22
Висновки до розділу 1	29
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ДЕТЕРМІНАНТ РОЗВИТКУ МОТИВАЦІЇ ДОСЯГНЕННЯ УСПІХУ У СТУДЕНТІВ	31
2.1. Опис процедури дослідження та методичного інструментарію	31
2.2. Аналіз результатів констатувального діагностичного дослідження	43
Висновки до розділу 2	53
РОЗДІЛ 3. Комплексна навчально–коригуюча програма розвитку мотивації успіху студентської молоді	56
3.1. Опис навчально–коригуючої програми	56
3.2. Порівняльний аналіз результатів первинного і повторного діагностичного дослідження	62
Висновки до розділу 3	71
ЗАГАЛЬНІ ВИСНОВКИ	74
СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ	77
ДОДАТКИ	84

ВСТУП

Розвиток українського суспільства відбувається надзвичайно стрімко шляхом трансформацій в усіх сферах діяльності та життєвого простору. Це вимагає від сучасної молоді здатності орієнтуватися у надзвичайно стрімкому інформативному потоці та ефективно самоідентифікуватися, освоювати необхідні знання та навички для розуміння власних потреб та самоздійснення. Крім того, кризовий стан українського суспільства змінює уявлення сучасної молоді про систему смисложиттєвих цінностей, спонукаючи до активного пошуку шляхів до успіху та самовизначення. Отже, дослідження щодо становлення та розуміння потребово-мотиваційної сфери особистості, що забезпечує розробку власної стратегії досягнення успіху сучасної молоді, є актуальним

Потребово-мотиваційна сфера особистості є визначальною у її спрямованості, життєвих цінностях та пріоритетах. А також може виконувати організаційну й формуючу функцію щодо психологічних особливостей людини, змісту її діяльності та цілей. По суті це система спонукань особистості до дії, головними компонентами якої є, наприклад, потреби, мотиви, інтереси, цілі,

Дослідження мотиваційної сфери молоді залишаються актуальними і значущими в психології, оскільки продовжують вивчення індивідуально-психологічних особливостей поведінки людини юнацького та раннього дорослого віку.

Застосування комплексного підходу до аналізу мотиваційної сфери, дозволить зрозуміти не тільки взаємовплив кожного елементу цієї системи, але й складність структури мотивації особистості та чинники, що її зумовлюють. Внаслідок постійної динаміки мотиваційна сфера молоді особи стає ієрархічною, налаштованою на вирішення наявних проблем індивідуального розвитку людини та певних мотиваційних завдань.

Враховуючи актуальність проблеми та соціальну потребу на її дослідження нами було обрано тему магістерської роботи «Психологічні

детермінанти розвитку мотивації успіху в системі самоздійснення сучасної молоді»

Мета дослідження: виявити, теоретично обґрунтувати та практично перевірити психологічні детермінанти розвитку мотивації успіху студентської молоді.

Для досягнення поставленої мети необхідно вирішити такі **завдання:**

1. Проаналізувати стан розробки проблеми мотивації успіху в психологічній літературі.
2. Розкрити сутність понять «мотивація», «мотивація успіху», «потреби», «самоздійснення», «самореалізація» та узагальнити існуючі в психологічній науці підходи до вивчення цих понять.
3. Визначити та теоретично обґрунтувати психологічні детермінанти розвитку мотивації успіху в юнацькому віці.
4. Організувати та провести емпіричне дослідження психологічних детермінант розвитку мотивації успіху студентів.
5. Розробити комплексну навчально-коригуючу програму розвитку мотивації успіху осіб у період ранньої дорослості.
6. Проаналізувати результати дослідно-експериментальної роботи.

Об'єкт дослідження: потребово-мотиваційна сфера особистості

Предмет дослідження: мотивація успіху як психологічний феномен

В ході виконання кваліфікаційної роботи були використані наступні методи дослідження: теоретичні: категоріальний, структурно-функціональний, аналіз, систематизація, узагальнення наукових даних; емпіричні: тестування, психолого-педагогічний експеримент; статистичні: методи математичної статистики.

Експериментальною базою дослідження був Криворізький національний університет. У діагностичних дослідженнях прийняло участь 50 здобувачів гірничо-металургійного факультету.

В емпіричній частині роботи були використані наступні методики:

- 1) тест-опитувальник мотивації досягнення А. Мехрабіана з метою діагностики двох узагальнених стійких мотивів особистості: мотиву прагнення до успіху і мотиву уникнення невдачі [27].

- 2) методика Е. Шострома для вивчення рівня самоактуалізації особистості та виявлення найбільш значущих детермінант розвитку мотивації досягнення студентами успіху [1]
- 3) методику В.В. Століна для вивчення самоставлення опитуваних [16]
- 4) методику визначення рівня суб'єктивного контролю особистості (РСК) Є.Ф. Бажина, О.О. Голинкіної, О.М. Еткінда. для визначення поточного локусу контролю молоді [32]

Обрані методики є валідними у психологічній науці, що доводить надійність використання даних психодіагностичних інструментаріїв.

Теоретична значимість роботи полягає у можливостях оновлення та поглиблення наукових уявлень про основні психологічні детермінанти та критерії розвитку мотивації досягнення успіху у студентів.

Результати дослідження можуть бути використані в подальших дослідженнях означеного феномену та при організації освітнього процесу у закладах як загальної середньої, так і вищої освіти.

Практичне значення магістерської роботи полягає у можливості використання результатів дослідження в консультативній роботі психологічної служби закладів освіти, а також у можливості застосуванні розробленої комплексної навчально-коригуючої програми розвитку мотивації досягнення успіху, яка сприяє особистісному розвитку студентів.

Надійність та вірогідність дослідження забезпечувалися репрезентативністю вибірки (50 студентів), поєднанням кількісного та якісного аналізу, використанням методів математичної статистики.

Основні результати кваліфікаційного дослідження були представлені на Всеукраїнській науково – практичній конференції «Молодий науковець XXI століття» (м. Кривий Ріг, 14 листопада 2025 р.).

Робота складається із вступу, трьох розділів, висновків з кожного розділу, загальних висновків, списку використаної літератури, який налічує 60 джерел, ілюстрована 6 рисунками, 9 таблицями, 4 додатками, загальним обсягом 104 стор. (з них 73 стор. основного тексту).

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПОТРЕБОВО- МОТИВАЦІЙНОЇ СФЕРИ ОСОБИСТОСТІ

1.1. Потребово-мотиваційна сфера особистості в полі психологічних досліджень

Розкриття потенціалу особистості, яке досягається через самомотивацію, саморозвиток, самореалізацію та самоповагу, стає викликом сьогодення. Вивчення мотивації успіху як психологічного феномену набуває значущості при формуванні особистості молодшої людини, яка активно оволодіває навичками усвідомленого суспільного життя. У зв'язку з цим актуальним є вивчення потребово-мотиваційної сфери особистості у студентському віці.

Дослідження причин людської активності сягають ще античних філософів. Демокрит вважав, що потреби не тільки керують емоційними переживаннями, але також є рушійною силою, яка відрізняє людину від тваринного світу. Аристотель вважав, що бажання завжди пов'язані з цілями. Цілі існують у вигляді образів або думок, що представляють об'єкти, які є корисними або шкідливими для людини. Бажання ж визначаються потягами і пов'язаними з ними почуттями задоволення чи незадоволення, а їхня функція полягає в тому, щоб оцінити і повідомити, чи є даний об'єкт придатним або непридатним для життя організму [18].

Августин Блаженний (354–430 р.) вважав, що справжня мотивація людини полягає у прагненні до Бога. Воля є внутрішньою силою, яка спонукає людину діяти. Гріховність затьмарює волю, тому потрібна Божественна благодать для правильного спрямування мотивації [13]. П'єр Абеляр (1079–1142 р.) акцентував увагу на внутрішніх намірах як ключовому чиннику мотивації і зазначав, що моральна цінність дії визначається наміром, а не наслідками [33]. Тома Аквінський (1225–1274 р.)

вважав, що вищим благом є Бог, тому духовна мотивація має перевагу над тілесною. Сама така мотивація походить від раціональної душі, яка прагне до добра [41]. Моральні мотиви громадянського гуманізму С. Оріховського-Роксолана були зосереджені на ідеї, що індивідуальні та колективні дії повинні бути мотивовані прагненням до моральних і суспільних благ, що призводить до глибокої взаємозалежності між особистими цілями та суспільними обов'язками [7]. У своїй праці Еразм Роттердамський аналізує моральну поведінку людини, зазначаючи важливість освіти та духовного розвитку для мотивації до добрих вчинків [43].

Ч. Дарвін зробив рішучий крок у мотиваційному зближенні тварин і людей, довівши, що в них є чимало спільних форм поведінки, способів вираження потреб та інстинктів. З. Фрейд і У. Макдауел запропонували звести усі форми поведінки людини до природжених інстинктів. У. Макдауел, на відміну в 3 інстинктів за Фрейдом (життя, смерті, агресивності) запропонував набір з десятих інстинктів: винахідництва, будівництва, цікавості, утечі, стадності, забіякуватості, репродуктивний (батьківський) інстинкт, відрази, самоприниження, самоствердження. У 20-ті роки ХХ ст. як розвиток теорії інстинктів прийшла ідея, згідно якої при поясненні поведінки людини ураховуються біологічні потреби. Такі органічні потреби викликають у особистості збудження і напруження в організмі, а коли вони задовольняються, - зниження цих напружень. Слід звернути увагу, що при вивченні як інстинктів, так і потреб, не враховувалися психологічні когнітивні чинники, які пов'язані із свідомістю, та психічними станами організму. Тому ці два поняття були замінені поняттям потягу - прагненням організму до певного результату у вигляді мети, чекання, наміру, що супроводжується емоційними переживаннями. У ті ж часи, разом із теоріями біологічних потреб, інстинктів і потягів, виникають ще два нових концепції: поведінкова (біхевіористська) теорія мотивації і теорія вищої нервової діяльності [23].

У своїх працях Г. Сковорода акцентував увагу на внутрішній потребі людини пізнавати себе і жити згідно з моральними цінностями. Він вважав, що справжня мотивація — це слідування своїй природі, а людина повинна шукати своє «справжнє покликання» [20].

У 30-х роках ХХ ст. формуються різні концепції мотивації: К. Левіна (польова теорія), А. Маслоу та К. Роджерса (гуманістична психологія), а також Г. Мюррея — представника психодинамічного підходу, який запропонував список психогенних потреб, що формуються на основі інстинктоподібних потягів у процесі виховання та навчання [23]. До потреби досягнення успіхів, аффіліації, агресії, незалежності, протидії, поваги, приниження, захисту, домінування, привертання уваги, уникання шкідливих впливів, уникання невдач, заступництва, порядку, гри, неприйняття, осмислення, сексуальних стосунків, допомоги, взаєморозуміння Г. Мюррей додав придбання, відхилення обвинувачень, пізнання, творіння, пояснення, визнання й бережливість. А. Маслоу була запропонована класифікація потреб за ієрархічними групами, послідовність яких свідчить на цілісну мотиваційну сферу особистості [23]. Згідно з його концепцією в людини послідовно з'являються сім класів потреб (фізіологічні (органічні), потреби в безпеці, в приналежності і любові, потреби поваги (шанування), пізнавальні потреби, естетичні потреби, потреби в самоактуалізації).

У сучасних психологічних концепціях мотивації основним є когнітивний підхід. Дж. Аткинсоном, К. Левіним та Ф. Хоппе — вводяться та розтлумачуються поняття цінності успіху або невдачі, а також рівня претензій (домагань) [23]. Спонування до дії може виникати в людини не тільки під впливом емоцій, але також під впливом знань (когніцій), зокрема їх узгодженості або суперечливості. При виникненні дисбалансу особистість намагається нівелювати його, що є сильним мотивом поведінки. Також суб'єкт наполегливо намагається уникнути ситуацій, що породжують цей дисонанс. Когнітивний дисонанс також має суттєвий мотиваційний вплив у таких ситуаціях: прийняття важливих рішень, подолання конфліктів,

вимушене вчинення неприємних або морально неприйнятних дій, узгодження та відстоювання думок, одержання несподіваних негативних результатів.

Отже, сутність будь-якої теорії та підходу зосереджена та стає зрозумілою через ключові поняття, через які автор обґрунтовує мотиваційні процеси людини, певні явища та стани психіки.

Найсуттєвішими поняттями, що розкривають природу та будову мотиваційної сфери особистості є нужда, потреба, бажання, когнітивний контроль (воля), намір, мотив та мотивація. Проте, первинними мотиваційними феноменами є саме нужда і потреба.

Узагальнивши різні тлумачення та розуміння зазначених понять, їм можна надати такого змісту. Нужда розуміється як об'єктивний стан організму людини, який висвітлює нестачу в чомусь зовнішньому по відношенню до нього і спонукає особистість до конкретних дій. Потреба ж за свою суттю є нуждою, яка конкретизована (опредмечена), тобто визначена саме у психіці, а не у свідомості людини. Мотив – це усвідомлена потреба, яка супроводжується бажанням її задовольнити, тобто привести організм та свідомість із стану нестачі до стану рівноваги [35].

Якщо людина має потребу і вона нею усвідомлена, тобто підкріплена бажанням її задовольнити, то мотив сформовано, проте, це все-ж-таки не гарантує, що буде здійснюватися певна діяльність щодо усунення стану нестачі в чомусь. Насамперед, ще перед тим, як почати діяти, у особистості має сформуватися намір, тобто вона має зрозуміти що саме і яким чином їй буде необхідно зробити.

У психології «намір» можна розуміти як:

- зорієнтованість людської свідомості на певний реальний чи уявний предмет;
- усвідомлене рішення, що є спонукою, рушійною силою, визначає вибір моделі поведінки та плану активної діяльності [35].

Узагальнюючі ці поняття, можна сказати, що намір є результатом усвідомлення і обґрунтування плану дій, завдяки яким здійснюється задоволення потреби людини.

Далі, коли намір сформовано, то виникає дуже важлива фаза когнітивного контролю (вольових зусиль), спрямованого на втілення наміру.

Повертаючись до розуміння мотивів, слід зауважити, що особистість усвідомлює кожен мотив. У підтвердження цього можна навести таку схему: людина здійснює певну дію (моментальну, але не рефлексивну) і не замислюється над мотивом. Отже, за одну мить у людини з'явилась потреба щось зробити. Потім ця потреба конкретизувалась у психіці у вигляді потреби. Далі ця потреба, наповнившись енергією, стала бажанням і усвідомилась. Потім сформувався намір і людський мозок надав певні сигнали та енергію до інструментарію людською діяльності. Вочевидь, людина не відстежила свій мотив до дії, однак, це не говорить про те, що дія і мотив до неї не були нею усвідомленими.

У психології поняття «мотивація» часто використовується для пояснення причин обрання людиною тієї чи іншої моделі поведінки. На розуміння феномену мотивації як психічного явища дослідники мають різні погляди. У роботах Ф.М. Підшивайлова та В.Ф. Моргун цей феномен розглядається виходячи із його структурних складових (сукупності визначальних поведінку чинників або набору певних мотивів). Мотивація, переважно, визначається ними потребами і цілями людини, ступенем домагань, наявними ідеалами, об'єктивними умовами, суб'єктивними чинниками (компетентностями, темпераментом, характером, світоглядом) й схильностями особистості [30; 35]

В дослідженнях Підшивайлової Л.І., Піщевської Е.В. й Малазонія С.В. мотивація розглядається як процес або механізм. Вона є процесом психічної регуляції діяльності; процесом дії конкретного мотиву; механізмом, який визначає виникнення, спрямування, й способи здійснення діяльності;

системою процесів, які відповідають за спонування й фізичну реалізацію конкретної діяльності.[25; 34; 36] ,

Згідно теорії вчинку, розробленою сучасними українськими психологами В. А. Роменцем, О. В. Киричук, В. О. Татенко, Т. М. Титаренко, І. П. Манохою, процес мотивування є тривалою активацією у особистості зусиль, що спонукають до певної поведінки та діянь [40]. Призначення мотивації, згідно поглядів В. А. Роменця, полягає у здоланні конфлікту та прийнятті рішення щодо вибору способу діяти. Тобто він стверджує, що психологічним ядром мотивації є боротьба мотивів. На думку Т. С. Кудріної, жодна дія, спричинена потребою, не реалізується допоки людина не переживе досить складний психологічний процес мотивації: усвідомлення суб'єктивних та об'єктивних аспектів наявної потреби, а також спрямованих на її задоволення дій [21].

Спільним описаних підходів є те, що мотивація є вторинним щодо мотиву явищем. В другому процесуальному підході мотивація вбачається вченими засобом або механізмом реалізації сформованих у людини мотивів. Якщо складається ситуація, в якій можливо реалізувати існуючий мотив, то одразу виникне мотивація. При цьому незрозуміло що саме виступає спонукою: ситуація або мотив. Також не пояснюється природа мотиву, що передує мотивації і співвідношення між мотивом і мотивацією,

Видатний дослідник Х. Хекхаузен запропонував розуміти мотивацію не як базисну причину поведінки, а як феномен, що описує динаміку дії багатьох чинників при взаємодії особистості з оточуючим середовищем з урахуванням цілепокладання [55]. На підставі власних досліджень він не розмежовує поняття «мотив» та «мотивація».

У разі, якщо мотиваційний процес викликає діяльність, то мотивація зветься актуальною, в протилежному випадку, при тому, що бажання, мотив або намір є значущими для особистості, то така мотивація вважається потенційною і може створити чи підсилити рису особистості.

Відповідно до усього вищевикладеного, під мотивацією можна розуміти динамічний процес конкретизації та усвідомлення потреби, виникнення бажання, утворення мотиву та формування наміру здійснити певні дії задля задоволення цієї потреби.

Продовжуючи вивчення проблематики мотивації, треба зазначити, що чіткого усталеного визначення поняття «мотиваційна сфера особистості» також не існує. Під мотиваційною сферою особистості часто розуміється уся сукупність мотиваційних утворень, що є у людині: потреби, мотиви, цілі, поведінкові патерни, інтереси. За Є. П. Ільїним, мотиваційна сфера особистості – це система мотиваційних установок, потреб, інтересів тощо, які характеризують діяльність людини та її соціальні ролі [42].

Цілком зрозумілим є те, що кожна значна властивість (риса) особистості тією чи іншою мірою впливає на її мотиваційний процес, завданням якого є підключення енергії для виконання діяльності.

Підшивайлов Ф. М. зробив класифікацію, систематизацію та узагальнення різноманітних властивостей особистості та понять, які входять до її мотиваційної сфери, структурував мотиваційні феномени і представив їх у вигляді моделі (рис. 1.1).

Модель мотиваційної сфери особистості Ф. Підшивайлова

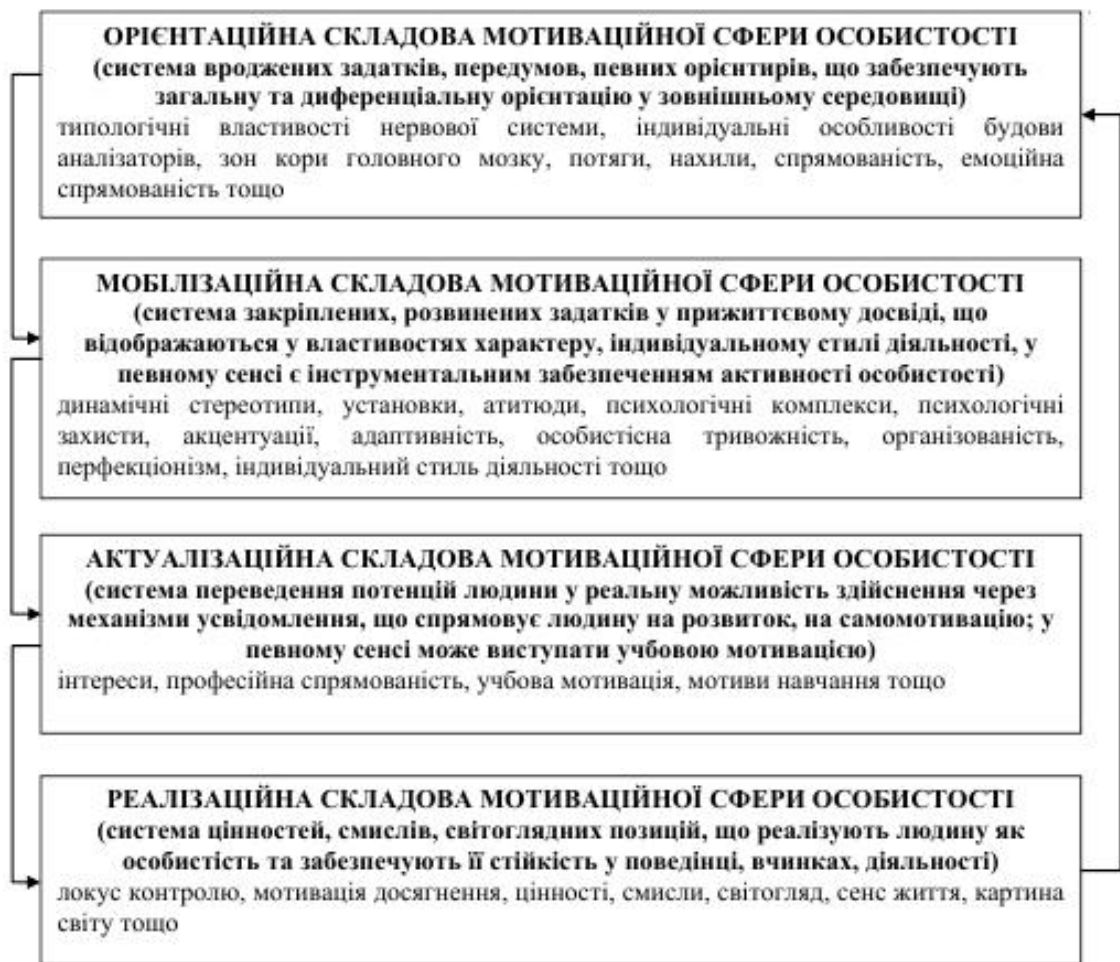


Рис. 1.1. Модель мотиваційної сфери особистості Ф. Підшивайлова

Орієнтаційна складова представляє собою систему вроджених задатків, передумов та орієнтирів, які зумовлюють загальне спрямування особистості в середовищі. Вона проявляється та маркується через особливості нервової системи, роботу головного мозку, потяги, схильність, спрямованість і відображає життєву спрямованість особистості [35].

Мобілізаційна складова є системою розвинених під час набуття досвіду задатків, які підкреслюються та проявляються у характері, стилях поведінки особистості, особливостях діяльності. Вона забезпечує стійкість особистості у повсякденних проявах активності по відношенню до оточуючого середовища.

Наступна складова забезпечує актуалізацію наявних у людини можливостей та передбачає необхідну для здійснення певної активності кількість ресурсів. За своєю суттю ця складова мотиваційної сфери виконує функцію переведення наявного потенціалу у можливість реалізації дій через складні механізми усвідомлення. Саме це й спрямовує людину на розвиток, на самомотивацію. Ця складова відображає сферу розвитку людини в усвідомленні нею важливості оптимізації власних життєвих ресурсів і забезпечує стабільність у різних проявах активності [35].

Останньою четвертою складовою є реалізаційна, яка забезпечує самоздійснення людини. Вона складається з системи цінностей, сенсів, світоглядних позицій, які й визначають людину як особистість, а також надають стійкості її поведінці, вчинкам, діяльності. Вона забезпечує цілісність особистості у її проявах по відношенню до навколишнього світу та власного Я.

Кожна із описаних складових є одним із чотирьох етапів циклу функціонування мотиваційної сфери особистості. Внаслідок переходу між етапами відбувається рух особистості від вродженості мотиваційних феноменів до їх набуття та усвідомлення. Цей рух характеризується зростанням рівня розуміння та свідомого застосування мотиваційних процесів, які через досвід поступово переходять у риси характеру людини, впливають на інтереси, світогляд і вже у новому циклі розвитку мотиваційної сфери особистості знов виконують функцію її орієнтації в оточуючому середовищі.

Отже, аналіз складових описаної моделі забезпечує краще розуміння сутності мотиваційної сфери особистості як центру її простору, в якому сконцентровані всі її значущі властивості, що визначають природу і характер протікання мотиваційних процесів, і який зумовлює спрямованість особистості і надає їй стійкості та цілісності.

