

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
КИЇВСЬКИЙ ІНСТИТУТ СУЧАСНОЇ ПСИХОЛОГІЇ ТА ПСИХОТЕРАПІЇ**

Кафедра клінічної психології

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА МАГІСТРА

на тему:

Криза смислу та життєвих перспектив в юнацькому віці

Виконала:

студентка 2-го курсу групи ПМ - 203
спеціальності 053 Психологія
освітньо-професійна програма Клінічна
психологія

Юр`єва Надія Миколаївна
(прізвище, ім'я, по батькові)

Науковий керівник:

Д.МЕД.Н.
(наукова ступінь, вчене звання)

Полшкова Світлана Геннадіївна
(прізвище, ім'я, по батькові)

Робота рекомендована до захисту
рішенням кафедри клінічної психології

Протокол № _____ від «_____» червня 2022р.

Зав. кафедри _____ д.психол.н.,с.н.с. Лисенко Ірина Павлівна
підпис (наукова ступінь, вчене звання ,прізвище, ім'я, по батькові)

Київ – 2022

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
------------	---

РОЗДІЛ I ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ КРИЗИ СМISЛУ ТА ЖИТТЄВИХ ПЕРСПЕКТИВ

1.1 Поняття кризи смислу та життєвих перспектив.....	6
1.2 Психологічні особливості юнацького віку.....	16
1.3 Особливості переживання смисложиттєвої кризи в юнацькому віці.....	21
1.4 Криза смислу та життєві перспективи в юнацькому віці.....	24
Висновки до розділу 1.....	26

РОЗДІЛ II. МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ДОСЛІДЖЕННЯ

2.1. Опис методик дослідження, спрямованих на встановлення особливостей зв'язку кризи смислу і життєвих перспектив у студентів факультету кібернетики 1 та 4 курсів.....	27
2.2. Аналіз надійності обраних методик.....	29
Висновки до розділу 2.....	31

РОЗДІЛ III. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ

3.1 Описові статистики та перевірка розподілів на нормальність.....	32
3.2 Кореляційні зв'язки між шкалами обраних методик.....	36
Висновки до розділу 3.....	45

ВИСНОВКИ.....	47
---------------	----

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ.....	49
-------------------------------------	----

Вступ

Актуальність дослідження. З одного боку, динамічні, з іншого – нестабільні соціально-економічні відносини створюють постійну конкуренцію, закріплюють у свідомості смислові цінності індивідуалізму, орієнтують на кар'єрне зростання, безперервне отримання знань і матеріальні досягнення. Батьки, які впливають, а часто й самостійно приймають рішення про вибір ВНЗ та факультету для своєї дитини, обирають найпопулярніші та найперспективніші професії, не враховуючи індивідуальні особливості дитини. Так факультет кібернетики став зараз одним з найпопулярніших. Попит на іт-спеціалістів продовжує рости у тому числі у зв'язку з пандемією, за час якої усі неформальні та ділові комунікації відбувалися по інтернету. Щоб створювати та підтримувати у робочому стані технології, що забезпечують цю комунікацію, потрібні компетентні спеціалісти у сфері ІТ. За даними LinkedIn, за останній рік у світі наймання співробітників на інженерні посади зросло на 25%.

На період навчання у ВНЗ припадає час найбільш інтенсивного психологічного та соціального формування особистості, її дорослішання, усвідомлення студентом його ролі та місця у суспільстві.

Прагнення зберегти цілісність та цінність особистості в процесі навчання породжує необхідність дослідження особливостей розвитку юнаків та дівчат в умовах освітнього середовища.

Апатія та нудьга, що проявляється, стали серйозним викликом як для психіатрів, психологів, так і для педагогів.

Одним з важливих факторів, що нівелює або загострює кризу, є життєва перспектива – сукупність уявлень індивіда про своє психологічне майбутнє та психологічне минуле, що існують у теперішньому.

У зв'язку з важливістю пошуку сенсу життя для особистісного розвитку в юнацькому віці, актуальним і необхідним є дослідження взаємозв'язку кризи смислу та життєвої перспективи у зазначений віковий період.