1.2. Мотивація успіху як психологічний феномен в системі самоздійснення особистості

Мотивація успіху – це внутрішнє прагнення людини до досягнення високих результатів у діяльності, подолання перешкод, розвитку своїх здібностей і самовдосконалення, а також прагнення перевершити досягнутий рівень або змагатися з іншими. Вона спонукає індивіда ставити перед собою позитивні цілі, активно включатися в роботу і виявляти наполегливість.

Дослідження мотивації успіху є актуальним, оскільки вона є ключовим фактором для підвищення особистої ефективності, академічної успішності, професійного зростання та загального добробуту людини. Розуміння механізмів мотивації успіху дозволяє розробляти ефективні стратегії для стимулювання продуктивності в освіті, на роботі та в повсякденному житті, а також сприяє розвитку психологічного благополуччя особистості та суспільства в цілому.

Сферу успіхів особистості науковці розпочали досліджувати ще в 30-х роках ХХ ст. Одержані ними висновки стосуються таких психологічних феноменів, як мотивація досягнення, рівень домагань, емоційна сфера, , які є найбільш. значущими для дослідження успіху в цілому

У роботах А. Юдіної, В. Стрижака та інших вчених наведено ґрунтовний аналіз сутності та змісту феномену успіху. Ряд дослідників тлумачили успіх як досягнення особистості [45; 49; 57]. Інші визначали успіх через діяльність, яка забезпечує людині досягнення очікуваного результату [14]. Також вчені наголошують на існуючому співвідношенні між успіхом та відчуттям вдалого життя, з усвідомленням необхідності виконання важливих задач та дій, щодо реалізації його сенсу [46; 47].

У значній кількості проаналізованих досліджень виокремлюються різні аспекти успіху – мотивація досягнення, цілепокладання, вольові зусилля, рівень домагань, адекватна самооцінка, , інтелект, гнучкість у поведінці,

здібності, емоційний ресурс, конструктивна комунікація, стан здоров'я [5; 6; 26; 37]

І. Бех та інші дослідники пов'язують успіх з так званою проактивністю особистості, яка зумовлює різні види діяльності. Вчені доводять, що без дотримання людиною цінностей і моральних норм середовища, в якому вона втілює себе, досягнення успіху стає неможливим [3; 6].

Отже, на підставі аналізу різних поглядів на феномен успіху можна стверджувати, що це складна, багатокomпонентна категорія особистості. Він виступає інтеграційною єдністю мотиваційних та емоційно-поведінкових особливостей людини. До нього входять мотиваційна, когнітивна, вольова, операційна, результативна, ціннісна, емоційно-комунікативна складові.

Слід зазначити, що існує певна суміжність успіху з такими поняттями як досягнення, винагорода, статус, повага, визнання, самоефективність тощо. Тобто, успіх має соціальну зумовленість, тому як основний фактор соціального успіху дослідники вбачають саме зовнішню сторону діяльності особистості, до якої одні вчені відносять прагнення до результату, ефективність дій, професійний розвиток, конкуренцію, лідерство та визнання, а інші - мотивацію, ініціативу, мобілізацію особистісних ресурсів, самостійність, використання досягнень соціуму, вибір інструментів для досягнення соціально важливих цілей, способів діяльності та життя у цілому [12; 38; 39].

Таким чином, в структурі соціального успіху також присутні поєднанні між собою компоненти: мотиваційні, інструментальні (когнітивні, особистісні здібності), емоційно-поведінкові властивості (рисни) особистості, які проявляються як зовнішньо, так і внутрішньо. А саме поняття соціального успіху можна визначити досягненнями особистості у соціально значимій діяльності, які стають можливими завдяки особистісним та соціальним здібностям людини, а також її соціальним зв'язкам.

Зміст і особливості поняття «успішність» також неоднозначні. Такі науковці як Боровинська І. Є., Балл Г. О. та Назарук О. М. дотримуються

думки що до структури успішності мають входити соціальні, культурні та суб'єктивно-особистісні чинники розвитку людини. До таких відносять власні досягнення людини по відношенню до себе; мотиваційні ресурси й внесок в суспільне буття; досвід, світосприйняття й шляхи взаємодії особистості з соціумом; саморозвиток та соціальний статус; переживання стану успіху, самоздійснення й результати діяльності; цілепокладання, усвідомлювання сенсів буття, відповідальність за дії, планування та реалізацію майбутнього; менталітет та темперамент, виховання; спонуку до діяльності загальносуспільні цінності; різноманітні компетентності, прагнення до досягнень, способи подолання перешкод; духовність, розвиток, самооцінка, стан задоволення процесом, результатами та соціально визнаними досягненнями, винагороди; стресостійкість, гнучкість тощо [2; 5; 31]

Інші науковці, такі як І. Боровинська, М. Бойченко, Ю. Ільїна та Г. Михайлишин складовими успішності вважають позитивне мислення, працю, безперервну освіту, досвід, свідомість, волю, інтелект, креативність, гідність, резильєнтність, мотиваційні спонуки, самоорганізацію, моральні цінності, діяльність та рефлексію [4; 15; 26; 29; 47].

Таким чином «успішність» також є багатогранним утворенням, яке складається з трьох основних компонентів:

- 1) мотиваційний (прагнення та ініціативність);
- 2) інструментальний, який, в свою чергу, теж має складові: когнітивну (інтелект та здібності), операційну (освіта, навички, досвід), оціночну (самоповага, самоздійснення, рефлексія);
- 3) емоційно-поведінковим, який також структурується ціннісною складовою (менталітет, загальнолюдські цінності), вольовою (зусилля та відповідальність), емоційно-комунікативною (емоції та взаємодії) [31].

Інакше кажучи, успішність людини зумовлена та спрямована на динамічну єдність об'єктивних й суб'єктивних аспектів життєдіяльності.

Виходячи з вищезазначеного, за своєю суттю і успіх, і успішність особистості є категоріями, що відображають внутрішній та зовнішній результат її самоздійснення. Про це свідчать сучасні дослідження феномену самоздійснення людини

Так, О.М. Кокун під особистісним самоздійсненням розуміє усвідомлений саморозвиток людини з метою розкриття її потенцій у певних сферах життєдіяльності, завдяки чому вона здобуває соціально значущих результатів, з урахуванням формування власних життєвих контурів [19].

У професійному самоздійсненні автор дослідження виділяє такі аспекти та форми: зовнішня (успіхи у діяльності), яка визначається досягненнями, визнанням отриманих результатів іншими, застосуванням досвіду та компетентностей іншими, креативністю у фаховій діяльності; внутрішня (самовдосконалення), яка визначається потребою, плануванням фахового розвитку, задоволенням від здобутків, новими професійними цілями, формуванням свого життєвого та професійного простору..

Г.В. Гуменюк доходить до висновку, що до складу самоздійснення входять такі складові: результативна (завершеність та реалізованість особистості), процесуальна (самоздійснення як процес розгортається в просторі та часі, завдяки активності людини на шляху до реалізації власного єства), та діяльнісна (встановлення мети свого життя, яка зумовлює саморозвиток). Їх поєднання забезпечує розуміння того, що міру повноти самоздійснення оцінюється досягнутими людиною успіхами [11].

Сфера активностей людини, де може відбуватися самоздійснення і досягнення нею успіхів або бажаних результатів обирається на підставі її мотиваційно-сміслових потреб та мотивів, що є особистісними чинниками вибору як сфери так і стратегії та самоздійснення [10].

Також авторка вважає, що у випадку, коли існуюча у людини потреба полягає в розкритті себе, то самоздійснення за своєю суттю є самореалізацією, а якщо ця потреба полягає у реалізації особистості в служінні іншим, то самоздійснення стає близьким до самотрансценденції.

Коли ж людина не має потреби в докладанні зусиль до самоздійснення, то самоздійснення стає формою самовираження

Як бачимо, феномен самоздійснення є складним та багатограним. Точки зору дослідників щодо його складу різняться, проте більшість з них підтримують думку про значущість саме емоційних, когнітивних та вольових компонентів, які проявляються при самоздійсненні. Воно неможливе без досягнення певного результату та існуючих у особистості цінностей.

Щодо мотивації досягнень, то згідно теорії Х. Хекхаузена, мотивація досягнення може розумітися як намагання збільшити або зберегти здатність людини до тих видів діяльності, по відношенню до яких можна застосувати критерії успішності, коли їх виконання призводить до успіху або невдачі [55]. Як зазначав Д. МакКлелланд, люди з чіткою потребою у досягненні обирають та якісно виконують досить складні завдання, відповідальні за результати діяльності, намагаються отримати визнання та дивіденди від власної успішності, створюють або опановують нові підходи та ефективні методи вирішення завдань [40].

У роботах З.Р. Кісіль, Ф.М. Підшивайлова, С.В. Малазонії виділяється два види мотивації досягнення – мотивація досягнення успіху і мотивація уникнення невдач [18; 25; 36]. Дж. Аткинсон вперше виявив, що формування і досягнення цілі здійснюється шляхом досягнення успіху та уникнення невдач. Його послідовники (Д. МакКлелланд, В. Врум, К. Левін) розглядають ці феномени (прагнення до успіху і уникнення невдач) як взаємовиключні полюси мотивації досягнення [25; 30]. Якщо людина має чітку орієнтацію на успіх, то в неї слабке відчуття страху за можливу невдачею. Вірне й зворотне: якщо людина орієнтована на уникання невдачі, то прагнення до успіху в неї виражені досить слабо. В цьому аспекті заслуговує на увагу запропонована М. Ковінгтоном модель мотивації досягнення, основу на самооцінці. Він також запропонував застосовувати не біполярну, а ортогональну (квадріполярну) систему шкал визначення

мотивації досягнення, де по вісі «х» враховуються рівень мотивації досягнення успіху, а по вісі «у» – рівень мотивації уникнення невдач (рис. 1.2.). Ця модель стає все більш популярною серед багатьох дослідників [53]

У моделі присутні чотири мотиваційні типи: 1) «оптимісти» зі значною орієнтацією на успіх та низьким страхом невдач; 2) «сумлінні» – надмірно старанні зі значною орієнтацією на успіх та значним страхом невдач; 3) «самозахисники», які схильні до захисту свого «Я» з незначною орієнтацією на успіх та суттєвим страхом невдач; 4) «ті, що змирилися» з низькою орієнтацією на успіх та низьким страхом невдач.

Квадріполярна модель мотивації досягнення М. Ковінгтона

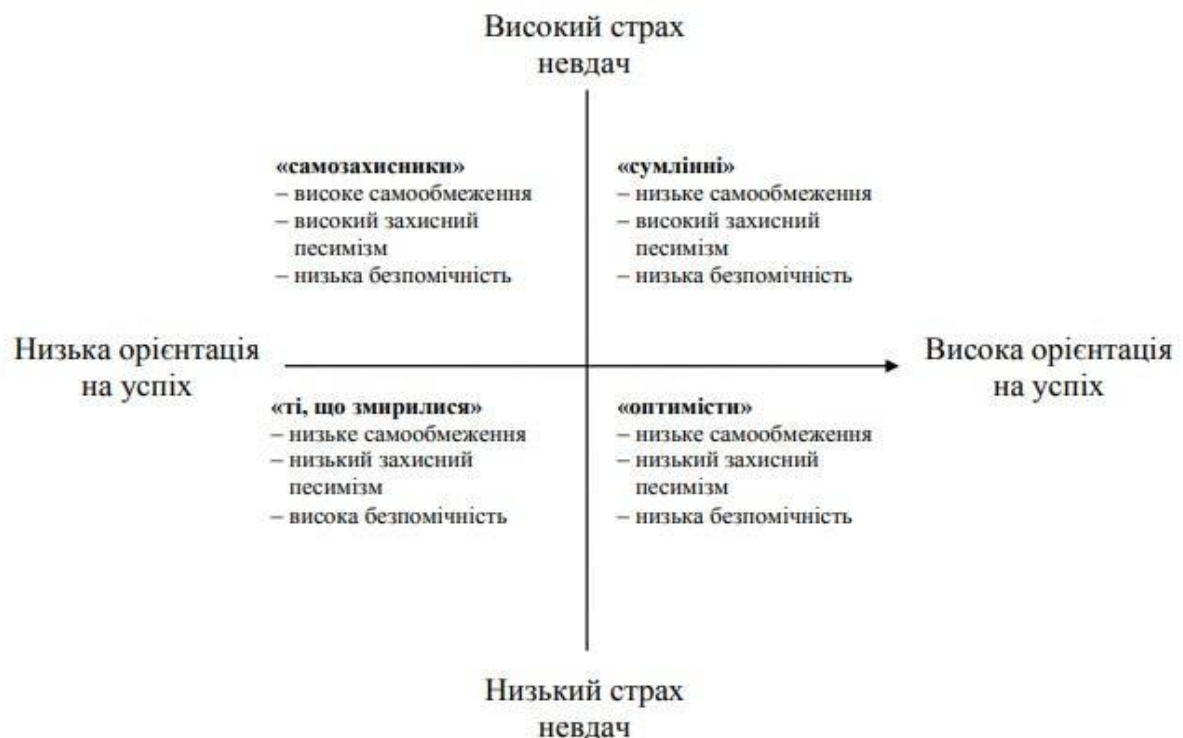


Рис. 1.2. Квадріполярна модель мотивації досягнення М. Ковінгтона .

Так звані «оптимісти» упевнені в собі, мають гнучкість, активну позицією в професійній та повсякденній діяльності, зорієнтовані на досягнення. «Сумлінні» - це здібні, старанні та скрупульозні особистості, проте, на противагу «оптимістам», невпевнені в своїх здібностях, схильні до тривожності, мають нестабільну самооцінку. «Самозахисники» теж не мають упевненості в собі, проте, мають стабільно низьку самооцінку. Вони не

діють так, щоб запобігти невдачі як «сумлінні», але спрямовують зусилля на зменшення негативних наслідків, тобто схильні до моделі поведінки захисного самообмеження. Самооцінка «Тих, що змирилися» теж низька, вони характеризуються індиферентністю до завдань, відсутністю вмотивованості досягнень, їх тривожність зумовлена відчаєм та втратою надії, т.з. навченою безпорадністю.

Таким чином, «мотивація досягнення» є достатньо стійкою властивістю особистості, яка суттєво залежить від ступеня досягненням успіху та уникненням невдач і є фундаментом для формування й реалізації її цілей.

1.3. Особливості мотивації успіху у ранньому дорослому віці

Період від 17 до 25 років є одним із найважливіших у становленні особистості. Це своєрідний «міст» між юністю та зрілим дорослим життям. Людина у цьому віці перебуває в стані глибоких внутрішніх змін, самопошуку, побудови власної системи цінностей та життєвих орієнтирів. Цей вік несе в собі як потужний потенціал розвитку, так і чималі ризики, оскільки більшість життєвих рішень приймаються вперше, часто без достатнього досвіду чи підтримки.

Однією з центральних задач цього періоду є формування особистісної ідентичності. Молода людина шукає відповідь на запитання: «Хто я?», «Яке моє місце у світі?», «Ким я хочу стати?». Від успішного проходження цього етапу залежить відчуття цілісності, внутрішньої стабільності та впевненості у майбутньому. Невизначеність, соціальний тиск або відсутність підтримки можуть призвести до плутанини ролей, нестабільності самооцінки, психологічного дистресу.

У людини розвивається рефлексивне мислення, здатність аналізувати власні почуття, вчинки, взаємини. Особистість набуває здатності до

самоспостереження, самокритики і самокорекції, що є передумовою формування моральної свідомості та автономної поведінки.

У віці 17–25 років особливо актуальною стає потреба у самовизначенні, насамперед професійному. Вибір фаху, перше місце роботи, спроби реалізувати себе в конкретній сфері — усе це формує не лише соціальний статус, а й відчуття внутрішньої компетентності та цінності. Молодь прагне до самореалізації, що пов'язана з бажанням бути корисною, самостійною, ефективною [58].

Паралельно формуються соціальні ролі дорослої людини: громадянина, студента або працівника, партнера, члена суспільства. Людина набуває досвіду взаємодії з різними соціальними інститутами — освітніми, професійними, правовими. Це сприяє розвитку відповідальності, ініціативності, адаптивності.

У цей період також формується здатність до емоційної регуляції, що є ознакою зрілості. Людина вчиться розуміти і керувати своїми емоціями, враховувати почуття інших, долати імпульсивні реакції. Водночас емоційна сфера ще нестабільна: часто трапляються коливання настрою, емоційне вигоряння, загострене переживання невдач чи міжособистісних конфліктів.

Велике значення для розвитку особистості має сфера стосунків. Молодь активно формує близькі емоційні зв'язки, досвід кохання, партнерства, сексуальної ідентичності. Успішні стосунки сприяють розвитку емпатії, довіри, здатності до турботи. Водночас негативний досвід (розрив, зрада, насилля) може впливати на подальше сприйняття себе та інших, породжувати тривожність або уникнення близькості.

Крім того, цей період супроводжується активним формуванням власної системи цінностей. Молодь переосмислює засвоєні у дитинстві норми, обирає ті, що відповідають її внутрішньому відчуттю правди, справедливості, сенсу. Змінюються установки щодо родини, кар'єри, свободи, моральності, релігії, політики. Формується світоглядна позиція, що стає стрижнем особистісної ідентичності.

Вкрай важливим компонентом є мотиваційна структура особистості. Молодь починає діяти не лише з потреби уникнути покарання чи отримати схвалення, а з глибокого розуміння власних прагнень і цілей. З'являється мотивація до саморозвитку, довгострокового планування, відповідального вибору.

Науковці виділяють велику кількість критеріїв, які впливають на реалізацію життєвих цілей молоді 17-25 років, одними з них є готовність особистості до ризику і локус контролю, самооцінка і рівень домагань. У молоді, яка орієнтована на успіх, частіше переважають реалістичні самооцінки, а в індивідів, орієнтованих на невдачу, – завищені або занижені, нереалістичні самооцінки. Та молодь, яка прагне успіху, свої досягнення приписує внутрішнім факторам, а особи, які уникають невдачі – зовнішнім. Оптимальне поєднання готовності до ризику і раціоналізму забезпечує успіх в діяльності. Працювати на рівні помірного ризику прагнуть особи з вираженою потребою в досягненні, на відміну від осіб із слабо вираженою потребою [48].

Мотивація досягнення успіху пов'язана й з такою важливою особистісною характеристикою, як локус контролю, він визначає схильність людини приписувати відповідальність за результати своєї діяльності власним зусиллям і здібностям (внутрішній локус), або зовнішнім факторам і обставинам (зовнішній локус).

Молодим особам, невпевненим у своїх здібностях, неврівноваженим, несамостійним у прийнятті рішень, властива схильність до зовнішнього локусу контролю. Молоді люди з внутрішнім локусом контролю є наполегливими в досягненні успіху, послідовними, впевненими в собі, врівноваженими, схильними до самоаналізу і критичної самооцінки, незалежними [9].

Отже, мотивація до успіху тісно пов'язана із самооцінкою та рівнем домагань особистості. Мотивація визначає потенційні можливості особистості, активність або пасивність суб'єкта в професійній діяльності,

визначає професійний розвиток студента [50; 60]. Успіх у діяльності залежить не тільки від здібностей і знань, а й від мотивації, прагнення досягати високих результатів, самостверджуватись.

Успішність професійного становлення студента залежить від наявності відповідних мотивів, його особистої активності [8; 51; 52; 59]. Ці мотиви зумовлюють такі рівні активності молоді в її навчально-професійній сфері: задоволення та радість від пізнання й творчості; копіювання моделей дій авторитетних осіб при виконанні завдань.

Особистості із мотивом прагнення до успіху притаманні такі особливості:

- прагнення до мети;
- готовність узяти на себе відповідальність у невизначених ситуаціях;
- упевненість в успішному результаті;
- активний пошук інформації для оцінювання своїх успіхів;
- відсутність ентузіазму до розв'язання нескладних задач;
- отримання задоволення від розв'язання цікавих задач;
- бажання робити складну роботу, але таку, яку можна реально виконати;
- здатність не розгубитися в непередбачуваній ситуації;
- прагнення до розумного ризику;
- реалістичний рівень домагань;
- підвищення рівня домагань після успіху та зниження після невдачі;
- велика завзятість у випадку виникнення труднощів [24].

На думку С.С. Макаренка, мотивація досягнення молоді спирається на та забезпечує такі функції:

- емоційну (вплив емоцій на ту чи іншу діяльність людини);
- пізнавальну (набуття необхідних знань із метою подальшого їх застосування в життєдіяльності);
- інтегративну (система самооцінок діяльності і досягнутого результату).

Авторка зауважує, що молоді з високим рівнем мотивації досягнення успіху притаманне глибоке усвідомлення залежності свого професійного успіху від самовдосконалення, самопізнання, та самоконтролю. Тут яскраво демонструються потреби, які пов'язані з особистісним зростанням: підвищувати рівень майстерності й компетентності, розвивати свої сили й здібності, забезпечувати собі матеріальний комфорт. Молодій особі для задоволення цих потреб мають бути властиві самовладання, сила волі, самоконтроль й відповідальність за свої дії, що неодмінно підвищує успішність під час вирішення професійних і пізнавальних завдань. [17; 22]

Особистості із середнім рівнем мотивації досягнення успіху відрізняються достатньою сформованістю усіх компонентів мотивації. Особи цього типу зазвичай активні, ініціативні. Вони уміють працювати організовано і свідомо прагнуть опановувати нові знання й навички.

Молодь з низьким рівнем мотивації успіху характеризує слабо виражені особистісні професійно значущі якості. Їхній мотив характеризується через усвідомлення «потрібно» і, як правило, пов'язаний із зовнішньою стороною процесу.

Мотивація досягнення успіху має позитивний характер. Дії людини з такою мотивацією спрямовані на те, щоб досягти важливих та значущих результатів. Мотивовані на успіх люди, ставлять перед собою головну позитивну мету, досягнення якої розглядатиметься ними як успіх. Для них властиве очікування успіху, вони впевнені в ньому. У них викликає позитивні емоції здобуття необхідних компетентностей для виконання необхідної роботи.

Самовиховання є важливим складником механізму формування мотивації досягнення успіху в старшому юнацькому віці. Заняття самоосвітою дуже характерно для молоді, яка хоче самовдосконалюватись. Здійснюючи самовиховання, людина може і хоче займатись зростанням своєї особистості. Прагнення до досконалості приводить до високих творчих та матеріальних результатів. Самовиховання – діяльність людини, спрямована

на зміну своєї особистості відповідно до свідомо поставлених цілей і переконань. Адекватна самооцінка, відношення людини до своїх можливостей, вміння бачити свої недоліки, можуть бути передумовами досягнення успішності і характеризують зрілість людини [44; 56].

Рівень сформованості мотиваційної сфери є внутрішньою умовою самоуправління особистості. Мотиваційна сфера юнаків формується в декілька стадій.

На першій стадії у підлітковому періоді мотивування вчинків і діяльності є поверховою, оскільки, переважно, базується на відтворюванні дій дорослих. На другій стадії юнаки прагнуть утвердитися в суспільстві, оцінюють себе та очікують на зовнішні позитивні оцінки, тому їх мотивація стає більш усвідомленою та диференційованою. І вже на третій стадії мотивація вчинків регулює поведінку і діяльність особистості і виступає елементом самовиховання. Структура ж мотивів характеризується певною ієрархією. Існують певні системи різних мотиваційних тенденцій, підпорядковані одна одній на основі провідних і суспільно значущих мотивів. Мотиви починають діяти не безпосередньо, а виникають на основі свідомо поставленої мети та намірів.

Формування мотивації досягнення здійснюється за трьома основними напрямками:

- формування рівня домагань особистості, (навички постановки реалістично високих цілей, орієнтованих на індивідуальний ресурс);
- формування атрибуції власних можливостей (усвідомлення особою своїх сильних і слабких сторін, власних здібностей і застосування необхідних зусиль для досягнення результату);
- формування самооцінки (основа для контролю над наслідками своїх дій).

У дослідженнях зазначається, що деякі юнаки не замислюються про ті проблеми, які можуть зустрітися їм на шляху, і про ті можливі перешкоди, до подолання яких необхідно приготуватися заздалегідь, тому, що вони

виявляються поглиненими найближчою метою. Їм доводиться навчатися та враховувати необхідність прогнозування та планування на власних помилках.

Мотивовані на успіх суб'єкти, обирають завдання середнього рівня, або вище за середній рівень складності. Вони впевнені в успішній реалізації завдань, їм властиві наполегливість при прагненні до мети, рішучість у невизначених ситуаціях, схильність до розумного ризику, готовність узяти на себе відповідальність, адекватний чи середній рівень домагань, він підвищується після успіху і знижується після невдачі. Дуже легкі завдання не приносять вище вказаній категорії людей почуття задоволення і справжнього успіху, а при виборі занадто важких завдань - велика ймовірність невдачі. При виборі ж завдань середнього рівня складності результат стає максимально залежним від власних зусиль людини а успіх і невдача мають однакову ймовірність.

Суб'єкти зі схильністю на уникнення невдачі беруться за рішення як дуже легких завдань (де гарантований сто відсотковий успіх), так і рішення дуже важких (де невдача не сприймається як особистий неуспіх) завдань. Вони шукають інформацію про можливість невдачі при досягненні результату.

Процес досягнення молоддю успіху залежить як від здібностей, так і від цілеспрямованої та наполегливої праці, прагнення досягти мети. Людина яка впевнена у собі, у своїх здібностях і якостях, може ставити перед собою амбітні цілі, багато працювати заради досягнення мети, здатна навчатися та розвиватися.

У мотивах уникнення невдач, навпаки, чітко спостерігається бажання уникнути невдачі та взагалі небажання докладати будь-які зусилля до виконання важкого завдання або до самовдосконалення для її здійснення, а також небажання покидати так звану власну зону комфорту. Молода особа, яка має до діяльності мотив уникнення невдачі, кидає розпочату справу при перших труднощах, оскільки не хоче мати неприємностей, занадто

переймається при можливій помилці під час роботи, має страх осудження від інших.

Таким чином, існує ще одна важлива особливість мотивів - вміння брати відповідальність саме на себе. Особистість, дії якої спрямовуються мотивами досягнення успіху, усвідомлює власні помилки та їх причини, беручи на себе відповідальність за них.

Отже, мотивації досягнення успіху молоддю притаманні деякі особливості що необхідно враховувати при розробці та запровадженні засобів з формування мотивації досягнення успіху. Усвідомлення та урахування індивідуальних особливостей особистості як вікових, так і психологічних, забезпечить підвищення ефективності сценаріїв мотивації досягнення успіху молоддю.

Висновки до розділу 1

Потребово-мотиваційна сфера є базою формування особистості. Вона виконує орієнтаційну, мобілізаційну, актуалізаційну та реалізаційну функції, спрямовуючи людину від природжених потягів до усвідомленої самореалізації. Розуміння структури мотиваційної сфери дозволяє пояснити, як внутрішні потреби перетворюються на цілі та активність.

Мотивація успіху визначається як внутрішнє прагнення до досягнень і є багатокомпонентним феноменом. Вона включає когнітивні, емоційні, вольові та соціально-ціннісні елементи. Успіх має як внутрішній вимір (самозадоволення, розвиток), так і зовнішній (визнання, статус, соціальні досягнення).

Ранній дорослий вік (17–25 років) є критичним періодом формування мотивації успіху. Молодь переживає ідентифікаційні кризи, визначається з професійним шляхом, вибудовує систему цінностей і вчиться брати на себе відповідальність. У цей період мотиваційні установки ще нестабільні, але саме вони задають траєкторію подальшої самореалізації.

Мотивація досягнення успіху на пряму пов'язана з локусом контролю, самооцінкою та рівнем домагань. Особи з внутрішнім локусом контролю, реалістичною самооцінкою та готовністю діяти в умовах помірного ризику демонструють вищу ефективність, більшу наполегливість та кращу адаптивність у діяльності.

Існують різні типи мотиваційних стратегій (орієнтація на успіх або уникнення невдач), які визначають поведінку особистості. Прагнення до успіху стимулює активність, розвиток, відповідальність і здатність до самовиховання. Натомість установка на уникнення невдач веде до пасивності, залежності від зовнішніх оцінок і формування навченої безпорадності.

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ДЕТЕРМІНАНТ РОЗВИТКУ МОТИВАЦІЇ ДОСЯГНЕННЯ УСПІХУ У СТУДЕНТІВ

2.1 Опис процедури дослідження та методичного інструментарію

Наші дослідження мали на меті підтвердити те, що цілеспрямоване формування мотивації досягнення успіху є важливим чинником особистісно-професійного розвитку студентів, а також те, що в основі процесу розвитку мотивації досягнення ними успіху лежать такі психологічні детермінанти, як позитивне самоставлення, саморозвиток, орієнтація на самоактуалізацію.

Крім того, наявність і реалізація навчально-коригуючої психологічної програми, спрямованої на стимулювання самореалізації, пізнавальних процесів та креативного мислення, має позитивно позначитися на рівні мотивації досягнення успіху молоді.

Дослідження проводилися в період липень - жовтень 2025 року. Базою експериментального дослідження був Криворізький національний університет (здобувачі освіти гірничо-металургійного факультету) У дослідженні взяли участь 50 осіб, причому з них нами було сформовано контрольну (25 осіб) та експериментальну (25 осіб) групи для визначення ефективності впровадження рекомендованої навчально-коригуючої програми.

Дослідження включало такі етапи:

- підбір і розробка комплексу методів й методик з вивчення рівня мотивації досягнення успіху у студентів і дослідження психологічних детермінант мотивації досягнення успіху.
- дослідження початкового рівня мотивації досягнення успіху, самоставлення та самоактуалізації студентів;

- кореляційний аналіз психологічних детермінант розвитку мотивації досягнення успіху;
- розробка комплексної навчально-коригуючої програми розвитку мотивації досягнення успіху у студентів;
- реалізація розробленої програми й аналіз динаміки показників розвитку мотивації досягнення успіху, самоактуалізації та самоставлення.

Як ми дослідили в першому розділі роботи, мотивація є центральним фактором, що визначає ефективність діяльності людини, її прагнення до успіху та здатність долати перешкоди. Вона є рушійною силою, яка спонукає індивіда до певних дій і зумовлює спрямованість, інтенсивність і наполегливість його поведінки.

Розуміння та оцінка мотивації досягнень та уникнення невдач студентства набуває особливої актуальності як у самоосвіті, самоменеджменті, психології та рефлексії, так і в інших сферах людської діяльності. Існує безліч методик для вимірювання цих аспектів мотивації, кожна з яких має свої теоретичні засади, переваги та обмеження. Серед найбільш відомих – методики Т. Елерса, Ю. Орлова, А. Реана та А. Мехрабіана.

Методика А. Мехрабіана (у адаптації М.Ш. Магомед-Емінова, М.С. Яніна та інших) ґрунтується на детально розробленій теорії, що розглядає мотивацію досягнень як складну структуру, яка включає як прагнення до успіху, так і страх перед невдачею. Автор пропонує інтегральний підхід, де ці дві тенденції не просто протиставляються, а є частинами єдиного мотиваційного процесу. Методика є уніполярною шкалою і представлена у двох формах (чоловічий та жіночий варіант). Вона складається з серії тверджень, що відображають різні аспекти поведінки та переживань у ситуаціях досягнення і дозволяє отримати числовий коефіцієнт, який показує, яка з тенденцій домінує та наскільки сильно, тобто визначає не просто наявність, а й співвідношення цих двох типів мотивації.

Порівнюючи вищезазначені методики, можна зробити висновок, що опитувальник А. Мехрабіана має низку суттєвих переваг, що робить його кращим вибором для глибокого та точного оцінювання мотивації досягнень та уникнення невдач. Методика дає можливість побачити не просто «мотивований/немотивований», а й зрозуміти, яка саме тенденція є сильнішою і наскільки. Наприклад, людина може мати високу мотивацію до успіху, але водночас і високий страх невдачі, що може призвести до фрустрації або прокрастинації. Розрахунок окремих показників мотивації досягнення (МД) та мотивації уникнення невдач (МУН) або інтегрального показника (визначається як різниця між МД та МУН) дозволяє мінімізувати суб'єктивність інтерпретації. Наявність двох форм (чоловічої та жіночої) робить цей інструмент більш універсальним, оскільки враховує можливі гендерні відмінності у вираженні мотиваційних тенденцій. Це підвищує її релевантність для ширшого кола досліджень та практичного застосування.

Таким чином, при виборі методики для оцінювання мотивації досягнень та уникнення невдач, методика А. Мехрабіана є найбільш обґрунтованим вибором. Її комплексність, глибина теоретичного підґрунтя, об'єктивність та прогностична цінність роблять її здатність виявляти складну динаміку мотиваційних процесів дозволяє отримати більш точну та корисну інформацію для практичного застосування та наукових досліджень.

Цілком зрозуміло, що у сучасному світі, де юна особистість постійно стикається з викликами, стресами та необхідністю адаптації, питання особистісного зростання, самопізнання та реалізації власного потенціалу набувають особливої актуальності. У цьому контексті видатне місце посідає гуманістична психологія та її видатний представник - американський психотерапевт і філософ Еверетт Шостром. Він запропонував унікальний підхід до розуміння та сприяння особистісному розвитку - тест самоактуалізації Е. Шострома (Personal Orientation Inventory – POI). Ця методика є не просто діагностичним інструментом, а філософською

концепцією та практичним посібником для досягнення цілісності та повноти буття.

В основі методики лежить концепція самоактуалізації, розроблена А. Маслоу, яку Е. Шостром деталізував і адаптував для емпіричного вимірювання. Самоактуалізація – це процес розкриття та реалізації індивідом свого внутрішнього потенціалу, своїх здібностей, талантів і можливостей. Це прагнення стати тим, ким людина дійсно може бути, досягти найвищого рівня психологічної зрілості та благополуччя. Самоактуалізована особистість, за Шостромом, це не статичний ідеал, а постійний процес становлення, безперервного зростання та інтеграції [54]. Е. Шостром стверджував, що багато людей живуть у стані «маніпуляції» – вони несвідомо грають ролі, приховують свої справжні почуття, адаптуються до очікувань інших, втрачаючи зв'язок зі своїм істинним «Я». На противагу цьому, самоактуалізована людина живе «тут і зараз», повною мірою усвідомлюючи та переживаючи поточний момент. Вона здатна до глибоких стосунків, емпатії, автономії, креативності та прийняття себе й інших [28]

Методика РОІ є опитувальником, що складається зі 126 або 150 (в залежності від варіанта адаптації) пунктів, кожен з яких містить два полярних твердження. Досліджуваний повинен обрати те твердження, яке найбільше відповідає його переконанням чи поведінці. Ці пункти згруповані у дві основні шкали та десять підшкал, які вимірюють різні аспекти самоактуалізації.

Наприклад, шкала компетентності у часі (Time Competence – TC) Відображає ступінь орієнтації людини на теперішнє. Високі бали свідчать про те, що людина живе «тут і зараз», не заціклюється на минулому і не надмірно заклопотана майбутнім, здатна повноцінно переживати поточний момент. Низькі бали вказують на зацікленість на минулих образах або надмірну тривогу щодо майбутнього, що перешкоджає повноцінному функціонуванню. Шкала підтримки (Support Ratio – SR) показує здатність людини до самопідтримки, внутрішньої опори, автономії та незалежності від

зовнішніх оцінок чи очікувань. Високі бали вказують на внутрішній локус контролю, вміння покладатися на себе. Низькі бали свідчать про залежність від думки інших, прагнення відповідати чужим очікуванням.

Деталізація аспектів самоактуалізації, які ми використовували для оцінки значущості психологічних детермінант мотивації досягнень молоді, оцінюється за такими підшкалами:

Шкала орієнтації на цінності (Self-actualizing Value – SAV), яка вимірює прихильність до цінностей самоактуалізованих людей (чесність, відповідальність, любов).

Шкала гнучкості поведінки (Flexibility in Application of Values – FAV), яка відображає здатність адаптувати свої цінності та принципи до конкретних ситуацій, не будучи ригідним.

Шкала чутливості до своїх потреб (Sensitivity to Needs – SN), яка оцінює здатність усвідомлювати та задовольняти власні потреби, а не лише потреби інших.

Шкала спонтанності (Spontaneity – S), яка вимірює здатність до природного, безпосереднього вираження почуттів та емоцій.

Шкала самоповаги (Self-Regard – SR), яка оцінює рівень прийняття себе, поваги до своєї особистості незалежно від зовнішніх обставин.

Шкала самоприйняття (Self-Acceptance – SA), яка вимірює здатність приймати себе з усіма своїми недоліками та слабкостями.

Шкала природи людини (Nature of Man – NM), яка відображає позитивне ставлення до людської природи в цілому, віру в доброту людей.

Шкала синергії (Synergy – SY), яка оцінює здатність бачити взаємозв'язок і гармонію між протилежностями (наприклад, праця та відпочинок, егоїзм та альтруїзм).

Шкала прийняття агресії (Acceptance of Aggression – A), яка вимірює здатність адекватно сприймати та виражати власну агресію, а не пригнічувати її.

Шкала здатності до контакту (Capacity for Intimate Contact – C), яка оцінює здатність до глибоких, щирих та довірливих стосунків з іншими людьми.

Слід зазначити, що на відміну від багатьох інших психологічних тестів, які фокусуються на окремих рисах, опитувальник Е. Шостром пропонує цілісне бачення особистості, акцентуючи увагу на її здоров'ї та потенціалі до зростання.

Методика виявляє ступінь самоактуалізації, що є індикатором психологічного благополуччя та зрілості. Низькі показники інтерпретуються як зони для розвитку, а не як «проблеми». Вона орієнтована на внутрішні ресурси особистості, її сильні сторони та потенціал, а не на недоліки, й саме тому дозволяє оцінити, на якому саме етапі знаходиться людина, і які аспекти потребують розвитку.

Використання цієї методики передбачає також допомогти студенту краще зрозуміти себе, усвідомити свої цінності, потреби та бар'єри на шляху до самореалізації.

Таким чином, методика Е. Шострома – це не просто інструмент вимірювання, а фундаментальний підхід до розуміння та сприяння особистісному зростанню. Вона є цінним внеском у гуманістичну психологію, надаючи як дослідникам, так і практикам надійний інструмент для оцінки ступеня самоактуалізації. Сфокусованість методики на цілісності, автономії та здатності людини жити повноцінним життям “тут і зараз”, її цілісний підхід, а також переваги (глибина самопізнання, надійність та широкий спектр застосування) роблять цю методику актуальною та значущою

Самоставлення є одним з фундаментальних аспектів особистості, який визначає характер взаємодії індивіда зі світом, його успішність у діяльності та загальне психологічне благополуччя. Від того, як людина ставиться до себе, залежить її самооцінка, рівень домагань, стратегії подолання труднощів та навіть ставлення до інших. У контексті глибокого розуміння цього

складного феномену особливе місце посідає методика дослідження самоставлення В.В. Століна, відома як Опитувальник самоставлення (ОСВ). Розроблена видатним психологом В.В. Століним у співпраці з С.Р. Пантілєєвим, ця методика стала одним із найбільш авторитетних і широко використовуваних інструментів для діагностики структури самоставлення..

На відміну від багатьох спрощених підходів, що зводять самоставлення до однієї лише самооцінки, В.В. Столін та С.Р. Пантілєєв розробили багатомірну модель, яка відображає складну, ієрархічно організовану структуру цього феномену. Вони розглядають самоставлення як динамічну систему, що включає три рівні:

1. Глобальне самоставлення як інтегративне відчуття себе.
2. Самоставлення, яке виражається як диференційоване ставлення до окремих аспектів свого «Я».
3. Самоставлення, що виражається в самооцінці як когнітивний компонент, пов'язаний з оцінкою своїх якостей, здібностей та досягнень.

Цей опитувальник складається зі 110 тверджень, які досліджуваний має оцінити за 4-бальною шкалою (від «абсолютно не відповідає» до «повністю відповідає»). Самі твердження згруповані у три шкали першого рівня та дев'ять шкал другого рівня, що дозволяє отримати комплексну картину самоставлення.

Основні шкали першого рівня:

1. Глобальне самоставлення як інтегральний показник.
2. Самоповага, яка оцінює повагу до себе як особистості, задоволеність своїми рисами характеру, здібностями та досягненнями, усвідомлення власної значущості та компетентності.
3. Аутосимпатія як емоційний компонент самоставлення, що характеризується приязню до себе, внутрішньою гармонією, прийняттям своїх почуттів та емоцій.

Підшкали другого рівня, що деталізують аспекти самоставлення:

1. Самовпевненість - відчуття власної сили, здатності долати труднощі, віра в свої сили.
2. Очікуване ставлення від інших - усвідомлення того, як, на думку людини, до неї ставляться інші. Це відображення її очікувань у міжособистісних стосунках.
3. Самокерівництво - здатність керувати собою, приймати рішення, нести відповідальність за свої дії, контролювати свої імпульси.
4. Самозвинувачення - тенденція звинувачувати себе у невдачах, відчувати провину та сором. Це єдиний показник, що відображає негативне самоставлення.
5. Самоінтерес - прагнення до самопізнання, інтерес до власного внутрішнього світу, бажання розвиватися.
6. Саморозуміння - здатність до рефлексії, усвідомлення своїх мотивів, почуттів та поведінкових патернів.
7. Самооцінка - когнітивна оцінка своїх якостей, здібностей та досягнень.
8. Самоприйняття - безумовне прийняття себе з усіма своїми сильними та слабкими сторонами.
9. Самооцінка зовнішнього вигляду - ставлення до своєї зовнішності.

Головна особливість методики В.В. Століна полягає у відмові від одномірного розуміння самоставлення. Вона дозволяє отримати не просто загальну оцінку, а детальний «профіль» самоставлення, який відображає складну взаємодію різних когнітивних, емоційних та поведінкових компонентів.

Завдяки запропонованому автором розмежуванню «Я-концепції» та «самоставлення»: «Я-концепція» – це сукупність уявлень про себе («Я знаю, що я такий-то»), «самоставлення» – це емоційно-ціннісне ставлення до цих уявлень («Я ставлюся до цього так-то»), дана методика фокусується саме на останньому.

Крім того, за результатами опитувальника стає можливим визначити не лише те, наскільки позитивно чи негативно людина ставиться до себе

(рівень), але й зрозуміти, які саме аспекти її «Я» є джерелом цих переживань (структура). Наприклад, висока самооцінка може поєднуватися з високим самозвинуваченням, що вказує на внутрішній конфлікт.

Також слід зазначити, що ця методика є дуже цінною для психологічного консультування. Вона допомагає виявити зони внутрішнього дискомфорту, конфлікти самосвідомості та потенційні причини психологічних проблем (наприклад, низька самоповага, високе самозвинувачення).

Отже, обрана методика є одним з найбільш досконалих та валідних інструментів для діагностики самоствавлення. Її сутність полягає в багатомірному підході, який дозволяє не просто виміряти загальний рівень, а й розкрити складну структуру цього важливого особистісного феномену. Завдяки цій методиці ми маємо можливість не лише зрозуміти, як людина ставиться до себе, а й надати ефективну допомогу у формуванні гармонійного та позитивного самоствавлення, що є запорукою психологічного здоров'я та успішної самореалізації.

Здатність юнака чи дівчини відчувати себе господарем власного життя, активно впливати на події та брати на себе відповідальність за свої вчинки зараз набуває першочергового значення. Відчуття контролю над власним буттям, або так званий локус контролю, є ключовим показником психологічної зрілості та адаптивності особистості. Для об'єктивного вимірювання цього феномену в психології широко використовується методика дослідження рівня суб'єктивного контролю (РСК), розроблена Е.Ф. Бажиним, О.О. Голинкіною та А.М. Еткіндом. Саме ця методика й була обрана нами для досліджень з виявлення психологічних чинників розвитку мотивації успіху у студентства.

В основі методики лежить теорія соціального навчання Джуліана Роттера, який ввів поняття локусу контролю. Роттер стверджував, що люди

різняться за тим, як вони пояснюють причини подій, що відбуваються в їхньому житті. Відповідно до його теорії існують дві основні орієнтації:

1. Внутрішній локус контролю (інтернальність), коли людина вважає, що більшість подій у її житті (як позитивних, так і негативних) є результатом її власних дій, зусиль, здібностей та рис характеру. Такі люди беруть на себе відповідальність за свої успіхи та невдачі, вірять у власну ефективність і здатність впливати на обставини.
2. Зовнішній локус контролю (екстернальність), коли особа схильна приписувати причини подій зовнішнім факторам – удачі, випадку, іншим людям, долі, несприятливим обставинам тощо. Вона відчуває себе жертвою обставин, мало вірить у свої можливості змінити ситуацію і уникає відповідальності.

Високий рівень інтернальності зазвичай асоціюється з більшою активністю, відповідальністю, самостійністю, прагненням до досягнень та кращою стресостійкістю. Екстернали ж часто демонструють пасивність, схильність до звинувачення інших, безпорадність у складних ситуаціях.

Методика РСК є адаптованою та стандартизованою версією опитувальника Дж. Роттера. Вона складається з 44 пунктів, кожен з яких пропонує два альтернативні твердження, що відображають інтернальний або екстернальний локус контролю. Досліджуваному необхідно обрати те твердження, яке найбільше відповідає його переконанням. Слід зауважити, що опитувальник дозволяє виміряти не лише загальний рівень локусу контролю, а й його вираженість у різних сферах життєдіяльності. Він включає одну загальну шкалу та шість спеціальних шкал:

1. Загальна інтернальність як інтегративний показник локусу контролю. Високі бали свідчать про високий рівень суб'єктивного контролю над більшістю значущих ситуацій. Низькі – про екстернальний локус контролю, відчуття безсилля перед обставинами.
2. Інтернальність у сфері досягнень характеризує ступінь відповідальності, яку людина бере на себе за свої успіхи та досягнення.

3. Інтернальність у сфері невдач відображає ступінь відповідальності за власні невдачі та труднощі.
4. Інтернальність у сімейних стосунках показує відповідальність за події, що відбуваються в сімейному житті.
5. Інтернальність у виробничих стосунках оцінює відповідальність за успіхи та невдачі у професійній сфері.
6. Інтернальність у міжособистісних стосунках відображає відповідальність за характер своїх стосунків з іншими людьми, їхній розвиток та емоційне забарвлення.
7. Інтернальність стосовно здоров'я та хвороби свідчить про ступінь відповідальності за власне здоров'я, його збереження або причини захворювань. Інтернал у цій сфері вірить, що його спосіб життя та поведінка впливають на його фізичний стан.

Ключова особливість даної методики полягає в можливості оцінки локусу контролю не тільки на загальному рівні, а й у специфічних життєвих сферах. Це дозволяє отримати більш точну та диференційовану картину, оскільки людина може бути інтерналом в одній сфері (наприклад, у професійній) і екстерналом в іншій (наприклад, у міжособистісних стосунках).

Проходження тесту та обговорення його результатів допомагає досліджуваному краще усвідомити свої типові моделі атрибуції та їхній вплив на життя. Це може стати поштовхом до змін та розвитку більш конструктивних стратегій поведінки.

Методика добре зарекомендувала себе у численних дослідженнях, демонструючи високу валідність та надійність. Вона виявляє значущі кореляції з іншими особистісними характеристиками, такими як самооцінка, тривожність, успішність у навчанні чи професії. Вона є цінним інструментом для психологів, педагогів, фахівців з HR, медичних працівників, оскільки локус контролю впливає на навчання, роботу, здоров'я та міжособистісну взаємодію.

Опитувальник РСК дозволяє отримати глибоке розуміння того, як людина сприймає себе та свою роль у подіях життя, що є фундаментальним для самоздійснення, адже розуміння локусу контролю допомагає пояснити причини певних поведінкових реакцій та емоційних станів.

Виявлення екстернального локусу контролю (особливо в деяких сферах) є важливою мішенню для психокорекційної роботи. Психолог може працювати над розвитком інтернальності, допомагаючи клієнту усвідомити власну відповідальність, розвинути навички активного впливу на ситуації, підвищити самооцінку та віру в свої сили.

Таким чином, дослідження рівня суб'єктивного контролю є незамінним інструментом для глибокого та диференційованого вивчення локусу контролю особистості. Багатомірність діагностики, висока валідність та актуальність для різних сфер є ключовими особливостями опитувальника. В сучасних умовах, де здатність брати на себе відповідальність за власне життя є запорукою успіху та психологічного благополуччя, дана методика є ключовим інструментом для допомоги студентам у формуванні активної життєвої позиції та усвідомленні власної здатності впливати на свою долю.

Для проведення аналізу деяких компонентів мотивації досягнення успіху, нами складено блоки досліджуваних показників:

1. Когнітивний компонент:

Методика САТ Е. Шострома: уявлення про природу людини, прагнення до саморозвитку, пізнавальні потреби.

Методика самоствлення В.В. Століна: шкала аутосимпатії та інтегральна шкала.