Проблема кризи смислу досліджувалася, як вітчизняними, так і зарубіжними

психологами. Аналізом цієї проблеми займалися У. Бенджамін, С. Кьєркегор, В. Франкл, С. Мадді, І. Ялом, А. Ленгле, С. Л. Рубінштейн, Ф. Е. Василюк та інші.

Особливості життєвої перспективи вивчали Ж. Нюттен, Ф. Зімбардо та Дж. Бойд. Підхід Є. І. Головахи та А. А. Кроніка розглядає взаємозв'язок між подіями в житті.

К. Альбуханова-Славська виділила психологічну, особистісну та життєву перспективу та ввела поняття своєчасності. Під своєчасністю розуміється узгодження, координація вимог соціального та особистого часу, що виступає умовою оптимальної організації та розподілу часу життя. Своєчасність проявляється у створенні особливої тимчасової спрямованості діяльності, в ході якої людина пов'язує розірвані, роз'єднані в часі об'єкти, надає їм певного ритму та швидкості.

Об'єкт дослідження. Криза смислу та життєві перспективи.

Предмет дослідження. Особливості переживання смисложиттєвої кризи у юнацькому віці.

Мета дослідження. Розкрити причину кризи смислу, яку переживають студенти на початку свого навчання та встановити особливості її проявів.

Завдання:

- Здійснити теоретичний огляд феноменів «криза смислу» та «життєва перспектива».
- З'ясувати особливості переживання кризи смислу в юнацькому віці.
- Дослідити особливості зв'язку кризи смислу і життєвих перспектив у студентів факультету кібернетики.
- Розробити практичні рекомендації.

Методи: теоретичний, емпіричний (методика вивчення тимчасової перспективи Ф.Зімбардо, тест смисложиттєвих орієнтацій Д. Леонтьєва), статистичний

Вибірка: студенти КНУ ім. Тараса Шевченка факультету комп'ютерних наук та кібернетики. З них 1 курс – 26 осіб, 4 курс – 17 осіб, чоловіки – 25 осіб, жінки – 18 осіб. Вік 17-21.

Теоретична значущість роботи

У ході теоретичного аналізу встановити прояви «кризи смислу» у юнацькому віці та визначити структуру життєвої перспективи, від сформованості якої залежить успішність всього подальшого життя людини.

Практична значущість роботи

Отримані результати можуть бути корисні для освітнього процесу, оскільки розкривають цілісніше розуміння індивідуальних, ціннісно- смислових і духовних потреб і виборів людини в юнацькому віці, а також важливості формування життєвої перспективи. Не менш корисними отримані результати будуть для психологів, що працюють із запитом кризи смислу та відсутності життєвої перспективи у юнаків та дівчат у юнацькому віці.

РОЗДІЛ I. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ КРИЗИ СМISЛУ ТА ЖИТТЄВИХ ПЕРСПЕКТИВ

1.1. Поняття кризи смислу та життєвих перспектив

Аналіз філософських, методологічних і психологічних уявлень про переживання смисложиттєвої кризи дозволяє виділити кілька підходів до визначення її сутності. Гуманістичний підхід пов'язує переживання цієї кризи з розвитком самоактуалізації та метапотреб людини, суб'єктно-діяльнісний – з віковими завданнями, власною активністю, життєвими подіями, екзистенційно-феноменологічний – з екзистенцією людини, переживанням цінностей та екзистенційності життя.

Різноманітність досліджень обумовлює суперечливість визначення розглядаємого феномену: неоднозначність наповнення поняття «смысл життя» та різні уявлення про прояви «смисложиттєвої кризи».

За С. Л. Рубінштейном, переживання первинне, це насамперед психічний факт як «шматок» власного буття людини, специфічний прояв його індивідуального життя.

На думку С. Л. Рубінштейна, необхідною умовою виникнення смислу життя є виникнення рефлексії відносно свого існування.