2. Емоційно-оцінний компонент:

Методика САТ Е. Шострома: шкала самоприйняття, самоповаги, шкала прийняття агресії, ціннісних орієнтацій.

Методика самоствлення В.В. Століна, шкала самоповаги, шкала самовпевненості.

Методика РСК Є.Ф. Бажина: загальна інтернальність, інтернальність у сфері досягнень, інтернальність у сфері невдач.

3. Поведінковий компонент:

Методика САТ Е. Шострома: шкала підтримки, шкала контактності, шкала креативності, шкала компетентності в часі.

Методика самоставлення В.В. Століна: шкала самокерівництва.

Методику А. Мехрабіана також можна віднести до емоційно-оцінного компоненту, проте в роботі вона розглядається як окремий, центральний показник мотивації досягнення.

Для опрацювання та представлення результатів використовувався параметричний метод порівняння вибірок - t-Ст'юдента. Широко використовувалися можливості табличного та графічного представлення.

2.2. Аналіз результатів констатувального діагностичного дослідження

Констатувальний етап нашого емпіричного дослідження складалося з двох етапів. На першому етапі вивчалися рівні мотивації досягнення успіху, самоактуалізації, самоставлення та суб'єктивного контролю особистості в усіх студентів за зазначеними методиками (Додаток 1). На другому етапі проведено кореляційний аналіз, який дав змогу виявити найбільш значущі психологічні детермінанти розвитку мотивації досягнення успіху студентів.

У таблиці 2.1. наведено аналіз показників рівня мотивації досягнення успіху за методикою А. Мехрабіана.

Таблиця 2.1.

Аналіз результатів опитування за методикою А. Мехрабіана.

Підгрупи	Мінімальне значення показника	Максимальне значення показника	Середнє значення показника
підгрупа з високим рівнем мотивації досягнення успіху	145	181	157,1
підгрупа з низьким рівнем мотивації досягнення успіху та значним мотивом уникнення невдач	85	126	114,6
Вибірка у цілому	85	181	135,6

Отримані бали показника мотивації досягнення у студентства можна інтерпретувати таким чином:

- 85–126 балів — швидше орієнтація на уникнення невдач, пасивне виконання завдань.
- 127–145 балів — помірна мотивація досягнення, залежна від ситуації.
- 145–181 бал — виражена мотивація успіху, прагнення до самореалізації, конкурентність.

Широкий розкид показника мотивації досягнення успіху показує, що:

- група є неоднорідною за рівнем мотивації.. Є учасники з низьким або помірним рівнем мотивації (ближче до 126) і ті, хто має дуже високі показники (від 145);
- молоді наявні поляризовані мотиваційні стратегії. Частина здобувачів може діяти лише під зовнішнім стимулом або очікуванням оцінки (бали ближче до низької межі). Інші – мають внутрішню мотивацію досягнень, амбіційність, орієнтацію на результат (високі бали).
- доцільне запровадження диференційованої мотиваційної роботи, оскільки загальні однакові стимули не будуть ефективними. Для групи з низькими балами – доцільно застосувати підтримувальні, надихаючі методи, роботу з внутрішньою мотивацією. Для тих, хто має високі бали – ставити ускладнені цілі, залучати до проєктної, відповідальної діяльності.

Результати дослідження за методикою САТ Е. Шострома. представлені у таблиці 2.2 та діаграмі 2.1

Таблиця 2.2.

Ступінь вираження показників самоактуалізації за методикою САТ

Шкали та підшкали	Кількість опитаних			Усього	% респондентів			Усього
	Низький	Середній	Високий		Низький	Середній	Високий	
Tc Компетентність у часі	28	19	3	50	56	38	6	100
I Підтримка	10	26	14	50	20	52	28	100
Sav Ціннісні орієнтації	6	14	30	50	12	28	60	100
Ex Гнучкість поведінки	13	24	13	50	26	48	26	100
Ft Сензитивність до себе	28	15	7	50	56	30	14	100
S Спонтанність	1	35	14	50	2	70	28	100
Sr Самоповага	4	27	19	50	8	54	38	100
Sa Самоприйняття	12	31	7	50	24	62	14	100
Nc Уявлення про природу людини	11	27	12	50	22	54	24	100
Sy Синергія	33	16	1	50	66	32	2	100
A Прийняття агресії	30	11	9	50	60	22	18	100
C Контактність	13	28	9	50	26	56	18	100
Cog Пізнавальні потреби	12	29	9	50	24	58	18	100
Cr Креативність	6	32	12	50	12	64	24	100

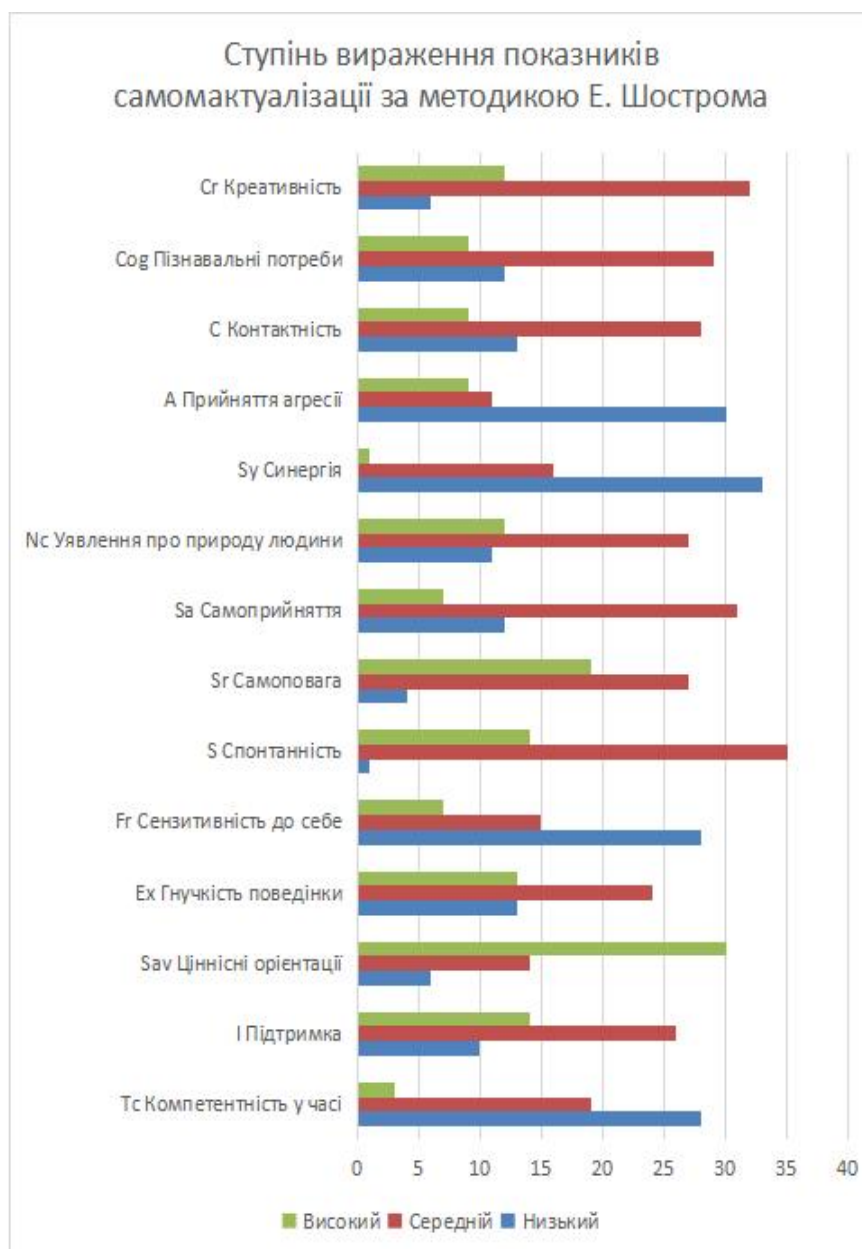


Рис. 2.1. Ступінь вираження показників за методикою Е. Шострома

Високий рівень показника «Ціннісні орієнтації» спостерігається у 30 опитуваних, що становить 60%. Це свідчить про сформованість цінностей, що властиві сучасної молодій особистості.

Низький рівень показників «Компетентність у часі», «Сензитивність до себе», «Синергія», «Прийняття агресії», спостерігається відповідно у 56, 56, 66 та 60 відсотків опитаних. Це може свідчити про те, що здобувачі :

- орієнтуються не стільки на результати теперішнього, скільки на минуле, або омріяне майбутнє;

- мають низький ступінь рефлексії по відношенню до своїх потреб та почуттів;
- мають складність цілісно сприймати навколишній світ та оточуючих людей;
- мають складність у прийнятті власного роздратування та агресії, які є проявами людської природи.

Інші значення шкал та підшкал мають середній ступінь вираження у студентів, що може свідчити про таке:

- за шкалою «Підтримка» або опора на себе (I) - про недостатньо інтернальність.
- за показником «Гнучкість поведінки (Ex)» - про наявність середнього рівень гнучкості у спілкуванні та поведінці при реалізації своїх цілей.

за підшкалою «Спонтанність (S)» - про те що вони стримують спонтанний прояв та вираження своїх почуттів.

- за шкалою «Самоповага (Sr)» - про середній рівень здатності виокремити та цінити свої сильні сторони.
- середня вираженість показника «Самоприйняття (Sa)» - про невисокий рівень безоціночного прийняття особистості свого Я.
- середня вираженість показника «Уявлення про природу людини (Nc)» - про неповну усвідомленість важливого позитивного ставлення до природних процесів розвитку людини.
- показник «Контактність (C)» - про достатню спроможність здобувачів встановлювати емоційно-насичені міжособистісні контакти.
- за шкалою «Пізнавальні потреби (Cog)» - про посередкове бажання здобувати знання про оточуючий світ.
- за шкалою «Креативності (Cr)» - про незначний ступінь творчого прагнення та реалізації студентів.

Результати дослідження за методикою В. Століна. представлені у таблиці 2.3 та діаграмі 2.2.

Таблиця 2.3.

Ступінь вираження показників самоставлення за методикою В. Століна

Шкали та підшкали	Кількість опитаних			Усього	% респондентів			Усього
	Низький	Середній	Високий		Низький	Середній	Високий	
CS Інтегральна	5	21	24	50	10	42	48	100
С.І Самоповага	7	24	19	50	14	48	38	100
С.ІІ Аутосимпатія	11	28	11	50	22	56	22	100
С.ІІІ Очікування позитивного ставлення інших	5	27	18	50	10	54	36	100
С.ІV Самозацікавленість	4	34	12	50	8	68	24	100
С.1 Самовпевненість	8	10	32	50	16	20	64	100
С.2 Очікування ставлення інших	7	36	7	50	14	72	14	100
С.3 Самоприйняття	2	20	28	50	4	40	56	100
С.4 самокерівництво	10	31	9	50	20	62	18	100
С.5 Самозвинувачення	20	22	8	50	40	44	16	100
С.6 Самоінтерес	2	5	43	50	4	10	86	100
С.7 Саморозуміння	26	23	1	50	52	46	2	100

—

—

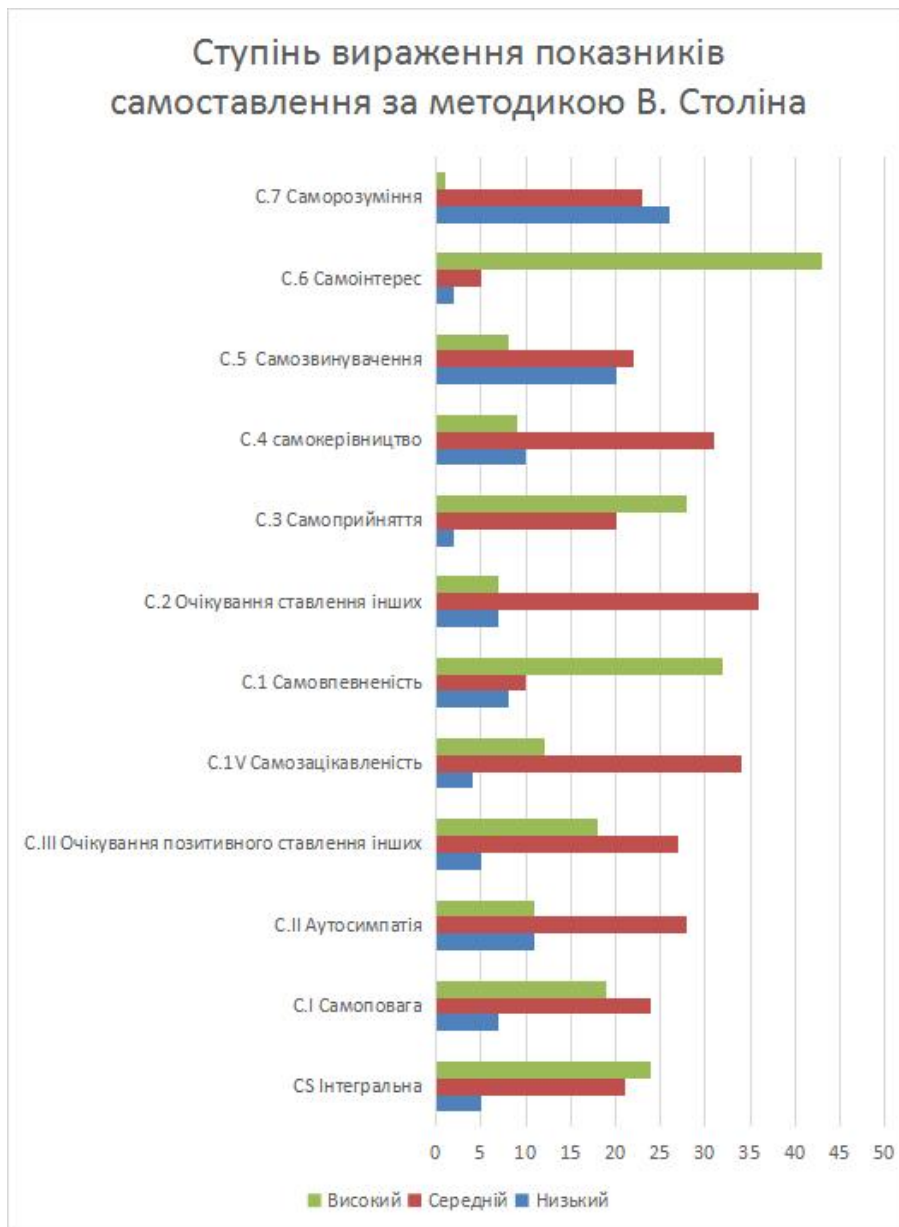


Рис. 2.2. Ступінь вираження показників за методикою В. Століна

Явно високий рівень вираженості серед респондентів спостерігається для таких показників шкал: Самовпевненості (64% здобувачів), Самоприйняття (56:%), Самоінтерес (86%), що свідчить про таке:

- здатність зберігати внутрішню стійкість у соціальних і навчальних ситуаціях, наполягати на власній позиції та проявляти ініціативність.
- про виражену потребу в самопізнанні та саморозвитку здобувачів, що вони .проявляють інтерес до власних внутрішніх процесів, прагнуть

аналізувати свій досвід і схильні до осмисленого конструювання особистісного зростання.

- здатність визнавати як свої сильні, так і слабкі сторони без внутрішнього відкидання та самозаперечення.

Низько вираженими серед здобувачів є показник шкали саморозуміння (52%), що говорить про недостатню рефлексивність, труднощі в усвідомленні власних емоцій та внутрішніх причин поведінки. Це може призводити до імпульсивних рішень або зовнішньої атрибуції відповідальності.

Інші значення шкал та підшкал мають середній ступінь вираженості у студентів:

Середній рівень самоповаги (48%) відображає відносно стабільне, але ситуативно змінне ставлення до себе. Такі учасники схильні залежати від зовнішнього схвалення, але зберігають загалом позитивне самосприйняття.

Середні значення за школою Аутосимпатія (56%) свідчать про часткову задоволеність собою, але з наявністю критичних установок. Такі здобувачі можуть коливатися між самоприйняттям і самокритикою залежно від зовнішньої оцінки.

Середній рівень показника «Очікуване ставлення інших» (54%) означає помірну залежність від соціальної оцінки. Здобувачі з такими показниками можуть адаптувати свою поведінку під очікування інших, зберігаючи при цьому часткову внутрішню автономію.

Середні значення за шкалою Самокерівництво (62%) та самопослідовності означають, що здобувач здатний контролювати свою діяльність, але в

Середній рівень за шкалою Самозвинувачення (44% здобувачів) означає здатність визнавати власні помилки із збереженням внутрішньої рівноваги, без руйнівного самоосуду. Це є маркером конструктивної самокритичності. умовах емоційного напруження може втрачати стабільність у поведінці та ухваленні рішень.

Аналіз кореляційних зв'язків визначених показників основних та допоміжних шкал методик В. Століна, Е. Шострома та Є. Бажина з показником мотивації А. Мехрабіана, показав кореляційну залежність рівня мотивації досягнення успіху від таких чинників як: загальна інтернальність за Є. Бажином ($r=0.60$); інтегральна шкала за В. Століним ($r=0.60$); підтримка ($r=0.54$); ціннісні орієнтації ($r=0.50$); самоповага ($r=0.50$); самовпевненість ($r=0.48$), креативність ($r=0.44$); контактність ($r=0.33$); самозацікавленість ($r=0.33$); а також віддалені значущі зв'язки: самоприйняття ($r=0.29$);- прагнення до саморозвитку, гнучкість поведінки, самокерівництво ($r=0.27$) (Таблиця 2.4).

Таблиця 2.4.

Показники кореляційного аналізу рівня мотивації досягнення успіху від характеристик особистості здобувачів до експерименту

Назва шкал	Кореляція
Інтегральна	0,42
Самоповага	0,42
Аутосимпатія	0,26
Очікування позитивного ставлення інших	Незн
Самоінтерес	0,32
Самовпевненість	0,48
Очікування ставлення інших	Незн
Самоприйняття	0,27
Самопослідовності (самокерівництва)	0,27
Самозвинувачення	Незн
Самоінтерес	Незн
Саморозуміння	0,23
Компетентність у часі	0,20
Підтримка	0,54
Ціннісні орієнтації	0,50
Гнучкість поведінки	0,27
Сензитивність до себе	Незн
Спонтанність	Незн
Самоповага	0,50
Самоприйняття	0,29
Уявлення про природу людини	0,26
Синергія	Незн
Прийняття агресії	0,22
Контактність	0,33

Пізнавальні потреби	0,25
Креативність	0,44
Загальна інтернальність	0,60

Отже, до найближчого значимого зв'язку для рівня мотивації досягнення успіху особистості студентів належить інтернальність. Цей факт свідчить про те, що студенти з високим рівнем мотивації досягнення успіху вважають, що більшість важливих подій у їхньому житті були результатом їхніх власних дій, що вони можуть ними керувати, а отже, відчують власну відповідальність за ці події та за те, як складається їхнє життя загалом. Інтернальність, своєю чергою, взаємодіє з такими показниками як ціннісні орієнтації, підтримка та самоповага. Тобто, студенти з високими показниками за шкалою інтернальність поділяють цінності особистості, що самоактуалізується, до числа яких А. Маслоу відносив такі, як істина, добро, краса, цілісність, відсутність роздвоєності, життєвість, унікальність, досконалість, звершення, справедливість, порядок, простота, легкість без зусиль, гра, самодостатність. Надання переваги цим цінностям вказує на прагнення особистості до гармонійного буття і здорових стосунків, далеких від бажання маніпулювати людьми у своїх інтересах. Студенти є незалежними у своїх вчинках від впливу ззовні, прагнуть керуватися в житті власними цілями, переконаннями, настановами та принципами, а також розвивають такий аспект самоставлення що емоційно та змістовно об'єднує віру у свої сили, здібності, енергію, самостійність, розуміння самого себе.

Також виявлено близький значущий зв'язок із рівнем мотивації досягнення успіху за шкалою «підтримка», вона своєю чергою взаємодіє з такими шкалами, як самоповага, самоприйняття та ціннісні орієнтації. Це свідчить про те, що студенти вмотивовані на досягнення успіху, керуючись здебільшого своїми цілями та принципами, вірять у свої сили, розуміють і приймають себе зі своїми достоїнствами й недоліками, зорієнтовані цінностями особистості, що самоактуалізується.

Виявлені кореляційні зв'язки свідчать про те, що здобувачам із високим рівнем мотивації досягнення успіху притаманне розвинуте самоствалення, самоприйняття, здатність цінувати свої чесноти, позитивні властивості характеру, поважати себе за них, упевненість у власних силах, прагнення до саморозвитку та самовдосконалення.

На підставі аналізу результатів опитування усіх студентів щодо мотивації досягнення та уникнення невдач за методикою А. Мехрабіана сформовані підгрупи опитуваних здобувачів, для яких визначалися середні значення показників шкал та підшкал усіх чотирьох методик. Розподіл на контрольну та експериментальну групи було здійснено за методом рандомізації по 25 осіб в кожній (Додаток 2).

Перевірка коректності розподілу перевірялась за t-критерієм. Значення критерію розраховується за формулою:

$$t = \frac{|\bar{x}_1 - \bar{x}_2|}{\sqrt{\frac{S_{x1}^2}{n_1} + \frac{S_{x2}^2}{n_2}}} = 0.5$$

Для визначення істотності відмінностей двох вибірок із заданою надійною ймовірністю 0.95 необхідно порівняти значення t, обчислене за здобутими вибірками, з критичним значенням $t_{\alpha}=2.01$.

Оскільки $t_{\text{емп}} \leq t_{\text{кр}}$, робимо висновок, що контрольна та експериментальна групи є однорідними тобто можна починати експеримент

Висновки до розділу 2

Констатувальний експеримент складався з двох етапів. На першому етапі ми вивчили рівень мотивації досягнення успіху у студентів, на другому етапі досліджували психологічні детермінанти розвитку мотивації досягнення успіху. З метою дослідження рівня мотивації досягнення успіху використовувався комплекс психодіагностичних методик: тест-

опитувальник А. Мехрабіана на вимірювання мотивації успіху. З метою дослідження психологічних детермінант розвитку мотивації досягнення успіху було обрано такі діагностичні методики: вивчення самоактуалізації особистості за допомогою методики САТ Е. Шострома; вивчення самоставлення за допомогою методики В.В. Століна; вивчення рівня суб'єктивного контролю особистості за допомогою методики РСК (Є.Ф. Бажина, О. О. Голинкіної, О.М. Еткінда).

Студентам із високим рівнем мотивації досягнення успіху (середнє значення показника за шкалою А. Мехрабіана 157,1) властиво брати на себе відповідальність за події, що відбуваються в їхньому житті, пояснюючи їх своєю поведінкою, характером, здібностями. Вони прагнуть керуватися власними цілями, переконаннями, настановами та принципами, цінують свої достоїнства, позитивні властивості характеру. Відзначається прагнення до реалізації своїх творчих здібностей, сприятливі стосунки з оточуючими людьми, об'єктивна самооцінка, здатність до планування і постановки конкретних цілей своєї діяльності та отримання духовного задоволення від її виконання. Для них значущими є такі професійно важливі якості, як компетентність, уміння ухвалювати рішення і працювати в команді, уміння збирати й оцінювати інформацію, цілеспрямованість, креативність, активна життєва позиція, здатність розуміти себе та оточуючих. Ця обставина свідчить про соціальну зрілість цих студентів і про високий рівень саморозуміння.

Студенти із середнім рівнем мотивації досягнення успіху (середнє значення показника за шкалою А. Мехрабіана 135,3) помірно включені в процесуальний бік навчальної та позанавчальної діяльності, але виявляють досить виражені честолюбні установки. Ця підгрупа характеризується прагненням до збереження неповторності та своєрідності своєї особистості, поглядів, переконань, прагненням до встановлення міцних і доброзичливих стосунків з оточуючими.

Студенти з низьким рівнем мотивації досягнення успіху та вираженим мотивом уникнення невдач (середнє значення показника за шкалою А. Мехрабіана 114,6) не схильні брати на себе відповідальність за те, що з ними відбувається в житті, вважають, що більшість подій є результатом випадку або інших людей. Відзначається значущість соціального схвалення та зацікавленість у думці оточуючих про себе, вони характеризуються наявністю внутрішніх конфліктів, незгод із самим собою, зниженням схвалення себе загалом і позитивної оцінки себе зокрема, що свідчить про низький рівень саморозуміння.

Отримані під час проведеного кореляційного аналізу результати щодо виявлення впливу на рівень мотивації успіху студентства різноманітних особистісних рис дали змогу визначити основні психологічні детермінанти розвитку мотивації досягнення успіху: інтернальність, підтримка; самоповага; ціннісні орієнтації; самовпевненість, креативність; контактність; самозацікавленість.

РОЗДІЛ 3

КОМПЛЕКСНА НАВЧАЛЬНО–КОРИГУЮЧА ПРОГРАМА РОЗВИТКУ МОТИВАЦІЇ УСПІХУ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

3.1. Опис навчально–коригуючої програми

На мою думку, розробка програми, спрямованої на розвиток суб'єкта професійної діяльності, який здатний свідомо ставити життєві цілі та досягати їх, здатний брати на себе відповідальність за ухвалення рішення, віддає перевагу покладанню на власні сили, а також прагне самовдосконалюватись і досягати успіху в будь-якій діяльності, є вкрай важливим завданням.

Оскільки час навчання у виші збігається з другим періодом юності або першим періодом зрілості, який вирізняється складністю становлення особистісних рис та посиленням свідомих мотивів, пропонована програма зорієнтована саме на підвищення у студентів рівня мотивації успіху через розвиток самосвідомості, активізацію процесів самопізнання, самовиховання, самовизначення й самокерівництва, а також на підвищення рівня самооцінки.

Крім того, програма спрямована на формування у студентів тактики цілеутворення і стратегії досягнення успіху в професійній діяльності та в житті загалом, а також на розвиток навичок ефективного спілкування, вміння володіти ситуацією, готовності проявляти ініціативу.

Головна мета програми полягає у формуванні в студентів знань і навичок самостійного планування, цілепокладання та реалізації індивідуальних стратегій поведінки, спрямованих на досягнення успіху в будь-якій діяльності, через освоєння навичок самопізнання, самоорганізації, самопослідовності, а також професійної та комунікативної компетентності.

Завдання програми:

- 1) сформулювати потребу до досягнення успіху, тобто переважання прагнення до успіху над прагненням уникати невдачі;

- 2) сприяти розвитку впевненості в тому, що особистість гідна високої оцінки і становить цінність для суспільства;
- 3) підвищити прагнення до найбільшого прояву можливостей особистості;
- 4) розвинути навички ефективного спілкування, вміння адекватно висловлювати свої почуття і розуміти вираження почуттів інших людей;
- 5) розвинути навички гнучкості, готовності проявляти ініціативу;
- 6) розвинути вміння організовувати спільну роботу, домагатися високого результату діяльності;
- 7) розвинути навички усвідомленої постановки мети;
- 8) розвинути почуття відповідальності за досягнення мети;
- 9) розвинути навички самокерівництва (самопослідовності).

Програма «Вдосконалюємось і досягаємо успіху» складається з двох основних блоків: ознайомчого та основного (формульального).

Перший ознайомчий блок передбачає формування когнітивного компонента і має на меті ознайомлення учасників з основними психологічними детермінантами мотивації досягнення успіху. На цьому етапі програми було розглянуто наукові підходи до розуміння мотивації досягнення успіху. Розкрито питання про те, яке місце посідає мотив досягнення успіху в структурі особистості. У межах тренінгових занять пропонується проводити порівняльний аналіз поведінки суб'єктів із мотивацією досягнення успіху та з мотивацією уникнення невдач. Певне місце відводиться розгляду проблеми впливу мотивації досягнення успіху на професійне становлення студентів. Особливу увагу приділено питанням самопізнання, самовиховання, самовизначення, самовизначення та самокерівництва, а також розташуванню цих аспектів у структурі мотивації досягнення успіху.

Другий блок являє собою комплекс психологічних занять, об'єднаних у тренінгову програму розвитку мотивації досягнення успіху

Розвиток мотивації досягнення успіху в процесі проходження тренінгової програми можна схематично відобразити на такій схемі (рис. 3.1):

Розвиток мотивації досягнення успіху в процесі проходження тренінгу



Рис. 3.1. Розвиток мотивації досягнення успіху в процесі проходження тренінгу

Програму тренінгу також можна умовно поділити на два логічних етапи: особистісно-смысловий і атрибутивно-поведінковий.

Особистісно-смысловий націлений на формування емоційно-оцінного компонента та розвиток навичок самоаналізу, самопізнання. Програма цього

блоку сприяє прийняттю своїх слабких і сильних сторін, розкриттю свого потенціалу, підвищенню рівня самооцінки, розвитку навичок самопідтримки, самоорганізації та подолання як особистісних, так і професійних проблем.

Поведінковий етап включає формування поведінкового компонента, через послідовне вирішення двох основних завдань:

1) формування у студентів системи навичок і вмінь комунікативної компетентності - уміння сприймати і продукувати комунікативні сигнали (вербальні, невербальні);

2) відпрацювання прийомів доцільності - навички усвідомленої постановки мети, самокерівництва, самопослідовності та розвиток стратегії поведінки спрямованої на досягнення успіху.

Кожне з 18 занять тренінгу включає такі етапи:

1. Створення єдиного психологічного простору, а також зворотного зв'язку (окремий учасник, уся група і навпаки);
2. Проведення дискусій, ділових або рольових ігор, інтерв'ювання для створення ситуацій рефлексії;
3. Вирішення конкретних завдань, оволодіння знаннями, навичками, уміннями;
4. Відновлювальні вправи для зняття психологічної напруженості
5. Підбиття підсумків заняття.

Далі приведено лише основний зміст тренінгової програми розвитку мотивації досягнення успіху (таблиця 3.1), а в Додатку 3 наведена більш детальна інформація щодо вправ програми.

Таблиця 3.1

Зміст тренінгової програми

Тема заняття	Мета	Назва вправ або методик
I етап — Розвиток процесів самосвідомості	Розвиток навичок самоаналізу, самопізнання, підвищення самооцінки,	

Тема заняття	Мета	Назва вправ або методик
	розкриття потенціалу, самопідтримки, самоорганізації та подолання особистісних і професійних проблем	
Згуртування та довіра	Ознайомити учасників з концепцією тренінгу, встановити згуртованість і сформувати довірчу обстановку	Знайомство, правила роботи групи, вправи на згуртування і встановлення довіри
Самоаналіз	Сформувати навички самоаналізу	«Мої добрі справи», «Хто Я?», «Я тебе пам'ятаю», анкетування «Відверто кажучи...»
Самопізнання	Вивчити особливості своєї особистості та визначити ресурсні можливості розвитку	«Здрастуй, я тебе пам'ятаю», «Хто твій друг», «Мої сильні сторони», «Інтерв'ю», письмова рефлексія
Структура розвитку самосвідомості особистості	Вивчити закони ефективної взаємодії, враховуючи закономірності розвитку самосвідомості	«Фільм», «Портрет», «Контракт»
Самоприйняття	Сформувати знання й установки, що сприяють самоприйняттю; розвинути навички контакту	«Ви мене впізнаєте?», «Девіз», «Контакти», «Контраргументи», «Шлюбне оголошення»
Підвищення рівня самооцінки	Сформувати адекватний рівень самооцінки	«Порівняння», «Опитування», «Падіння в прірву», «Поромник», «Мільйон», «Похвала»
Подолання проблем	Розвинути навички самопідтримки та пошуку конструктивних рішень; усвідомлення мотиваційних векторів	«Розмова зі зміною позиції — Мрійник/Скептик/Реаліст», «Неказкові проблеми», «Метафора проблеми», рефлексія
II етап — Розвиток навичок професійної компетентності	Вдосконалення форм комунікації та розвиток професійної компетентності	
Розвиток комунікативної компетентності	Набути навичок ефективної комунікації, включаючи впевнену поведінку	Відеозапис (аналіз невербальної поведінки), «Односторонній контакт», бесіда «Психологічний контакт», рольова гра «Телефон» або «Домашня педагогіка»

Тема заняття	Мета	Назва вправ або методик
Розвиток впевненої поведінки	Удосконалити комунікативну компетентність, тілесне спілкування та впевненість	«Спілкування без слів», бесіда «Правила вираження почуттів», «Важка розмова», бесіда «Впевнена/невпевнена/агресивна поведінка», «Актуальна ситуація»
Саморегуляція емоційної напруги	Розвинути навички регуляції емоційних станів	Турнір «Словник емоцій», «Шаноблива вербалізація», «Метафорична вербалізація», «Зроби це неправильно»
Комунікативне відчуття	Розвинути здатність адекватно розуміти стани і стосунки інших людей	Вправи на розпізнавання емоцій, вербалізацію станів, вираження стану кольором, рухом, «Ти такий(а) як я... / Я відрізняюся...», «Перевтілення в іншого»
Професійна компетентність	Освоїти тактику самопрезентації та переконання; досягати згоди; враховувати мотивацію іншого.	«Недбалість у роботі», «Продаж ідей начальнику»
III етап — Освоєння технології досягнення успіху	Розвинути прийоми цілепокладання, самокерівництва та стратегії досягнення успіху	
Принцип правильного формулювання результату	Освоїти точне, реалістичне формулювання результатів; навчитися формулювати цілі у стверджувальних термінах	Практична робота з формулювання цілей (SMART)
Принципи співвіднесення мети з контекстом і сенсорними категоріями	Навчитися виражати мету точно, у сенсорних категоріях	Вправи на конкретизацію цілі через бачення, відчуття, дії
Реальна мета	Вибір досяжної мети; оцінка наслідків	Вправи з реалістичності, аналіз ресурсів, планування кроків
Гідні цілі	Обирати цілі, які заслуговують на досягнення; розвиток самоефективності	Робота з цінностями, відбір «гідних» цілей, рефлексія значущості
Як зрозуміти, чого ти хочеш насправді	Усвідомити справжні бажання; робота з підсвідомістю та цінностями	Методи самодіагностики, «Декартівська схема», вправи на екологічність результату
Стратегії успіху	Освоїти і застосувати	Теорія і практика стратегій,

Тема заняття	Мета	Назва вправ або методик
	стратегії досягнення успіху; робота з моделлю Т.О.Т.Е.	синтаксис стратегій, постановка і вибір цілей, вправи з моделювання стратегії

У цілому представлена тренінгова програма розвитку мотивації досягнення успіху у студентів повинна завдяки створенню умов гармонізації внутрішнього розвитку особистості та зовнішніх умов довірливої атмосфери в групі, сприяти формуванню в учасників потреби в досягненні успіху, усвідомленню своїх сильних і слабких сторін, самоприйняттю, розкриттю свого потенціалу, формуванню твердої впевненості у тому, що він як особистість вартий високої оцінки та представляє цінність для суспільства.

Слід зазначити, що у процесі проходження навчально-коригуючої програми учасникам дають індивідуальні домашні завдання, спрямовані на досягнення двох цілей: розвиток потреби в самопізнанні та мотивування на досягнення успіху. Завдяки індивідуальним вправам учасники усвідомлюють власні мотиви та тенденції реагування.

3.2. Порівняльний аналіз результатів первинного і повторного діагностичного дослідження

Порівняльний аналіз впливу навчально-коригуючої програми розвитку мотивації досягнення успіху було проведено у кілька етапів:

- 1) аналізувалися дані експериментальної групи до експерименту
- 2) аналізувалися дані експериментальної групи після експерименту
- 3) проведено аналіз динаміки змін показників в контрольній та експериментальній групі до й після експерименту.

Результати опитувань експериментальної групи за всіма методиками до та після проведення тренінгу наведено у таблицях Додатку 4 .

Після опанування здобувачами розробленої програми можна спостерігати приріст середніх значень показників за всіма шкалами. Більш детальна оцінка динаміки показана далі.

Порівняння даних щодо виявлення мотивації досягнення в контрольній та експериментальній групі при первинному дослідженні та після експерименту (опанування знань та навичок програми) показано таблиці 3.2.

Як бачимо з наведених даних, приріст середніх показників у студентів експериментальної групи після проведення експерименту в цілому збільшився на 24,5% і становив 30,1 пункти, причому для здобувачів з високою мотивацією досягнення – на 26,4%, а для здобувачів з мотивом уникнення невдач – 10,6%

Таблиця 3.2

Аналіз показника мотивації досягнень за методикою А. Мехрабіана в контрольній групі та в експериментальній групі до й після тренінгових занять

Мінімальні значення			Максимальні значення			Середні значення			Приріст мінімальних значень		Приріст максимальних значень		Приріст середніх значень			
КГ	ЕГ до	ЕГ після	КГ	ЕГ до	ЕГ після	КГ	ЕГ до	ЕГ після	Порівняно з КГ	Порівняно з ЕГ до	Порівняно з КГ	Порівняно з ЕГ до	Порівняно з КГ	%	Порівняно з ЕГ до	%
101	85	101	181	176	210	137,0	134,2	167,1	0	16	29	34	30,1	22,0	32,9	24,5

У процесі аналізу також була зроблена оцінка динаміки коефіцієнтів кореляції статистично значущих (таблиця 3.3) показників шкал по всіх методиках для когнітивного, емоційно-оцінного та поведінкового компонентів програми розвитку мотивації досягнення успіху

Таблиця 3.3

Показники кореляційного аналізу рівня мотивації досягнення успіху від характеристик особистості в експериментальній групі до і після експерименту

Назва шкал	Кореляція	Р	Кореляція	Р
	До		Після	
Інтегральна	0,41	P<0,01	0,43	P<0,01
Самоповага	0,42	P<0,01	0,52	P<0,01
Аутосимпатія	незн		0,42	P<0,01
Очікування позитивного ставлення інших	незн		0,23	P<0,05
Самоінтерес	0,33	P<0,01	0,28	P<0,01
Самовпевненість	0,48	P<0,01	0,64	P<0,01
Очікування ставлення інших	незн			
Самоприйняття	незн		0,24	P<0,01
Самопослідовності (самокерівництва)	незн		0,29	P<0,01
Самозвинувачення	незн			
Самоінтерес	незн		0,21	P<0,05
Саморозуміння	незн		0,26	P<0,05
Компетентність у часі	незн		0,28	P<0,05
Підтримка	0,54	P<0,01	0,57	P<0,01
Ціннісні орієнтації	0,51	P<0,01	0,60	P<0,01
Гнучкість поведінки	незн		0,32	P<0,05
Сензитивність до себе	незн		незн	
Спонтанність	незн		незн	
Самоповага	0,51	P<0,01	0,62	P<0,01
Самоприйняття	0,30	P<0,01	0,33	P<0,01
Уявлення про природу людини	незн		0,23	P<0,05
Синергія	незн		незн	
Прийняття агресії	незн		незн	
Контактність	0,34	P<0,01	0,39	P<0,01
Пізнавальні потреби	незн		незн	
Креативність	0,43	P<0,01	0,49	P<0,01
Загальна інтернальність	0,61	P<0,01	0,67	P<0,01

Для цього, як і на констатувальному етапі дослідження, використовували таку формулу для перевірки значущості кореляції через t-критерій.

$$t = \frac{r_{xy}}{\sqrt{1 - r_{xy}^2}} \sqrt{n - 2},$$

де r — коефіцієнт кореляції; n — кількість опитуваних; $df = n - 2$ — ступінь свободи

Якщо $t_{\text{темп}} > t_{\text{кр}}$ за таблицею Стюдента, то кореляція є значимою.

На наступному етапі ми аналізували динаміку змін показників шкал різних методик, по яким визначався рівень впливу когнітивного, емоційно-оцінного та поведінкового компонента тренінгової програми підвищення рівня мотивації досягнення успіху.

Аналіз когнітивного компонента підвищення рівня мотивації передбачає вивчення показників за такими шкалами: Методика Е Шострома: пізнавальні потреби (Ш.Cog); уявлення про природу людини (Ш.Nc); Методика самоставлення В.В. Століна: шкала аутосимпатії (С.П), шкала інтегральна (С.S);.

Аналізуючи показники в експериментальній групі до і після експерименту показано, що показники всіх досліджуваних шкал збільшилися. Динаміка змін у відсотковому співвідношенні відображена в таблиці 3.4:

Таблиця 3.4

Зміни показників шкал пізнавальні потреби (Ш.Cog); уявлення про природу людини (Ш.Nc), аутосимпатія (С.П), інтегральна шкала (С.S) в експериментальній групі після експерименту

Назва шкал	C.S	С.П	Ш.Nc	Ш.Cog
Показники ЕГ до експерименту	20,8	10,6	5,2	4,9
Показники ЕГ після експерименту	24,3	12,8	6,5	6,1
Динаміка, абсолютні одиниці	3,5	2,2	1,3	1,2
Динаміка, %	16,8	20,8	25,0	24,5
t-критерій	7,746	5,061	5,781	3,102
Рівень значущості P	p<0,01	p<0,01	p<0,05	P<0,05

Як бачимо, після проходження тренінгу майже усі показники, що корелюють з мотивацією досягнення успіху (пізнавальні потреби (Ш.Cog),

уявлення про природу людини (Ш.Nc), аутосимпатія (С.П), інтегральна шкала (С.S)) мають позитивну динаміку. Таким чином, можна стверджувати, що комплексна програма розвитку мотивації досягнення успіху сприяла формуванню у студентів системи знань про себе, як про майбутнього фахівця, підвищила прагнення розвиватися, пошуку якостей особистості, які сприяють саморозвитку, та можливостей реалізації себе в професійній діяльності, вплинула на, розвиток і схвалення себе, сформувала позитивну самооцінку, а також позитивне ставлення до оточення, сприяла розвитку прагнення до набуття знань про оточення.

Аналіз емоційно-оціночного компонента програми підвищення рівня мотивації включає в себе вивчення показників за такими шкалами: за методикою Е. Шострома - самоприйняття (Ш.Sa); ціннісні орієнтації (Ш.Sav), прийняття агресії (Ш.A); за методикою В. Століна - самоповаги (С.I), самовпевненості (С.1); за методикою Є. Бажина - загальна інтернальність (Із).

Динаміка змін показників, які характеризують емоційно-оціночний компонент розвитку мотивації досягнення успіху в експериментальній групі до і після експерименту відображена в таблиці 3.5

Таблиця 3.5

Зміни показників шкал в експериментальній групі після експерименту

Назва шкал	С.I.	С.1	Ш.Sav	Ш.A	Ш.Sa	Із
Показники ЕГ до експерименту	9,9	6,1	13,0	9,0	11,0	27,6
Показники ЕГ після експерименту	11,9	7,4	15,7	9,9	13,7	37,2
Динаміка, абсолютні одиниці	2,0	1,3	2,7	0,9	2,7	9,6
Динаміка, %	20,4	21,7	20,8	10,0	24,5	34,6
t-критерій	4,338	5,524	9,082	-2,749	8,040	12,307
P	P<0,01	p<0,01	p<0,01	p<0,05	p<0,01	p<0,01

Значний приріст усіх показників шкал свідчить про ефективність запропонованої програми розвитку мотивації, особливо для тих її учасників, хто до експерименту мав переважаючий мотив уникнення невдач.

Отже, комплексна програма розвитку мотивації досягнення успіху вплинула на підвищення рівня прийняття учасником себе таким, яким він є, сприяла розвитку розуміння особою себе та своїх реальних можливостей, а також притаманних цій особі якостей, переваг і недоліків. Сформувалися здібності приймати своє роздратування, гнів і агресивність як природний прояв людської природи, але водночас закріпилася «гнучкість» у реалізації своїх цінностей у поведінці, здатність швидко й адекватно реагувати на ситуацію, що змінюється. Підвищилася здатність суб'єкта цінувати свої чесноти, позитивні властивості характеру, поважати себе за них, тим самим підвищила впевненість у собі та у своєму майбутньому.

Аналіз поведінкового компонента, який суттєво впливає на розвиток мотивації, включав у себе вивчення показників за шкалами: за Шостромом - підтримка (Ш.І), контактність (Ш.С), креативність (Ш.Сг), компетентність у часі (Ш.Тс); за Століним - самокерівництво (С.4).

Динаміка змін в експериментальній групі після експерименту відображена в таблиці 3.6):

Таблиця 3.6

Зміни показників в експериментальній групі після експерименту

Назва шкали	Ш.І	Ш.С	Ш.Сг	Ш.Тс	С.4
Показники ЕГ до експерименту	48,2	9,9	7,1	8.6	4.5
Показники ЕГ після експерименту	68,6	12,0	9,0	10.7	5.9
Динаміка, абсолютні одиниці	20,4	2,1	1,9	2.1	1.4
Динаміка, %	42,3	21,2	26,8	24.4	31.1
t-критерій	22,770	7,922	6,097	7,527	7,977
P	p<0,01	p<0,01	p<0,01	p<0,01	p<0,01

На підставі суттєвого збільшення показників поведінкового компоненту програми розвитку мотивації успіху у молоді зроблено висновок про вплив програми на ступінь незалежності цінностей і поведінки суб'єкта від впливу ззовні («внутрішня - зовнішня підтримка»). В учасників збільшилося прагнення керуватися в житті власними цілями, переконаннями, установками і принципами. Причому це не означає ворожості до оточуючих і конфронтації з груповими нормами. Підвищилася творча спрямованість особистості, прагнення знайти щось нове в професії, що обґрунтовується, зробити свій внесок у певну галузь знань, своїх творчих можливостей, прагнення уникати стереотипів та урізноманітнити своє життя. Комплексна програма вплинула на розвиток здатності до швидкого встановлення глибоких і тісних емоційно насичених контактів із людьми. Закріпилося в поведінці суб'єкта вміння жити сьогоденням, тобто переживати теперішній момент свого життя в усій його повноті, відчувати нерозривність минулого, сьогодення і майбутнього, тобто бачити своє життя цілісним, а також програма вплинула на розвиток упевненості в тому, що вони можуть керувати подіями та з успіхом переслідувати свої цілі.

У результаті експериментального дослідження виокремлено та статистично підтверджено показники, на які вплинула комплексна психологічна програма:

1. Показники загальної інтернальності збільшилися у 81% студентів, з чого випливає, що програма впливає на розвиток здатності суб'єкта контролювати емоційно позитивні події та ситуації, тобто брати на себе відповідальність за результат їхніх власних дій, упевненість у тому, що вони можуть керувати подіями та з успіхом переслідувати свої цілі.
2. Зросли показники за шкалою «Підтримка» у 72% студентів, що дає змогу зробити висновок про вплив програми на ступінь незалежності цінностей і поведінки суб'єкта від впливу ззовні («внутрішня - зовнішня підтримка»). В учасників збільшилося прагнення керуватися в житті

власними цілями, переконаннями, настановами та принципами, що, однак, не означає ворожості до оточуючих і конфронтації з груповими нормами.

3. Показники самоповаги збільшилися у 90% студентів, що дає змогу стверджувати, що програма підвищує здатність суб'єкта цінувати свої достоїнства, позитивні властивості характеру, поважати себе за них.

4. Показники рівня самооцінки підвищилися у 75% студентів експериментальної групи. Цей факт дає змогу зробити висновок про те, що програма сприяє розвитку розуміння особистістю себе і своїх реальних можливостей, а також притаманних цій особистості якостей, достоїнств і недоліків.

5. Показники креативності збільшилися у 88% студентів, тобто програма збільшує рівень творчої спрямованості особистості як одного з концептуально важливих елементів мотивації досягнення успіху. Зростає прагнення знайти щось нове у досліджуваній дисципліні, зробити свій внесок у певну галузь знань, прагнення внести елемент творчості, удосконалення та винахідливості у свою професійну діяльність, прагнення до реалізації своїх творчих можливостей, внесення різноманітних змін до всіх сфер життя, прагнення уникати стереотипів і урізноманітнити своє життя.

6. Рівень контактності за отриманими показниками зріс у 75% студентів. Таким чином, програма дає змогу розвинути здатність до швидкого встановлення глибоких і тісних емоційно-насичених контактів із людьми.

7. Показники прагнення до саморозвитку збільшилися у 80% студентів, з чого випливає, що програма підвищує прагнення розвиватися, пошук якостей особистості, які сприяють саморозвитку, і можливостей реалізації себе в професійній діяльності, що своєю чергою підвищує рівень працездатності.

8. Показники рівня самоприйняття збільшилися у 67% студентів. Таким чином, можна стверджувати, що програма збільшує рівень прийняття людиною себе такою, як є, незалежно від оцінки своїх достоїнств і недоліків, можливо, всупереч останнім.

9. Показники компетентності в часі підвищились у 81% студентів, з чого випливає, що програма впливає на розвиток здатності суб'єкта жити теперішнім, тобто переживати теперішній момент свого життя в усій його повноті, а не просто як фатальний наслідок минулого або підготовку до майбутнього «теперішнього життя»; по-друге, відчувати нерозривність минулого, сьогодення і майбутнього, тобто бачити своє життя цілісним.