У роботах Ф. Є. Василюка переживання розглядається як особлива діяльність з подолання деякого «розриву» життя, як відновлювальна робота, як те, що продукує сенс або свідомість і є механізмом смислоутворення. У процесі переживання людина постійно спостерігає себе, повертається до себе, до свого «Я», ціннісно-смыслового ядра – з метою його зміни, перебудови, встановлення відповідності між свідомістю та буттям, підвищенням свідомості існування.

У працях Д. А. Леонтьєва осмисленість життя розглядається як енергетична характеристика смислової сфери, кількісна міра ступеня та стійкості направленості життєдіяльності суб'єкта на певний смисл.

Осмисленість життя не є внутрішньо однорідною структурою, так як її елементи можна розглядати як складові смисла життя особистості. До першої

групи входять смисложиттєві орієнтації: цілі в житті, осмисленність життя, задоволеність досягнутою ціллю самореалізації. Д. А. Леонтьєв відмічає, що ці три категорії співвідносяться з метою (майбутнім), процесом (теперішнім) та результатом (минулим). До другої групи входять 2 фактори, що характеризують внутрішній локус контролю, перший з них характеризує загальну світоглядну установку на те, що контроль встановлено над життям, а другий локус контролю відображає віру у власну здатність здійснювати такий контроль [4, 250-256]

У. Бенджамін характеризує нездатність знайти смисл життя як переживання безглуздості, С. К'еркегор – як духовний відчай, В. Франкл – як екзистенційний невроз, "вакуум", який відрізняють такі ознаки, як безплановість, фаталістична установка до життя. Франкл стверджував, що наше існування руйнується без «сильної ідеї» та цитував Альберта Енштейна: «людина, що вважає, що її життя не має сенсу, не просто нещаслива – така людина ледве ладна жити».

Кажучи про невроз часу, Франкл зазначає, що ми маємо справу з фрустрацією екзистенційних потреб. Сьогоднішній пацієнт вже не стільки страждає від почуття неповноцінності, як у часи Адлера, скільки від глибинного почуття втрати смислу, яке пов'язане з відчуттям порожнечі, тому має сенс говорити про екзистенційний вакуум. Доречно згадати листа, який написав Франклу один американський студент: "Тут, в Америці, я з усіх боків оточений молодими людьми мого віку, які відчайдушно намагаються знайти смисл свого існування. Нещодавно помер один із моїх найкращих друзів, якому знайти цей смисл не вдалося". Особисті враження Франкла від американських університетів - а тільки в США він мав можливість читати лекції та спілкуватися таким чином зі студентами у 129 університетах - підтверджують репрезентативність наведеного уривку з листа тією мірою, якою воно стосується загального настрою та відчуття життя, які володіють сьогодні академічною молоддю [5, 28]

А. Ленгле, послідовник Віктора Франкла, стверджує, що до переживання

втрати значимості життя, його смислу, призводить до блокування екзистенції. Екзистенція – це наповнене змістом життя, що втілюється вільно і відповідально, що створюється самою людиною у світі, з якою вона перебуває у відносинах.

Згідно теоретичної моделі Альфріда Ленгле, що розроблена в рамках екзистенційного аналізу як напрямку психотерапії, фундаментальні мотивації об'єднані у 4 питання:

- питання існування у світі;
- питання цінності життя;
- питання виправдання власного;
- питання сенсу екзистенції.

Якщо екзистенцію втрачено, усе у житті переживається безглуздом, стає абсурдом. Людина зупиняється, втрачається.

Відстоювання, по-перше, самої можливості існування у світі, по-друге ціннісної сторони життя, по-третє – право реалізовувати у житті власне, створюють необхідні передумови для знаходження смислу.

На думку Ленгле, у юнацькому віці робиться крок до аутентичності, де сходяться автономність та внутрішня свобода при одночасній здатності відповідати за себе та нести навантаження наповненої смислом відповідальності [2, 23].

С. Мадді розглядає екзистенційне відчуження як переживання безглуздості – нездатне проникнутися істинністю, важливістю, корисністю чогось, у чому людина бере участь, чи може уявити себе таким, що бере участь.