10. Показники пізнавальної потреби зросли у 76% студентів, що дає змогу зробити висновок про вплив програми на розвиток потреби та прагнення до набуття знань про навколишній світ.

Таким чином, проведений кількісний і якісний аналіз отриманих результатів і вивчення системи психологічних чинників, що детермінують розвиток мотивації досягнення успіху в експериментальній групі, дає можливість зробити висновок про ефективність впливу комплексної навчально-коригуючої програми на розвиток мотивації досягнення успіху у студентів.

Висновки до розділу 3

Розроблена навчально-коригуюча програма, спрямована на підвищення рівня мотивації досягнення успіху у студентів, складалася з двох основних етапів: ознайомлювального та формувального. Під час ознайомлювального етапу було опановано когнітивний компонент, що формував комплекс уявлень про мотивацію досягнення успіху як центрального елемента професійного становлення особистості студента. Формувальний етап являв собою комплекс психологічних занять, об'єднаних у тренінгову програму розвитку мотивації досягнення успіху. Тренінг умовно поділено на два логічних блоки: особистісно-смысловий і атрибутивно-поведінковий. Перший був націлений на формування емоційно-оцінного компонента і був спеціально організованим процесом, спрямованим на розвиток навичок самоаналізу, самопізнання, на виявлення й усвідомлення окремих сторін

своєї особистості. Атрибутивно-поведінковий блок був орієнтований на формування поведінкового компонента і передбачав поглиблення та уточнення на емоційному рівні особливостей професійної «Я-концепції», а також образу «Я-професіонала». У процесі здійснення цього блоку відпрацьовувалися прийоми доцільності, розвивалися навички усвідомленої постановки мети, самокерівництва, самопослідовності, а також стратегія поведінки, спрямована на досягнення успіху.

На контролюючому етапі було проведено порівняльний аналіз результатів дослідження психологічних детермінант розвитку мотивації досягнення успіху та вивчення впливу комплексної навчально-коригуючої програми на розвиток мотивації досягнення успіху у студентів. Проведений аналіз дав змогу охарактеризувати якісні перетворення в структурних компонентах моделі розвитку мотивації досягнення успіху у студентів в експериментальній групі:

1. Когнітивний компонент: сформувалася система знань про себе, як про майбутнього фахівця, підвищилося прагнення розвиватися, напрацьовувати якості особистості, що сприяють саморозвитку, шукати можливості реалізації себе у професійній діяльності.

2. Емоційно-оцінний компонент: підвищився рівень самоствердження і таких аспектів, як усвідомлення особою своїх реальних можливостей, прийняття притаманних цій особистості якостей, переваг і недоліків. Здатність суб'єкта цінувати свої достоїнства, позитивні властивості характеру, поважати себе за них підвищилася, тим самим підвищилася впевненість у собі та у своєму успішному майбутньому.

3. Поведінковий компонент: в учасників збільшилося прагнення керуватися в житті власними цілями, переконаннями, настановами та принципами, на поведінковому рівні закріпилися вміння та навички самопідтримки, розкриття свого потенціалу, прояву ініціативи; розвинулися навички гнучкості поведінки в реалізації своїх цінностей, здатність швидко та адекватно реагувати на ситуацію, що змінюється; підвищилася творча

спрямованість особистості, прагнення до реалізації своїх творчих можливостей, внесення різноманітних змін в усі сфери життя; підвищилася творча спрямованість особистості, прагнення до реалізації своїх творчих можливостей, внесення різноманітних змін в усіх сферах життя.

Комплексний аналіз результатів дослідження психологічних детермінант розвитку мотивації досягнення успіху та динаміки змін компонентів розвитку мотивації досягнення успіху в експериментальній групі дав змогу зробити висновок про ефективність комплексної навчально-коригуючої програми, спрямованої на розвиток мотивації досягнення успіху у студентів.

ЗАГАЛЬНІ ВИСНОВКИ

На підставі аналізу сучасних уявлень про мотивацію успіху особистості нами уточнено поняття мотивації досягнення успіху як стійко виявленої потреби індивіда, яка визначає розвиток його здібностей. У структурі мотивації досягнення успіху категорія успіху посідає центральну позицію, тому що за своєю суттю є основним мотивом поведінки, чинить взаємовплив на такі характеристики особистості, як: самосвідомість, адекватний рівень домагань, ціннісні орієнтації та інтернальний локус контролю.

Мотивація досягнення успіху відіграє важливу роль у процесі професійного становлення особистості студента, а саме: визначає цілеспрямований характер діяльності студента, надає імпульси подальшому особистісному та професійному зростанню, сприяє інтерактивним процесам формування особистості, будучи тим організуючим фактором, який приводить особистість до природного стану самоорганізації, а надалі й самоактуалізації.

Основними психологічними детермінантами мотивації досягнення успіху є позитивне самоставлення, самоорганізація та самоактуалізація. Критеріями їхнього розвитку виступають самоприйняття, самоповага, самокерівництво, прагнення до саморозвитку, аутосимпатія, цілепокладання. До структурних компонентів розвитку мотивації досягнення успіху належать: когнітивна, емоційно-оціночна та поведінкова складові.

На підставі даних експерименту було визначено психологічні детермінанти розвитку мотивації досягнення успіху у студентів: інтернальність, підтримка, самоповага, ціннісні орієнтації, самовпевненість, самооцінка, креативність, контактність.

Під час кореляційного аналізу було виявлено компоненти психологічних детермінант: самоповага, самовпевненість, самоактуалізація, саморозвиток, самопослідовність.

Таким чином, інтерпретація отриманих результатів дала змогу виявити те, що студентам із високим рівнем мотивації досягнення успіху особистості, які поділяють цінності особистості, що самоактуалізується, притаманне розвинене самоставлення з такими аспектами, як самоприйняття, здатність цінувати свої переваги, позитивні властивості характеру, поважати себе за них, упевненість у власних силах, прагнення до саморозвитку та самовдосконалення.

В ході роботи розроблено та реалізовано програму розвитку мотивації досягнення успіху у студентів «Вдосконалюємось і досягаємо успіху». Комплексна програма включала систему психолого-педагогічних і психолого-розвивальних методів і засобів, яка складалася з міні лекцій і практичних занять.

У результаті експериментального дослідження було виокремлено і статистично підтверджено показники, на які вплинула ця психологічна програма. У результаті її проходження у студентів :

- сформувалася цілісна система знань про себе як про майбутнього фахівця;
- підвищилося прагнення до саморозвитку, вдосконалення потенційних можливостей у професійній діяльності;
- сформувалося позитивне самоставлення та підвищився рівень його складових;
- активізувалося прагнення керуватися в житті власними переконаннями, установками та принципами;
- сформувалися навички самопідтримки, саморегуляції своєї поведінки;
- підвищилася творча спрямованість особистості;
- розвинулася здатність суб'єкта брати на себе відповідальність за результат власних дій;
- у поведінці студентів закріпилися навички цілепокладання і підвищилася впевненість в успішному досягненні своїх цілей.

Загалом, магістерська робота дала змогу інтегрувати знання в даній предметній галузі, забезпечити вищий рівень розуміння сутності мотивації досягнення успіху у студентів, виявити психологічні детермінанти розвитку мотивації досягнення успіху, визначити роль мотивації досягнення успіху в період професійного становлення особистості студентів.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Альошина Ю. О., Гозман Л. Я., Загіка М. В., Кроз М. В. Самоактуалізаційний тест – САТ.
URL: http://psychologis.com.ua/samoaktualizacionnyy_test_-_sat-1.htm
2. Балл Г. О. Успішність обдарованої людини у контексті її взаємодії із соціокультурним середовищем. *Психологія особистості*. 2016. № 1. С. 5–15.
3. Бех І. Д. Вибрані наукові праці. Виховання особистості : в 2 т. Чернівці: Букрек, 2015. Т. 1. 840 с.
4. Бойченко М. Гідність, цілісність і успішність: академічні та громадянські чесноти. *Філософська думка*. 2014. № 5. С. 110–123.
5. Боровинська І. До психологічного розуміння понять «успіх», «успішність», «життєвий успіх», «життєва успішність» *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія : психологічні науки*. 2017. Вип. 3(2). С. 142–148.
6. Буркова Л. В., Сагалакова А. Б., Соколовська Н. Б. Пошук формули успішності у житті: соціологічне дослідження пріоритетів успішності. *Освіта та розвиток обдарованої особистості*. 2013. № 8–9. С. 206–212.
7. Вирський Д. Станіслав Оріховський-Роксолан: життя і пам'ять. Київ: Інститут історії України НАН України, 2013. 215 с.
8. Володавчик В. С. Мотивація досягнення успіху у професійній підготовці майбутніх фахівців. *Імідж сучасного педагога*. 2023. Вип. 1(196). С. 63– 67.
9. Горобей А. О. Особливості мотивації досягнення успіху студентів у навчанні 2020. URL: <https://ir.librarynmu.com/bitstream/123456789/2743/1/Особливості%20мотивації%20досягнення%20успіху%20студентів%20у%20навчанні.pdf>.
10. Гуляс І. А. Детермінанти самоздійснення особистості. *Психологічні перспективи*. 2011. Вип. 17. С. 83–92.

11. Гуменюк Г. В. Психологічний простір професійного самоздійснення особистості як предмет дослідження. *Проблеми загальної та педагогічної психології : збірник наукових праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка НАПН України*. Київ. 2014. Т. XVI. Ч. 1, 2. С. 299–310.
12. Євченко І. Теоретичний аналіз проблеми самоствердження особистості. *Вісник КНТЕУ*. 2012. № 4. С. 112–120.
13. Жданенко С. Б. Теократичні ідеї Августина Блаженного та їх середньовічна імплементація. *Філософські студії*. 2020. Т. 12, № 2. С. 78–89.
14. Ільїна Ю. М. Науковий огляд проблематики успіху та успішності. *Актуальні проблеми психології. Психологічна теорія і технологія навчання*. 2009. Т. 8, № 6. С. 98–112.
15. Ільїна Ю. М. Психологія успіху: онтологія проблематики Актуальні проблеми психології. Психологічна теорія і технологія навчання. 2008. Т. 8. № 5. С. 45–56.
16. Каламаж Р. В. Самоставлення як складова частина емоційно-оцінного компонента Я-концепції. *Психологічні перспективи*. 2010. Вип.15. С. 72–81. URL: <https://eprints.oa.edu.ua/id/eprint/637/1/samostavlennja.pdf>
17. Карась А. Самоздійснення особистості в умовах соціальних трансформацій. *Наукові студії із соціальної та політичної психології*. 2022. Вип. 49(52). С. 83–92.
18. Кісіль З. Р., Швець Д. В. Мотивація діяльності людини: навчальний посібник у схемах, таблицях, коментарях. Одеса : Видавництво ОДУВС, 2023. 154 с.
19. Кокун О. М. Чинники професійного самоздійснення особистості (статеві особливості). *Актуальні проблеми психології*. 2016. Т. V. Вип. 16. URL: <http://www.apppsychology.org.ua/data/jrn/v5/i16/10.pdf>.
20. Кравченко П. А. Соціокультурний потенціал парадигмальності спадщини Г. С. Сковориди як засновника української класичної філософії. *Педагогічна україністика: наук. альманах / гол. ред. А. М. Бойко; Полтав. нац.*

пед. ун-т імені В. Г. Короленка, Від. пед. україністики. Полтава : 2016. Вип. 1. С. 34–48.

21. Кудріна Т. С. Діяльність, поведінка особистості: потребнісно-мотиваційна підсистема. Психологія за ред. Ю. Л. Трофімова. – 3-тє вид., стереотип. К. : Либідь, 2001. С. 384–406.

22. Леонтьєв Д. О. Самореалізація та особистісний розвиток у молоді *Психологія і суспільство*. 2020. № 2. С. 45–57.

23. Ліфарєва Н. В. Психологія особистості : навчальний посібник. Київ: ЦУЛ, 2003. 240 с.

24. Макаренко С. С. Формування мотивації досягнень в структурі мотиваційної сфери особистості вчителя. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ*. 2013. № 1. С. 314–323. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nvldu_2013_1_36

25. Малазонія С. В., Лукіянчук А. М., Скидан Р. О. Психологічні механізми формування та розвитку мотиваційних властивостей особистості в дослідженнях сучасних психологів. *Габітус*. 2023. Вип. 47. С. 127–131. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/habit_2023_47_24

26. Матеюк О. А. Успішність особистості: сутність та зміст феномену. *Вісник Національної академії Державної прикордонної служби України : електрон. наук. фахове вид.* 2012. Вип. 4.

27. Меграбян А. Тест-опитувальник мотивації досягнення. URL: <https://khnnra.edu.ua/wp-content/uploads/2020/07/Test-opituvalnik-motivatsiyi-dosyagnennya-A.-Megrabyana.pdf>

28. Милашенко К.О. Дослідження ціннісних орієнтацій як ресурсу самоактуалізації особистості дорослого віку. *Психологія і особистість*. 2018. №1. С. 96–105. URL: <http://psychpersonality.pnpu.edu.ua/article/view/163768/162712>

29. Михайлишин Г. Й., Довга М. М. Успішність особистості: філософський та психолого-педагогічний контекст Громадське об'єднання «Вектор пошуку». IX всеукр. практ.-пізнав. інтернет конф. «Наук. думка сучасності і майбутнього». – Дніпро: 2017. С. 50–56.

30. Моргун В. Ф., Злобіна О. Г. Психологія мотивації: сучасні підходи та дослідження К. : Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2021. 312 с.

31. Назарук О. М. Теоретичний аналіз передумов успішності професіонала в умовах підвищених ризиків Успішність особистості: потенціал та обмеження : матеріали Міжнар. наук.-практ. конф., м. Київ, 18 берез. 2010 р. Київ: 2010. С. 185–188.

32. Опитувальник рівня суб'єктивного контролю (РСК). URL: https://www.eztests.xyz/tests/personality_bazhin/

33. Петровська В. Філософія і життя П'єра Абеляра // АФІ-Україна. 2021. URL: <https://aphy.net/ua/articles/1003>

34. Піщевська Е. В., Уханова А. І. Методичні рекомендації з курсу «Психологія мотивації і емоцій» для студентів напряму підготовки 053 Психологія освітньо-кваліфікаційного рівня «бакалавр». – Одеса: Одеський національний університет імені І. І. Мечникова, 2020. 34 с.

35. Подшивайлов Ф. М., Сергєєнкова О. П. Мотиваційна сфера особистості: діагностично-розвивальний путівник. Методичні рекомендації. Київ: Інститут обдарованої дитини, 2015. 55 с.

36. Подшивайлова Л. І., Гончаренко М. О. Методологічні переваги використання аксіоматичного підходу в психологічних дослідженнях особистості Педагогічна освіта: теорія і практика. Педагогіка. Психологія : зб. наук. пр. Київ : Київський ун-т імені Бориса Грінченка, 2010. № 2 (14). С. 76– 81.

37. Поліванова О. Є. Взаємозв'язок уявлення про успіх та соціально-психологічних характеристик особистості у сучасній молоді. *Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. Серія. Психологія*. 2014. № 54. С. 19–22.

38. Попова О М. Мотивація досягнення успіху та її роль у формуванні особистості. Київ: 2025. 32 с. URL: <https://pedscience.sspu.edu.ua/wp-content/uploads/2025/01/Попова.pdf>.

39. Прядко Б. Проблема успішності особистості в психології. – 2024. – URL: <https://sj.udu.edu.ua/index.php/pn/article/view/1544>.
40. Роменець В. А., Маноха І. П. Історія психології ХХ століття. Київ : Либідь, 2003. 992 с.
41. Саковська О. Шість порад від Тома Аквінського: чому середньовічний філософ має стати вашим новим лідером думок. Platfor.ma. 2019. URL: <https://www.platfor.ma>
42. Сергеєнкова О. П. Психологічні чинники розвитку мотиваційної сфери особистості сучасного студента. Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. Київ : Фенікс, 2016. Т. XII. Психологія творчості. Вип. 22. С. 260–276. URL: <http://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/15622>
43. Скрипаченко Т. В. Динаміка потребово-мотиваційної сфери в контексті нормативних життєвих криз особистості Psychological patterns of social processes and personality development in modern society : Scientific monograph. Riga, Latvia : Baltija Publishing, 2023. С. 212–229. URL: <http://baltijapublishing.lv/omp/index.php/bp/catalog/download/347/9560/19926-1?inline=1>
44. Скрипаченко Т. В. Внутрішня мотивація та самодетермінація особистості. *Проблеми сучасної психології*. 2017. № 2. С. 137–142. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/pspz_2017_2_26
45. Стрижак А. Є. Проблема соціальної успішності особистості у наукових джерелах. Методи і технології загальної і соціальної психології та психотерапії в умовах сучасного суспільства : матеріали IV наук.-практ. конф. з міжнар. участю, м. Київ, 21 трав. 2020 р. Київ, 2020. С. 214–216.
46. Франкл В. Людина в пошуках справжнього сенсу: психолог у концтаборі. Харків : Книжк. клуб «Клуб Сімейного Дозвілля», 2016. 158 с.
47. Чепелева Н. В. Життєвий успіх як наратив. Успішність особистості: потенціал та обмеження : матеріали Міжнар. наук.-практ. конф., м. Київ, 18 берез. 2010 р. Київ: 2010. С. 251–254.

48 Шевченко Ю. П., Карамушка Л. М. Психологічні чинники мотивації досягнень у студентів. *Актуальні проблеми психології*. 2021. Т. 7. Вип. 45. С. 112–121.

49. Юдіна А. В. Психологічні особливості мотивації успіху у працівників виробничих колективів : дис. ... канд. психол. наук: 19.00.10 Київ, 2021. 212 с. URL: https://psychology-naes-ua.institute/files/pdf/dis_udina_1619433621.pdf.

50. Яковицька Л., Синюшина Н. Полімотивація студентів як фактор їх професійного зростання. *Інноваційна педагогіка*. 2023. № 99. URL: <https://imzo-journal.org.ua/index.php/journal/article/view/453>.

51. Biktina, N. N. Motivations for success and personal characteristics of students. *Azimut of scientific research: pedagogy and psychology*, 10 (34), 2021. URL: <https://doi.org/10.26140/anip-2021-1001-0084>

52. Bykova, S. V. The importance of motivation in the success of students' learning activities. – National University. Law Academy. Odessa: 2023. URL: <https://doi.org/10.32837/11300.26359>

53. DeCastella K., Byrne D., Covington M. Unmotivated or Motivated to Fail? A Cross-Cultural Study of Achievement Motivation, Fear of Failure, and Student Disengagement. *Journal of Educational Psychology*. 2013. Vol. 105. № 3. P. 861–880.

54. Harrell A. Self-actualization wellness: a developmental approach to predicting and reducing college student stress related to person and environment variables: A dissertation submitted in partial fulfillment of the requirements for the degree of Doctor of Philosophy. – Drake University, Des Moines, Iowa: 2018. – 163 p.

55. Heckhausen, J., Heckhausen, H. *Motivation and Action*. – Cham : Springer, 2021. – 540 p.

56. Kunicina, N., Caiko, J., Grants, R. Enhancing Student Motivation and Academic Success. Effective Strategies for Promoting Study Programs in Education. In 2023 IEEE 64th Annual International Scientific Conference on

Power and Electrical Engineering of Riga Technical University, RTUCON 2023 – Proceedings. Institute of Electrical and Electronics Engineers Inc.

URL: <https://doi.org/10.1109/RTUCON60080.2023.10413029>

57. Schnell, T. The Psychology of Meaning in Life. – Routledge, 2021. – 440 p.

58. Schweinle, A., & Helming, L. M. Success and motivation among college students. *Social Psychology of Education*, 14(4), 2011. – P. 529–546.

URL: <https://doi.org/10.1007/s11218-011-9157-z>

59. Stoyanova, S., Stoyanov K. Achievement Motivation of Students in Higher Education. *Journal of Education and Learning*. – 2022. – Vol. 11(3). – P. 33-42. – DOI: [10.5539/jel.v11n3p33](https://doi.org/10.5539/jel.v11n3p33).

60. Sviridova, E., Yastrebova, E., Bakirova, G., & Rebrina, F. Immersive technologies as an innovative tool to increase academic success and motivation in higher education. *Frontiers in Education*, 8. 2023.

URL: <https://doi.org/10.3389/feduc.2023.1192760>

ДОДАТОК 1

Таблиця 1

Данні опитування усіх студентів за методикою А. Мехрабіана

№	ПІБ	М.Досягнення успіху
1	Бугрим	181
2	Платон	176
3	Дорош	167
4	Рас	166
5	Мих	158
6	Кух	156
7	Данил	153
8	Поп	152
9	Птиц	152
10	Клоч	151
11	Антон	149
12	Подшивал	147
13	Хлнп	146
14	Степан	145
15	Багдас	145
16	Данил	144
17	Иван	144
18	Колос	143
19	Радч	143
20	Антимон	142
21	Анисим	141
22	Голубов	136
23	Баран	136
24	Солов	134
25	Колеси	133
26	Степ	133
27	Вил	133
28	Макар	133
29	Юрьев	132
30	Григор	132
31	Копыл	131
32	Смирн	131
33	Васильев	130
34	Бесак	128
35	Чубар	127
36	Дудун	126
37	Вишняк	126
38	Горькой	125
39	Голуб	123
40	Евлаев	122
41	Чемодур	120

42	Осман	120
43	Данил	118
44	Трианд	115
45	Мутал	114
46	Погос	113
47	Тит	112
48	Шестак	110
49	Бодяк-	101
50	Посквит	85
	Загальне середнє значення	135,6

Таблиця 2

Данні опитування усіх студентів за методикою В. Століна

№	ПІБ	С.ІІІ Інтерв'ю	С.І Самоповага	С.ІІ Аутосимпатія	С.ІІІ Оцінювання позитивного ставлення інших	С.ІV Самозацікавленість	С.1 Самовпевненість	С.2 Оцінювання ставлення інших	С.3 Самоприйняття	С.4 самокерівництво	С.5 Самозвинування	С.6 Самоінтерес	С.7 Саморозуміння
1	Бугрим	22	10	12	10	7	7	6	5	4	5	7	3
2	Платон	18	10	9	8	8	7	7	5	3	6	7	4
3	Дорош	19	11	7	12	8	7	8	5	4	5	6	3
4	Рас	23	13	12	11	8	8	7	7	6	5	7	4
5	Мих	21	10	11	11	7	6	8	7	5	5	7	4
6	Кух	18	10	9	10	8	8	6	6	3	6	6	5
7	Данил	24	15	8	11	8	8	6	4	6	6	6	2
8	Поп	22	12	6	11	7	8	6	4	4	6	6	2
9	Птиц	25	14	14	10	6	8	6	7	5	3	5	5
10	Клоч	23	13	10	9	8	7	6	7	4	5	6	5
11	Антон	26	14	14	12	8	8	7	7	5	2	7	5
12	Подшивал	23	12	12	12	7	6	7	7	5	2	7	5
13	Хлнп	20	11	11	13	7	6	7	5	4	4	7	4
14	Степан	25	13	10	13	7	8	7	5	5	4	7	4
15	Багдас	13	5	8	10	7	5	7	4	4	4	6	4
16	Данил	20	8	11	11	7	6	7	6	5	1	7	2
17	Иван	23	8	10	11	7	5	7	6	4	1	7	2
18	Колос	22	10	12	11	7	6	7	6	6	1	7	2
19	Радч	23	15	11	12	7	5	7	7	4	5	7	6
20	Антимон	23	10	11	12	7	7	7	4	6	3	6	2
21	Анисим	18	10	10	9	8	4	7	6	5	4	6	3
22	Голубов	24	12	13	10	7	8	7	7	5	4	6	2
23	Баран	22	12	13	10	7	8	7	7	5	4	6	2
24	Солов	20	10	13	9	7	6	4	5	4	2	7	1
25	Колеси	20	11	13	12	8	5	7	5	4	2	6	5
26	Степ	20	11	13	11	8	5	7	5	4	2	6	5
27	Вил	22	12	10	12	6	7	8	7	4	5	6	4
28	Макар	22	12	10	12	6	7	8	7	4	5	6	4
29	Юрьев	23	13	11	12	6	7	7	6	5	4	5	4
30	Григор	23	13	11	12	6	7	7	6	5	4	5	4
31	Копыл	25	13	15	12	7	7	7	7	6	1	7	5
32	Смирн	25	13	15	12	7	7	7	7	6	1	7	5

33	Васильев	23	6	9	11	7	6	7	5	6	4	7	4
34	Бесак	21	11	9	11	4	8	7	6	3	6	6	3
35	Чубар	18	8	8	11	5	5	7	6	4	6	6	3
36	Дудун	21	9	11	12	6	4	7	7	6	3	6	3
37	Вишняк	19	11	10	10	7	4	6	4	3	2	7	4
38	Горькой	13	4	11	6	4	4	5	6	2	4	1	1
39	Голуб	11	5	7	8	4	2	4	4	2	3	3	3
40	Евлаев	25	14	12	12	6	8	7	5	6	2	7	2
41	Чемодур	20	12	5	11	6	5	7	1	5	3	6	3
42	Осман	18	6	8	8	6	5	4	3	3	5	5	3
43	Данил	23	11	13	11	8	6	7	6	5	2	7	4
44	Трианд	19	8	14	11	6	5	8	6	5	1	6	2
45	Мутал	20	9	9	12	7	6	8	5	4	6	7	3
46	Погос	20	9	8	11	8	5	6	6	5	4	7	3
47	Тит	20	9	10	9	7	4	5	4	5	1	7	2
48	Шестак	14	3	9	10	6	2	5	4	3	5	7	5
49	Бодяк-	17	9	8	8	7	8	5	6	3	7	4	2
50	Посквит	14	5	8	12	6	2	8	4	3	5	7	3
	Загальне середнє значення	20,7	10,3	10,5	10,7	6,8	6,1	6,6	5,5	4,4	3,7	6,2	3,4

Таблиця 3

Данні опитування усіх студентів за методикою Е. Шострома

№	ПІБ	Tc Компетентність у часі	I Підтримка	Sav Ціннісні орієнтації	Ex Гнучкість поведінки	Fr Сензитивність до себе	S Спонтанність	Sr Самоповага	Sa Самоприйняття	Nc Уявлення про природу людини	Sy Синергія	A Прийняття агресії	C Контактність	Soq Пізнавальні потреби	Cr Креативність
1	Бугрим	10	59	15	12	9	7	12	11	7	3	12	12	6	10
2	Платон	7	51	14	15	9	8	9	12	8	4	8	7	9	10
3	Дорош	8	50	15	14	7	10	12	9	7	7	7	8	6	9
4	Рас	8	52	15	16	5	6	11	10	8	5	6	10	6	7
5	Мих	9	58	15	16	5	6	11	10	7	5	6	11	6	8
6	Кух	7	51	11	15	8	9	9	12	8	3	8	7	9	10
7	Данил	8	55	15	17	10	9	14	12	5	3	14	13	7	9
8	Поп	5	62	13	17	10	9	13	13	4	3	14	15	8	9
9	Птиц	14	55	14	15	11	10	15	12	3	3	10	12	6	8
10	Клоч	7	58	14	12	9	10	13	12	5	4	14	15	3	8
11	Антон	11	51	17	14	6	8	14	14	7	5	6	9	5	6
12	Подшивал	12	47	16	14	6	8	9	11	6	5	6	9	5	5
13	Хлнп	13	40	11	18	6	8	11	8	4	6	13	10	3	8
14	Степан	8	53	16	18	6	8	14	13	6	6	13	13	2	7
15	Багдас	7	47	13	17	5	8	8	10	5	6	6	11	5	7
16	Данил	8	48	15	11	6	5	9	14	5	3	12	10	4	8
17	Иван	7	49	15	11	6	5	11	10	5	3	12	9	5	8
18	Колос	8	50	14	14	6	5	10	14	6	3	12	10	5	7
19	Радч	8	55	16	17	10	7	13	11	6	5	13	15	5	7
20	Антимон	10	51	13	16	4	6	11	9	5	5	8	10	1	4
21	Анисим	6	55	14	14	6	8	12	13	7	4	11	9	4	6

22	Голубов	4	45	14	11	6	5	11	6	3	3	8	15	4	8
23	Баран	4	45	14	11	6	5	11	6	3	3	8	15	4	8
24	Солов	12	47	8	16	5	8	8	16	5	3	7	10	8	7
25	Колеси	9	50	15	11	6	7	12	10	6	3	6	10	5	7
26	Степ	9	50	14	11	6	7	12	10	6	3	6	10	5	7
27	Вил	7	58	14	13	7	10	11	12	8	4	7	10	8	6
28	Макар	7	58	14	13	7	10	11	12	8	4	7	10	8	6
29	Юрьев	9	48	14	11	8	7	13	10	5	4	9	8	4	8
30	Григор	9	48	14	11	8	7	13	10	5	4	9	8	4	8
31	Копыл	11	48	14	15	8	6	13	12	6	6	7	8	6	8
32	Смирн	11	48	14	15	8	6	13	12	6	6	7	8	6	8
33	Васильев	9	55	13	19	10	11	15	17	4	4	14	15	5	10
34	Бесак	10	43	13	14	6	7	10	10	5	4	15	5	5	7
35	Чубар	9	40	11	17	3	5	8	10	4	5	12	6	3	6
36	Дудун	14	48	16	14	3	7	9	16	5	4	7	9	3	9
37	Вишняк	5	55	15	12	9	7	14	11	7	4	15	10	4	6
38	Горькой	8	35	10	10	4	6	9	8	4	3	9	7	6	6
39	Голуб	11	52	11	15	4	10	11	12	6	3	8	13	7	5
40	Евлаев	17	48	12	14	6	7	11	12	5	2	9	11	2	3
41	Чемодур	7	41	9	14	3	1	8	9	5	4	7	10	3	6
42	Осман	8	46	11	12	6	5	10	10	4	3	8	12	5	4
43	Данил	5	56	13	15	6	8	6	11	8	5	10	10	2	9
44	Трианд	5	36	8	11	6	8	6	9	5	2	7	6	4	9
45	Мутал	10	48	11	15	8	11	10	11	5	3	10	12	3	9
46	Погос	6	44	16	8	10	11	9	6	5	6	11	9	3	6
47	Тит	9	57	13	18	9	9	12	17	6	6	9	10	7	7
48	Шестак	6	37	9	7	6	6	7	9	3	4	8	7	5	9
49	Бодяк-	6	44	16	8	10	11	9	6	5	6	11	9	3	6
50	Посквит	5	36	7	15	7	6	4	8	2	3	6	5	5	5
	Загальне середнє значення	8,5	49,3	13,3	13,8	6,8	7,5	10,7	11,0	5,5	4,1	9,4	10,1	4,9	7,3

Таблиця 4

Данні опитування усіх студентів за методикою Є. Бажина

№	ПІБ	Із загальної інтерв'яльності
1	Бугрим	42
2	Платон	33
3	Дорош	29
4	Рас	30
5	Мих	39
6	Кух	32
7	Данил	33
8	Поп	35
9	Птиц	31

10	Клоч	35
11	Антон	42
12	Подшивал	34
13	Хлнп	29
14	Степан	28
15	Багдас	37
16	Данил	36
17	Иван	30
18	Колос	29
19	Радч	30
20	Антимон	29
21	Анисим	26
22	Голубов	25
23	Баран	26
24	Солов	25
25	Колеси	27
26	Степ	27
27	Вил	28
28	Макар	28
29	Юрьев	26
30	Григор	26
31	Копыл	37
32	Смирн	37
33	Васильев	29
34	Бесак	25
35	Чубар	23
36	Дудун	30
37	Вишняк	32
38	Горькой	15
39	Голуб	17
40	Евлаев	26
41	Чемодур	26
42	Осман	22
43	Данил	17
44	Трианд	16
45	Мутал	19
46	Погос	24
47	Тит	27
48	Шестак	22
49	Бодяк-	29
50	Посквит	15
	Загальне середнє значення	28,3

ДОДАТОК 2

Таблиця 1

Ранжована шкала мотивації досягнення успіху за А. Мехрабіаном в
контрольній групі

№	ПІБ	М.М
1	Бугрим	181
2	Дорош	167
3	Кух	156
4	Данил	153
5	Птиц	152
6	Антон	149
7	Хлнп	146
8	Багдас	145
9	Иван	144
10	Колос	143
11	Радч	143
12	Анисим	141
13	Баран	136
14	Степ	133
15	Макар	133
16	Григор	132
17	Смирн	131
18	Чубар	127
19	Вишняк	126
20	Голуб	123
21	Чемодур	120
22	Данил	118
23	Мутал	114
24	Тит	112
25	Бодяк-	101
	Загальне середнє значення	137,0

Таблиця 2

Ранжована шкала мотивації досягнення успіху за А. Мехрабіаном в
експериментальній групі

ПІБ	М.М
Платон	176
Рас	166

Мих	158
Поп	152
Клоч	151
Подшивал	147
Степан	145
Данил	144
Антимон	142
Голубов	136
Солов	134
Колеси	133
Вил	133
Юрьев	132
Копыл	131
Васильев	130
Бесак	128
Дудун	126
Горькой	125
Евлаев	122
Осман	120
Трианд	115
Погос	113
Шестак	110
Посквит	85
Загальне середнє значення	134,2

ДОДАТОК 3

Основний зміст тренінгової програми

I етап - Розвиток процесів самосвідомості (7 тематичних занять)

Мета першого етапу -- розвиток навичок самоаналізу, самопізнання, підвищення рівня самооцінки, розкриття потенціалу учасників, розвиток навичок самопідтримки, самоорганізації та подолання як особистісних, так і професійних проблем.

1 заняття «Згуртування та довіра»

Мета заняття: ознайомити учасників з концепцією тренінгу, встановити групове згуртування і сформувати довірчу обстановку.

2 заняття «Самоаналіз»

Мета заняття: сформувати в учасників тренінгу навички самоаналізу.

1. «Мої добрі справи». Учасникам пропонується згадати конкретні добрі справи, які вони зробили найближчим часом, проаналізувати ситуацію, свої відчуття, свої звички. Чи є серед них звичка робити добро?
2. «Хто Я? (1)». На аркуші паперу необхідно відповісти на це запитання якомога більшою кількістю варіантів відповідей. Цією вправою задається глибока особистісна установка на постійний внутрішній самоаналіз.
3. «Я тебе пам'ятаю». Потрібно пригадати кожного члена групи, те, що він говорив під час знайомства-представлення, а потім додайте свої відчуття та уявлення про його особистість, які сформувалися за час спілкування. Сенс цієї вправи в тому, щоб будь-хто мав реальну можливість почути уявлення, які сформувалися про нього в інших учасників під час першого заняття. Вправа дає змогу проаналізувати й усвідомити, що участь у тренінгу - це доволі важка й відповідальна робота.
4. «Відверто кажучи...». Анкетування, під час якого необхідно відверто відповісти на запитання і висловити своє ставлення до учасників, пройдених вправ, тренера групи тощо.

3 заняття «Самопізнання»

Мета заняття: вивчити особливості своєї особистості та визначити ресурсні можливості її розвитку.

Розпочати роботу необхідно з аналізу анкет «Відверто кажучи...». Варто звернути увагу групи на причини, які, на думку самих учасників, заважають їм бути більш відвертими.

1. «Здрастуй, я тебе пам'ятаю». Учасники вітають один одного, взаємно підкреслюючи індивідуальні особливості того, до кого звертаються. Вправа посилює групову згуртованість і покращує взаємодію учасників.
2. «Хто твій друг». Під час цього заняття учасники описують «психологічний портрет» найбільш близької людини в цій групі. У портреті має бути не менше 10-12 рис характеру, звичок, особливостей, властивих саме їй. Потім той, хто написав, виступає зі своєю інформацією перед групою, а решта намагаються визначити, чий це портрет. Ця вправа показує вміння розуміти оточуючих людей, бачити їхні особливості. Крім того, вона налаштовує учасників на більш уважне ставлення один до одного.
3. «Мої сильні сторони». Учасникам пропонується пригадати свої сильні сторони, те, «що ви цінуєте, приймаєте і любите в собі, що дає вам відчуття внутрішньої свободи і впевненості у власних силах, що допомагає вистояти у важку хвилину». Ця вправа спрямована не тільки на визначення власних сильних сторін, а й на формування звички думати про себе позитивно.
4. «Інтерв'ю» (запитання заздалегідь сформульовані вдома). Учасники ставлять один одному одне запитання, відповідь на яке допоможе краще пізнати і зрозуміти

«респондента». Ця вправа - своєрідний тест - діагноз готовності колективу глибоко і серйозно працювати на заняттях.

5. Підбиття підсумків. На додаток до раніше зазначених процедур кожен учасник письмово відповідає на запитання: «Над чим мені ще потрібно попрацювати на наступному занятті?». Відповідь на це запитання допомагає ведучому плавно перейти від керівництва процесами саморозвитку учасників до самоврядування групи.

4 заняття «Структура розвитку самосвідомості особистості»

Мета заняття - вивчити «законои» ефективної взаємодії між людьми, зумовлених особливостями їхньої самосвідомості з урахуванням закономірностей вікового розвитку самосвідомості.

1. «Фільм». Описати фільм про своє життя. Як фільм називається? Яка фабула (сюжет)? Хто головні герої? Хто є другорядними персонажами? Хто постановник картини? Що відчують глядачі, коли дивляться цей фільм? Яка кульмінація сюжету? Чим закінчується картина? Яка мораль? Висновки? Що відчують глядачі після закінчення фільму?

2. «Портрет». Виявлення «Я-образу», прийнятого в групі. Пропонується описати будь-кого з присутніх, не використовуючи вказівки статі та фізичних ознак. Проводиться аналіз того, яка інформація про людину найбільш відображає її в групі.

3. «Контракт». Людина укладає із собою контракт, попередньо провівши аналіз позитивних і негативних якостей своєї особистості. Група виступає як консультант, який оцінює контракт. Аналізуючи, учасники визначають і оцінюють свої цілі (хочу), процес їхнього розв'язання (можу), а також визначають зону свого найближчого розвитку (повинен).

4. Підбиття підсумків. Дати можливість охочим поділитися своїми враженнями, відчуттями. Звернути увагу на тих, хто почувається ніяково, невпевнено, відчужено. До них потрібно обов'язково підійти після заняття. Без проведення цієї процедури не можна закінчувати роботу. У членів групи має бути можливість сказати те, що їх тривожить або мучить.

5 заняття «Самоприйняття»

Мета заняття: сформулювати систему знань про себе, що сприяє самоприйняттю, і розвинути навички вступу в контакт, підтримання конструктивної бесіди.

1. «Ви мене впізнаєте?». Опишіть себе так, щоб незнайомец, якого ви зустрічаєте, одразу вас упізнав. Кожен член групи здає свій аркуш з описом портрета. Перемішавши їх, необхідно зачитати текст, а учасники повинні впізнати за описом, чий же це портрет. Такий спосіб виділення найяскравішої індивідуальної риси психологічно дуже ефективний, тому що, з одного боку, стимулює учасника на активне сприйняття інших людей - йому потрібно знайти щось особливе в людині, а з іншого боку, він сам отримує цікаву інформацію, що запам'ятовується, іноді дуже несподівану для себе.

2. «Девіз». Кожен із членів групи має сформулювати свій девіз, який відображає його життєве кредо, ставлення до світу загалом і до себе. Головне - ідея та розкутість самовираження. Після обговорення індивідуальних девізів можна запропонувати учасникам сформулювати девіз групи, зафіксувавши в ньому принципи взаємовідносин і взаємодії. Формулювання девізу змушує сконцентруватися на головному: що я ціную в житті, заради чого живу, чим дорожу. Пошук відповідей на ці принципові запитання допомагає чіткіше усвідомити цілі свого життя. Крім того, будь-хто отримує можливість почути життєві настанови інших членів групи і порівняти їх зі своїми або взяти чийсь девіз як основний принцип поведінки на найближчий час.

3. «Контакти». Потрібно легко і приємно увійти в контакт, підтримати розмову і так само приємно розлучитися з нею. Сама форма виконання вправи стимулює активність особистості, оскільки вона змушена включатися в розмову з людиною, яка опинилася перед нею після чергового переходу. З одного боку, це тренування навичок вступу в контакт не тільки з приємним співрозмовником, а й з тим, хто випадково опинився поруч.

Це значно розширює і збагачує комунікативний досвід учасників тренінгу. З іншого боку, обмежений час виробляє навички справді змістовного спілкування, тому що немає змоги ходити навколо теми розмови, треба одразу братися за справу, інакше не встигнути. Зрештою, це ще одна можливість додаткового знайомства учасників групи, які не змогли подолати внутрішній бар'єр і не підійшли на попередніх заняттях один до одного.

4. «Контраргументи». На аркуші паперу зліва написати «невдоволення собою» і на кожне невдоволення собою праворуч навести «контраргументи» (тобто те, що можна протиставити, чим ви й оточуючі задоволені вже сьогодні, що приймають у вас). Вправа дає змогу проаналізувати учасниками своїх слабких і сильних особистісних сторін, а також стимулює учасників на активне сприйняття одне одного та сприяє формуванню навичок самопідтримки).

5. «Шлюбне оголошення». Завдання учасників - скласти текст шлюбного оголошення, в якому потрібно, перш за все, вказати свої основні переваги. Виконання цієї вправи дає змогу учасникам відкрити в собі ті сторони свого характеру, про які вони ще не думали або боялися думати через низку причин. Вправа розвиває в учасників уміння самовираження.

6 заняття «Підвищення рівня самооцінки»

Мета заняття: сформувати адекватний рівень самооцінки.

1. «Порівняння». Самооцінка людини базується на визначенні «кола для порівняння». Учаснику пропонується визначити, хто є найбільш типовим представником цього кола. Необхідно закінчити такі речення:

а. Я розумніший, ніж ... Я такий самий розумний, як ... Я менш розумний, ніж...

б. Я сильніший ...

в. Я красивіший ...

г. Я добріший ...

д. Щасливіший ...

Потім відповіді ведучий класифікує за типами: сімейні, професійні, соціально-авторитетні, поп-культурні, фантастико-гумористичні та проводить аналіз.

2.«Опитування». Одному з учасників пропонується описати себе в майбутньому. Групі потрібно за допомогою ведучого ставити запитання, спрямовані на виявлення зв'язку теперішнього і минулого людини з тим, що вона планує для себе на майбутнє. Можна запропонувати учасникам проаналізувати найближчий (останній або планований) рік свого життя з точки зору суб'єктивної оцінки швидкості часу.

3 «Падіння в прірву». Учасник забирається на підвищення, стає спиною до його краю і падає спиною на руки інших членів групи, які ловлять його. Вправа спрямована на розвиток взаємної довіри; розвиток навичок координації спільних дій; забезпечення емоційної залученості учасників у тренінг; зниження інтенсивності страхів учасників; підвищення рівня самооцінки.

4.«Поромник». Розвиває навички самопрезентації. Біля річки зібралося кілька людей, яким необхідно переправитися на інший берег. Є пором (човен), господар якого може взяти тільки одну людину. Кожен переконує, що забрати треба саме його. Хто перший умовить?

5.«Мільйон». Можна отримати мільйон від людини, яка готова віддати гроші будь-кому, якщо той її зацікавить. Як це зробити. Приймається будь-яка фантазія. Оцінюються способи досягнення мети.

6.«Похвала». Учасники по черзі виступають із похвалою на власну адресу. Аудиторія оцінює кожного з точки зору стилю та іміджу. Важливо брати до уваги ступінь самодостатності людини, рівень її самооцінки.

7 заняття «Подолання проблем»

Мета заняття: розвинути навички самопідтримки та пошуку конструктивних рішень у складних ситуаціях; розвивати усвідомлення учасниками власних мотиваційних векторів до більш чіткого формулювання умов проблемної ситуації.

1. «Розмова зі зміною позиції «Мрійник. Скептик. Реаліст»»».
У цій психотехніці використовуються уявлення творця психосинтезу Р. Ассаджолі про субособистості. Образне моделювання процесів, що відбуваються в мотиваційній сфері людини під час здійснення нею вибору серед низки поведінкових стратегій (Мрійник. Скептик і Реаліст). Вправа включає: міні-лекцію «Мрійник, скептик, реаліст», що розкриває життєві позиції та низку поведінкових стратегій; опрацювання проблем з використанням своїх субособистостей учасниками, зміною позицій. У результаті обговорення вправи учасники доходять висновку про те, що в реаліях нашого життя всі три субособистості є для нас необхідними.
2. «Неказкові проблеми». Учасникам групи пропонується згадати про будь-які свої труднощі, проблеми, з якими вони зіткнулися нещодавно, і висловити у вигляді казки. Ці зачини казок розповідаються по колу. Наступний етап вправи полягав у вигадуванні продовження казок, яке здійснювалося в парах. Дає змогу подивитися на ситуацію з нової, несподіваної точки зору.
3. «Метафора проблеми». Метафори дають змогу учаснику розпізнати й позначити власні переживання та своє ставлення до життєвих труднощів, зрозуміти їхній сенс і цінність. У цій грі особливого значення набуває сприйняття учасниками групи змісту метафор один одного. Ця робота задає потрібну програму змін у поведінці, бере участь у переструктуруванні цінностей, поглядів і позицій. На I етапі запропонованої вправи учасникам необхідно зобразити проблему, що хвилює, у метафоричній формі. На II етапі учасники визначають у картинах товаришів їхні проблеми, сенс запропонованої метафори та обирають ту картину, метафора якої здається найближчою до власного образу проблеми. III етап - перекласти метафору з мови малюнка на мову слів. Потім група має придумати спільну метафору, яку потрібно представити і в малюнку, і в словесному викладі. IV етап - потрібно створити метафору перемоги над вашою проблемою. V етап - рефлексія учасників.

II етап - розвиток навичок професійної компетентності (5 тематичних занять).

Мета другого етапу - вдосконалення форм комунікації та розвиток навичок професійної компетенції.

Додаткові цілі:

Набуття навичок ефективних форм комунікації, що включають упевнену поведінку; навичок ведення «важких» перемовин, уміння правильно виражати негативні почуття; стимулювати взаємну довіру в групі, глибшого самопізнання, саморозкриття; розвивати навички емоційної саморегуляції; формувати здібності зниження емоційного напруження; розвивати навички роботи в колективі - співробітництво, усвідомлення емоційного потенціалу групи, оволодіння навичками колегіального ухвалення рішень; відпрацьовувати тактики самопрезентації; відпрацювання тактики самопрезентації

1 заняття. «Розвиток комунікативної компетенції»

Мета заняття: набути навичок ефективних форм комунікації, що включають впевнену поведінку.

1. «Засвоєння ефективності засобів невербального спілкування (відеозапис)». Мета: розширення спектра невербальних засобів спілкування учасників тренінгу. Кожному учаснику пропонується розіграти ситуацію за допомогою невербальних засобів спілкування.
2. «Односторонній контакт». Мета: оволодіння навичками вступу в контакт і виявлення ознак контакту. Кожному члену групи роздається на картці ситуація, яку необхідно розіграти. Обговорення ситуацій контакту сприяє виходу на поняття впевненої поведінки.
3. Бесіда «Психологічний контакт». Що означає встановити контакт? Ознаки контакту. Розрив контакту.

4. Рольова гра «Телефон». Мета: закріпити навички утримання та встановлення контакту зі сприятливими наслідками. З учасників групи обирається 1 секретар і 1 відвідувач. Завдання відвідувача - встановити контакт. Завдання секретаря - припинити телефонну розмову.

Або рольова гра «Домашня педагогіка». Мета: розвивати вміння вступити в контакт, викликати довіру партнера, навички налагодження тривалого і сприятливого контакту. З учасників групи обирають «матір» і «доньку». «Матері» необхідно вступити в контакт із «донькою», і дізнатися причину її поганого настрою. У висновку представити модель впевненої поведінки.

2 Заняття. «Розвиток впевненої поведінки»

Мета заняття: удосконалити навички комунікативної компетентності, набути нового досвіду тілесного спілкування, розвинути навички впевненої поведінки.

1. «Спілкування без слів». Мета: дати можливість учасникам групи отримати новий досвід спілкування, звернути увагу на почуття, що виникають внаслідок дотиків, фізичного контакту з партнером, дати можливість відчути більшу довіру до учасників. Вправа виконується мовчки. Утворюючи зовнішнє і внутрішнє коло, учасники починають рухатися в протилежні боки, зупиняючись за командою ведучого, спілкуються за допомогою рук.

2. Бесіда «Правила вираження почуттів». Правила вираження почуттів. Правила сприйняття та розуміння почуттів інших.