Життєва перспектива одна з найцікавіших і найменш розроблених у психології. Особливість її в тому, що сприйняття себе в часі дуже індивідуальне, суб'єктивне і здебільшого залежить від особистісних особливостей людини, від її минулого досвіду, і сформованого світогляду. У своїх працях до проблеми життєвої перспективи особистості зверталось багато вітчизняних та зарубіжних філософів та психологів, таких як Ж. Нюттен, В. Ленс, Ф. Зімбардо, Є. Головаха та А. Кронік, К. Абульханова-Славська та інші.

Слід зазначити, що дослідники цієї проблеми використовують різні синонімічні поняття такі, як «життєва перспектива», «тимчасова перспектива», «життєвий час особистості», «життєвий сценарій» і т.д. Найбільшого поширення в теоріях часової організації життєвого шляху набув термін «перспектива».

Існує деяка неясність у розумінні, що стоїть за терміном «життєва перспектива» і які параметри необхідно вимірювати при його вивченні. Більшість дослідників у якості одиниці аналізу часової перспективи виділяють події життя. При цьому одні автори обмежуються у своїх дослідженнях тільки часовим відрізком майбутнього, не розглядаючи минуле. А інші пропонують вивчати не події, як такі, а лише ставлення людини до тих чи інших періодів свого життя. Треті акцентують увагу на регуляторних можливостях часової перспективи.

Аналізуючи різні підходи до поняття життєвої перспективи можна умовно відзначити кілька напрямів, у межах яких цей феномен визначається як:

- утворення мотивації, що виникла в рамках задоволення когнітивної потреби щодо досягнення поставлених цілей, шляхом розробки плану (Т. Гісме, Ф. Зімбардо, К. Левін, Ж. Нюттен, П. Фрес);

- уявлення про майбутнє, що забезпечує присутність у свідомості особистості смислу свого життя, яке відіграє важливу роль у розвитку людини та досягненні зрілості (А. Адлер, Б. Г. Ананьєв, Л. С. Виготський, А. Н. Леонтьєв, С. Л. Рубінштейн, В. Франкл);

- очікувані та програмовані події, які виражаються в образі цілей, з якими людина пов'язує смисл свого життя (Є. І. Головаха, А. А. Кронік, Д. А. Леонтьєв);

- здатність особистості усвідомлено передбачати майбутнє, робити його прогноз, вміння уявити себе в майбутньому (К. А. Абульханова-Славська, Т. М. Березіна).

Для виділення параметрів життєвої перспективи, а також методів її

дослідження проаналізуємо основні теоретичні моделі.

У зарубіжній психології погляди Ш. Бюлер зіграли визначну роль у розвитку теорії життєвої перспективи. Вона встановила закономірності у зміні фаз життя та домінуючих тенденцій, а також у змінах життєдіяльності залежно від віку.

К. Левін, під час розробки теорії поля, з'ясував, що життєвий простір людини містить у собі не тільки географічне і соціальне оточення, але має також часовий вимір. У ході здійснення взаємозв'язку між минулим, сьогоденням та майбутнім, він зазначив, що коли особистість сприймає, переживає своє становище зараз, то воно неминуче пов'язане з його очікуваннями, уподобаннями, баченням про майбутнє та минуле. Внесення минулого та майбутнього життя в рамки сьогодення та їх присутність у теперішньому К. Левін назвав життєвою перспективою.