3. «Важка розмова». Мета: набуття навичок «важких» переговорів, умінь правильно висловлювати негативні почуття. Задається складна ситуація, у процесі розігрування якої необхідно зрозуміти партнера, спробувати знайти задовільне рішення. Наприкінці вправи учасники обговорюють правила вираження і сприйняття злості.

4. Бесіда «Впевнена, невпевнена та агресивна поведінка». Обговорюється жестикуляція, голос, міміка, контакт очей, положення тіла, зміст мови.

5. «Актуальна ситуація». Учасники згадують ситуацію з власного досвіду, коли вони відчували труднощі у спілкуванні. Після висловлювання, обирають найцікавішу і розігрують її учасники. В обговоренні враховується, як користувалися засвоєними правилами учасники ситуації.

3 заняття «Саморегуляція емоційної напруги»

Мета заняття: розвинути навички регуляції емоційних станів.

1. Турнір «Словник емоцій». Мета: розвиток можливостей у вербалізації емоційних станів. Додаткові цілі тренера: внесення елемента змагання. Формуються команди. Кожна команда протягом 10 хвилин має скласти якомога довший список емоційних станів. Потім кожна команда називає один стан. Переможе та команда, яка залишиться останньою після того, як із гри вийдуть інші команди.

2. Вправа «Шаноблива вербалізація». Мета: розвиток уміння використовувати більш шанобливі формулювання для вербалізації емоційних станів. Додаткові цілі тренера: розвиток відносин партнерства в групі. Учасники об'єднуються в пари по колу. Ті, хто в парі сидять праворуч, будуть нападниками. Ті, хто зліва - регулюючими напругу. Завдання тих, хто праворуч - агресивно напасти. Завдання тих, хто зліва - знизити напругу за допомогою шанобливо виконаної техніки «вербалізація почуттів». Тренер може видати всім учасникам таблицю шанобливих і нешанобливих формул вербалізації почуттів і повісити її у збільшеному вигляді на фліпчарті.

3. Вправа «Метафорична вербалізація». Мета: розвиток уміння знижувати емоційну напругу за допомогою гумористичних метафор. Додаткові цілі тренера: внесення елемента творчості. Учасники об'єднуються в пари по колу. Той, хто сидить праворуч, нападе на того, хто сидить ліворуч. Той, на кого напали, повинен буде відповісти метафоричним описом свого стану.

4. «Зроби це неправильно». Мета: засвоєння технік вступу в контакт, активного слухання та регуляції емоційної напруги. Додаткові цілі тренера: розвиток творчої

атмосфери в групі. Необхідно відтворити неправильну поведінку, неконструктивну. Після цих сценок кожна команда повинна буде продемонструвати іншу сценку, в якій все має бути зроблено максимально правильно. Переможе та команда, на чиєму боці буде більшість голосів.

4 Заняття «Комунікативне відчуття»

Мета заняття: розвинути здібності адекватного розуміння станів, властивостей, якостей і стосунків людей.

Вправа 1. Мета: набуття навичок розпізнавання емоційних станів за невербальною поведінкою. Роздають картки, на яких написані ті чи інші емоційні стани або почуття. Учасникам пропонується зобразити, що на них написано. Визначаються ознаки цих станів. Далі учасникам пропонується невербально (без оцінки мімічної активності) зобразити, що на них написано. Основне завдання - визначити, який стан або почуття зображено, спостерігаючи за людиною зі спини, не бачачи її обличчя. Під час проведення цієї вправи в поєднанні з попередньою можна виявити співвідношення ролі мімічних, пантомімічних і жестикулятивних рухів під час визначення тих чи інших станів.

Вправа 2. Мета: розвиток навичок вербалізації станів. Вправа проводиться в трійках (четвірках). Пропонується пригадати й розповісти емоційно значущу ситуацію, а потім описати свій стан у той момент якомога детальніше. Вправа дає можливість отримувати додаткові уявлення про суб'єктивні особливості їхніх переживань, сприяє згуртуванню учасників і покращує групову атмосферу.

Вправа 3. Мета: розвиток здатності усвідомлення та вербалізації свого стану, знаходити слова для його позначення. Пропонується висловити свій стан протягом дня в кольоровій гамі. Розширюючи словниковий запас, який ми використовуємо для позначення почуттів, станів, можна розширити і свої можливості ідентифікації цих станів. Крім того, позначення стану через колір розширює сенситивні можливості за рахунок включення різних сенсорних систем.

Вправа 4. Мета: розвиток здатності до розуміння станів іншої людини. Кожному по черзі пропонується відобразити свій внутрішній стан у русі, іншим учасникам необхідно повторювати цей рух 3-4 рази, намагаючись відчувати стан людини.

Вправа 5. Мета: розвивати рефлексивні здібності розуміння партнера по спілкуванню. Робота ведеться в парах. Вправа складається з двох частин або етапів. На першому етапі партнери по черзі говорять один одному фразу, що починається зі слів: «Ти такий (така) ж, як я, у тебе...». При цьому дивлячись один одному в очі, намагатися говорити тим самим голосом, що й партнер, підлаштовуючись під його темп, тембр, висоту голосу, інтонацію.

На другому етапі вправи, приблизно через сім хвилин після початку роботи, учасникам по черзі потрібно говорити один одному по одній фразі, що починається зі слів: «Я дуже відрізняюся від тебе, я...»

Після завершення роботи в парах учасники сідають по колу і діляться своїми враженнями.

Вправа 6. Мета: розвиток рефлексивних здібностей, здібностей розуміти і відчувати партнера по спілкуванню. Учасникам роздають аркуші паперу із зазначенням імені тієї людини, на яку вони повинні будуть «перетворитися». Від імені цієї людини потрібно буде реагувати в безособовій формі на такі запитання: «Як ти думаєш, у чому твоя людська складність?»; «У чому проявляються твої естетичні нахили?»; «У який спосіб ти знаходиш схожість із людьми?»; «Якщо тобі доведеться виступити в ролі ведучого переговори, то якими будуть твої відмітні риси?»; «Що в тобі переважає - емпатія або спостережливість, чому?» і т. д. За реакцією учасника на запитання група намагається визначити, хто це. Після того, як усіх учасників буде впізнано, можна провести групову дискусію з будь-якої значущої для групи проблеми, в якій усі учасники продовжують грати іншу людину.

5 заняття «Професійна компетентність»

Мета заняття: освоїти тактику самопрезентації та переконання; розвинути вміння досягати згоди і прийняття зобов'язань з боку учасника, розвинути вміння враховувати мотивацію іншої людини; ознайомити учасників з поняттями професійної придатності та ідентичності.

1 «Недбалість у роботі». Мета: розвиток умінь досягати згоди та прийняття зобов'язань з боку «співробітника», стимулювати його бажання змінити своє ставлення до роботи. Чітке визначення та узгоджене прийняття планів, цілей і вимог.

2 «Продаж ідей начальнику». Мета: розвиток умінь враховувати мотивацію іншої людини. Уміння переконувати. Використання переваг і в той же час готовності йти на компроміс, якщо він потрібен для досягнення головних цілей.

III етап - Освоєння технології досягнення успіху (6 тематичних занять)

Мета третього етапу: розвинути прийоми цілепокладання, розвинути навички усвідомленої постановки мети, самокерівництва, самопослідовності, а також розвинути й закріпити стратегію поведінки, спрямованої на досягнення успіху.

1 заняття «Принцип правильного формулювання результату»

Цілі заняття, освоїти принципи правильного формулювання результату: точність, порівнянність, досяжність, реалістичність, своєчасність; навчитися формулювати цілі в стверджувальних термінах; визначити, чого насправді бажає кожен з учасників.

2 заняття «Принципи співвіднесення мети з контекстом і вираження мети точно, у сенсорних категоріях»

Мета заняття: освоїти навички співвіднесення своєї мети з контекстом; навчитися виражати свою мету точно, у сенсорних категоріях.

3 заняття «Реальна мета»

Мета заняття: розвивати вміння вибору мети, яку можливо досягти своїми силами. *Освоїти принципи:* «Обирати таку мету, яку можна досягти своїми силами», «Реально оцінювати наслідки досягнення своєї мети».

4 заняття «Гідні цілі»

Мета заняття: навчитися обирати такі цілі, які заслуговують на їхнє досягнення; розширення почуття самоефективності.

5 заняття «Як зрозуміти, чого ти хочеш насправді»

Мета заняття: навчитися розуміти «чого ти хочеш насправді»: екологічність результату, роль підсвідомості, представлення результатів, запитання за «Декартівською схемою», система цінностей і результати.

6 заняття «Стратегії успіху»

Мета заняття: освоїти і відпрацювати «Стратегії досягнення успіху», розгляд рівнів стратегій, освоєння синтаксису стратегій, постановка і вибір цілей, розвинути вміння побудови стратегій досягнення успіху та її застосування, освоєння «Моделі Т.О.Т.Е.».

ДОДАТОК 4

Таблиця 1

Данні опитування студентів контрольної групи за методикою В.

Століна

№	ПІБ	CS Інтегральна	C.I Самоповага	C.II Аутосимпатія	C.III Очікування позитивного ставлення інших	C.IV Самозацікавленість	C.1 Самовпевненість	C.2 Очікування ставлення інших	C.3 Самоприйняття	C.4 самокерівництво	C.5 Самозвизначення	C.6 Самоінтерес	C.7 Саморозуміння
1	Бугрим	22	10	12	10	7	7	6	5	4	5	7	3
2	Дорош	19	11	7	12	8	7	8	5	4	5	6	3
3	Кух	18	10	9	10	8	8	6	6	3	6	6	5
4	Данил	24	15	8	11	8	8	6	4	6	6	6	2
5	Птиц	25	14	14	10	6	8	6	7	5	3	5	5
6	Антон	26	14	14	12	8	8	7	7	5	2	7	5
7	Хлнп	20	11	11	13	7	6	7	5	4	4	7	4
8	Багдас	13	5	8	10	7	5	7	4	4	4	6	4
9	Иван	23	8	10	11	7	5	7	6	4	1	7	2
10	Колос	22	10	12	11	7	6	7	6	6	1	7	2
11	Радч	23	15	11	12	7	5	7	7	4	5	7	6
12	Анисим	18	10	10	9	8	4	7	6	5	4	6	3
13	Баран	22	12	13	10	7	8	7	7	5	4	6	2
14	Степ	20	11	13	11	8	5	7	5	4	2	6	5
15	Макар	22	12	10	12	6	7	8	7	4	5	6	4
16	Григор	23	13	11	12	6	7	7	6	5	4	5	4
17	Смирн	25	13	15	12	7	7	7	7	6	1	7	5
18	Чубар	18	8	8	11	5	5	7	6	4	6	6	3
19	Вишняк	19	11	10	10	7	4	6	4	3	2	7	4
20	Голуб	11	5	7	8	4	2	4	4	2	3	3	3
21	Чемодур	20	12	5	11	6	5	7	1	5	3	6	3

22	Данил	23	11	13	11	8	6	7	6	5	2	7	4
23	Мутал	20	9	9	12	7	6	8	5	4	6	7	3
24	Тит	20	9	10	9	7	4	5	4	5	1	7	2
25	Бодяк-	17	9	8	8	7	8	5	6	3	7	4	2
	Загальне середнє значення	20,5	10,7	10,3	10,7	6,9	6,0	6,6	5,4	4,4	3,7	6,2	3,5

Таблиця 2

Данні опитування контрольної групи студентів за методикою Е.

Шострома

№	ПІБ	Tc Компетентність у часі	I Підтримка	Sav Ціннісні орієнтації	Ex Гнучкість поведінки	Fr Сензитивність до себе	S Спонтанність	Sr Самоповага	Sa Самоприйняття	Nc Уявлення про природу людини	Sy Синергія	A Прийняття агресії	C Контактність	Sod Пізнавальні потреби	Cr Креативність
1	Бугрим	10	59	15	12	9	7	12	11	7	3	12	12	6	10
2	Дорош	8	50	15	14	7	10	12	9	7	7	7	8	6	9
3	Кух	7	51	11	15	8	9	9	12	8	3	8	7	9	10
4	Данил	8	55	15	17	10	9	14	12	5	3	14	13	7	9
5	Птиц	14	55	14	15	11	10	15	12	3	3	10	12	6	8
6	Антон	11	51	17	14	6	8	14	14	7	5	6	9	5	6
7	Хлнп	13	40	11	18	6	8	11	8	4	6	13	10	3	8
8	Багдас	7	47	13	17	5	8	8	10	5	6	6	11	5	7
9	Иван	7	49	15	11	6	5	11	10	5	3	12	9	5	8
10	Колос	8	50	14	14	6	5	10	14	6	3	12	10	5	7
11	Радч	8	55	16	17	10	7	13	11	6	5	13	15	5	7
12	Анисим	6	55	14	14	6	8	12	13	7	4	11	9	4	6
13	Баран	4	45	14	11	6	5	11	6	3	3	8	15	4	8
14	Степ	9	50	14	11	6	7	12	10	6	3	6	10	5	7
15	Макар	7	58	14	13	7	10	11	12	8	4	7	10	8	6
16	Григор	9	48	14	11	8	7	13	10	5	4	9	8	4	8
17	Смирн	11	48	14	15	8	6	13	12	6	6	7	8	6	8

18	Чубар	9	40	11	17	3	5	8	10	4	5	12	6	3	6
19	Вишняк	5	55	15	12	9	7	14	11	7	4	15	10	4	6
20	Голуб	11	52	11	15	4	10	11	12	6	3	8	13	7	5
21	Чемодур	7	41	9	14	3	1	8	9	5	4	7	10	3	6
22	Данил	5	56	13	15	6	8	6	11	8	5	10	10	2	9
23	Мутал	10	48	11	15	8	11	10	11	5	3	10	12	3	9
24	Тит	9	57	13	18	9	9	12	17	6	6	9	10	7	7
25	Бодяк-	6	44	16	8	10	11	9	6	5	6	11	9	3	6
26	Загальне середнє значення	8,4	50,4	13,6	14,1	7,1	7,6	11,2	10,9	5,8	4,3	9,7	10,2	5,0	7,4

Таблиця 3

Данні опитування студентів експериментальної групи до
експерименту за методикою В. Століна

№	ПІБ	CS Інтегральна	C.I Самоповага	C.II Аутосимпатія	C.III Очікування позитивного ставлення інших	C.IV Самозацікавленість	C.I Самовпевненість	C.2 Очікування ставлення інших	C.3 Самоприйняття	C.4 самокерівництво	C.5 Самозвинування	C.6 Самоінтерес	C.7 Саморозуміння
1	Платон	18	10	9	8	8	7	7	5	3	6	7	4
2	Рас	23	13	12	11	8	8	7	7	6	5	7	4
3	Мих	21	10	11	11	7	6	8	7	5	5	7	4
4	Поп	22	12	6	11	7	8	6	4	4	6	6	2
5	Клоч	23	13	10	9	8	7	6	7	4	5	6	5
6	Подшивал	23	12	12	12	7	6	7	7	5	2	7	5
7	Степан	25	13	10	13	7	8	7	5	5	4	7	4
8	Данил	20	8	11	11	7	6	7	6	5	1	7	2
9	Антимон	23	10	11	12	7	7	7	4	6	3	6	2
10	Голубов	24	12	13	10	7	8	7	7	5	4	6	2
11	Солов	20	10	13	9	7	6	4	5	4	2	7	1
12	Колеси	20	11	13	12	8	5	7	5	4	2	6	5
13	Вил	22	12	10	12	6	7	8	7	4	5	6	4
14	Юрьев	23	13	11	12	6	7	7	6	5	4	5	4

15	Копыл	25	13	15	12	7	7	7	7	6	1	7	5
16	Васильев	23	6	9	11	7	6	7	5	6	4	7	4
17	Бесак	21	11	9	11	4	8	7	6	3	6	6	3
18	Дудун	21	9	11	12	6	4	7	7	6	3	6	3
19	Горькой	13	4	11	6	4	4	5	6	2	4	1	1
20	Евлаев	25	14	12	12	6	8	7	5	6	2	7	2
21	Осман	18	6	8	8	6	5	4	3	3	5	5	3
22	Трианд	19	8	14	11	6	5	8	6	5	1	6	2
23	Погос	20	9	8	11	8	5	6	6	5	4	7	3
24	Шестак	14	3	9	10	6	2	5	4	3	5	7	5
25	Посквит	14	5	8	12	6	2	8	4	3	5	7	3
	Загальне середнє значення	20,8	9,9	10,6	10,8	6,6	6,1	6,6	5,6	4,5	3,8	6,2	3,3

Таблиця 4

Данні опитування студентів експериментальної групи до експерименту
за методикою Е. Шострома

№	ПІБ	Tc Компетентність у часі	I Підтримка	Sav Ціннісні орієнтації	Ex Гнучкість поведінки	Fr Сензитивність до себе	S Спонтанність	Sr Самоповага	Sa Самоприйняття	Nc Уявлення про природу людини	Sy Синергія	A Прийняття агресії	C Контактність	Sod Пізнавальні потреби	Cr Креативність
1	Платон	7	51	14	15	9	8	9	12	8	4	8	7	9	10
2	Рас	8	52	15	16	5	6	11	10	8	5	6	10	6	7
3	Мих	9	58	15	16	5	6	11	10	7	5	6	11	6	8
4	Поп	5	62	13	17	10	9	13	13	4	3	14	15	8	9
5	Ключ	7	58	14	12	9	10	13	12	5	4	14	15	3	8
6	Подшивал	12	47	16	14	6	8	9	11	6	5	6	9	5	5
7	Степан	8	53	16	18	6	8	14	13	6	6	13	13	2	7
8	Данил	8	48	15	11	6	5	9	14	5	3	12	10	4	8
9	Антимон	10	51	13	16	4	6	11	9	5	5	8	10	1	4
10	Голубов	4	45	14	11	6	5	11	6	3	3	8	15	4	8
11	Солов	12	47	8	16	5	8	8	16	5	3	7	10	8	7
12	Колеси	9	50	15	11	6	7	12	10	6	3	6	10	5	7
13	Вил	7	58	14	13	7	10	11	12	8	4	7	10	8	6
14	Юрьев	9	48	14	11	8	7	13	10	5	4	9	8	4	8
15	Копыл	11	48	14	15	8	6	13	12	6	6	7	8	6	8
16	Васильев	9	55	13	19	10	11	15	17	4	4	14	15	5	10
17	Бесак	10	43	13	14	6	7	10	10	5	4	15	5	5	7
18	Дудун	14	48	16	14	3	7	9	16	5	4	7	9	3	9
19	Горькой	8	35	10	10	4	6	9	8	4	3	9	7	6	6

20	Евлаев	17	48	12	14	6	7	11	12	5	2	9	11	2	3
21	Осман	8	46	11	12	6	5	10	10	4	3	8	12	5	4
22	Трианд	5	36	8	11	6	8	6	9	5	2	7	6	4	9
23	Погос	6	44	16	8	10	11	9	6	5	6	11	9	3	6
24	Шестак	6	37	9	7	6	6	7	9	3	4	8	7	5	9
25	Посквит	5	36	7	15	7	6	4	8	2	3	6	5	5	5
26	Загальне середнє значення	8,6	48,2	13,0	13,4	6,6	7,3	10,3	11,0	5,2	3,9	9,0	9,9	4,9	7,1

Таблиця 5

Данні опитування студентів експериментальної групи за методикою

В. Століна після експерименту

№	ПІБ	CS Інтегральна	C.I Самоповага	C.II Аутосимпатія	C.III Очікування позитивного ставлення інших	C.IV Самозацікавленість	C.I Самовпевненість	C.2 Очікування ставлення інших	C.3 Самоприйняття	C.4 самокерівництво	C.5 Самозвиначення	C.6 Самоінтерес	C.7 Саморозуміння
1	Платон	23	12	11	9	9	8	7	5	5	6	7	4
2	Рас	28	16	14	12	8	9	7	7	7	5	7	4
3	Мих	25	15	8	11	8	9	6	4	6	6	6	2
4	Поп	28	14	13	6	7	9	7	6	5	5	6	5
5	Клоч	30	16	14	13	8	9	7	5	7	4	7	4
6	Подшивал	29	15	12	13	8	10	7	5	7	4	7	4
7	Степан	14	9	10	11	8	7	5	3	5	4	6	0
8	Данил	25	11	15	11	10	7	7	6	7	1	7	2
9	Антимон	24	11	15	10	9	7	7	6	7	1	7	2
10	Голубов	25	12	14	11	9	7	7	6	7	1	7	2
11	Солов	26	11	14	11	9	8	7	6	8	1	7	2
12	Колеси	25	11	15	12	9	7	7	6	6	1	7	2
13	Вил	29	16	14	12	8	9	7	7	6	5	7	6
14	Юрьев	24	11	15	12	8	7	4	5	5	2	7	1
15	Копыл	27	14	15	9	9	9	7	7	7	4	6	2
16	Васильев	27	12	13	12	8	8	7	4	7	3	6	2

17	Бесак	18	7	13	6	5	6	5	6	3	4	1	1
18	Дудун	17	8	13	6	5	5	5	6	4	4	1	1
19	Горькой	29	16	14	12	7	9	7	5	7	2	7	2
20	Евлаев	26	13	13	11	9	5	6	7	5	5	7	4
21	Осман	25	11	11	12	8	8	8	7	5	5	7	2
22	Трианд	24	11	12	12	8	7	8	5	6	6	7	3
23	Погос	23	11	10	11	8	6	6	6	6	4	7	3
24	Шестак	19	7	11	10	9	4	5	4	5	5	7	5
25	Посквит	17	8	10	12	7	4	8	4	4	5	7	3
	Загальне середнє значення	24,3	11,9	12,8	10,7	8,0	7,4	6,6	5,5	5,9	3,7	6,3	2,7

Таблиця 6

Данні опитування студентів експериментальної групи після експерименту за методикою Е. Шострома

№	ПІБ	Тс Компетентність у часі	І Підтримка	Sav Ціннісні орієнтації	Ех Гнучкість поведінки	Fr Сензитивність до себе	S Спонтанність	Sr Самоповага	Sa Самоприйняття	Nc Уявлення про природу людини	Sy Синергія	A Прийняття агресії	C Контактність	Sod Пізнавальні потреби	Cr Креативність
1	Платон	10	72	15	15	9	8 13	16	9	4	8	9	10	12	10
2	Рас	10	73	18	16	5	6 14	13	8	5	6	11	9	9	10
3	Мих	7	81	16	17	10	9 16	15	6	3	14	16	9	11	7
4	Поп	12	76	21	12	9	10 16	15	8	4	11	16	5	10	12
5	Клоч	10	73	17	18	6	8 16	15	7	6	13	15	3	9	10
6	Подшивал	12	75	18	18	6	8 14	16	9	6	13	14	2	10	12
7	Степан	12	67	15	17	5	8 12	14	6	6	6	12	6	9	12
8	Данил	12	70	18	11	6	5 15	15	5	3	12	13	6	10	12
9	Антимон	11	69	17	11	6	5 14	14	6	3	12	13	7	10	11
10	Голубов	13	70	18	11	6	5 15	14	5	3	12	12	7	9	13
11	Солов	12	71	18	11	6	5 14	14	5	3	12	11	8	11	12
12	Колеси	12	73	18	11	6	5 15	13	5	3	12	12	6	10	12

13	Вил	11	82	18	17	10	7	15	20	9	5	13	14	8	9	11
14	Юрьев	13	67	12	16	5	8	11	18	8	3	7	12	8	9	13
15	Копыл	7	66	16	14	6	5	14	9	6	3	8	17	5	10	7
16	Васильев	12	71	16	16	4	6	13	13	5	5	8	11	5	6	12
17	Бесак	10	59	13	10	4	6	12	12	6	3	9	8	7	8	10
18	Дудун	9	58	14	10	4	6	12	12	5	3	9	9	6	7	9
19	Горькой	18	67	15	14	6	7	14	15	6	2	9	13	3	5	18
20	Евлаев	10	59	13	14	6	5	9	11	8	5	7	11	5	6	10
21	Осман	8	65	14	11	8	8	9	13	8	2	8	11	7	9	8
22	Трианд	12	69	14	15	8	11	13	14	6	3	10	13	5	11	12
23	Погос	8	65	14	8	10	11	12	9	7	6	14	10	5	8	8
24	Шестак	10	59	13	7	6	6	11	12	5	4	8	9	5	10	10
25	Посквит	7	58	12	15	7	6	4	11	4	3	6	8	5	7	7
26	Загальне середнє значення	10,7	68,6	15,7	13,4	6,6	7,0	12,9	13,7	6,5	3,8	9,9	12,0	6,1	9,0	10,7