Психологічне минуле, сьогодення та майбутнє входять як частини в психологічне поле сьогодення. Область психологічного поля визначають масштаби часу - включаючи найближче майбутнє та минуле, а також віддалене минуле та майбутнє. К. Левін також назвав це явище як «загальність поглядів особистості на психологічне майбутнє і психологічне минуле, що існує зараз на реальному та різних ірреальних рівнях» [19; 25]

При вивченні часової перспективи Ж. Нюттен бере до уваги два аспекти: зміст подій минулого і майбутнього, а також структуру часових уявлень [7]

Згідно з Нюттеном, людина не лише пристосовується до світу, а й адаптує світ до своїх планів, проектів та потреб. Мотивацію людини не можна зрозуміти, розглядаючи її у вузьких рамках біологічних адаптивних процесів

«Адаптацію швидше слід розглядати як вторинний механізм, вторинний у тому сенсі, що він обслуговує більш фундаментальний динамізм. Цей фундаментальний динамізм не адаптація себе до світу, а реалізація себе у світі» [7, 8].

Структурний аналіз життєвої перспективи автор пропонує проводити за низкою параметрів: протяжність або глибина часової перспективи;

насиченість розподілу подій у різні періоди; ступінь структурованості розрізнених подій; ступінь яскравості та реалістичності сприйняття подій суб'єктом.

У якості одиниці аналізу також виділяється узагальнююча характеристика - часова інтеграція, яка відображає сприйняття людиною зв'язків між діями в теперішньому і подіями минулого або майбутнього. Для вивчення складових життєвої перспективи Ж. Нюттен запропонував Метод мотиваційної індукції (Metode d'Induction Motivationelle), спрямований на виявлення тимчасової послідовності значущих подій життя.

Методика призначена для вивчення змісту мотивації та часової перспективи через аналіз цілей, сформульованих самими респондентами.

Ж. Нюттен відзначає значимість не тільки когнітивної складової часової перспективи, а й емоційної. Для цього він пропонує використати поняття

«часова установка» та «часова орієнтація». Надалі цей напрямок досліджень продовжують розвивати В. Ленс, Т. Гісме.

Т. Гісме також брав участь у дослідженні життєвої перспективи майбутнього, визначаючи її як "орієнтацію на майбутнє". У більшій мірі цей конструкт створювався як пов'язаний з орієнтацією на успіх та невдачу.

Представники мотиваційного підходу підкреслюють регулятивне значення всіх складових життєвої перспективи. Протяжність і насиченість часової перспективи відіграють важливу роль у побудові цілей, планів та проектів.

Людина, яка дивиться далеко вперед, створює довгострокові проекти і здатна знаходити більше шляхів їх реалізації. Часова інтеграція дозволяє людині зрозуміти значимість діяльності у теперішньому для досягнення віддалених цілей.

Цікавим у плані узагальненого розгляду життєвої перспективи є підхід Ф. Зімбардо та Дж. Бойда. У цьому підході найбільш повну розробку отримала категорія часової орієнтації, яка розглядається як оціночний компонент роздумів людини про минуле, сьогодення, майбутнє. Ф. Зімбардо обґрунтовує

необхідність вивчення часової орієнтації в єдності її мотиваційної, емоційної, когнітивної та соціальної складових. Часова орієнтація може піддаватися впливу зовнішніх факторів, ситуації, але при цьому вона може стати відносно стабільною характеристикою особистості, коли у поглядах людини на життя починає переважати орієнтація на певний часовий період.

Для вивчення часової орієнтації людини Ф. Зімбардо був розроблений опитувальник *Zimbardo Time Perspective Inventory*. Ф. Зімбардо спільно з А. Гонзалесом виділили п'ять основних тимчасових орієнтацій: негативне минуле, гедоністичне сьогодення, майбутнє, позитивне минуле, фаталістичне сьогодення, які відображають характер ставлення до тимчасових періодів життя та загальну спрямованість поведінки індивіда.

Ф. Зімбардо та колеги також визначають «збалансовану часову орієнтацію», яка дозволяє гнучко перемикатися між минулим, майбутнім і сьогоденням залежно від вимог ситуації та значення тієї чи іншої події для людини. Поведінка людей з такою часовою орієнтацією характеризується компромісом або балансуванням між знаннями минулого досвіду, бажаннями сьогодення та уявленнями про майбутні наслідки. Збалансована тимчасова орієнтація властива людям, які перебувають у стабільній життєвій ситуації. Стреси, хвороби, життєві кризи часто призводять до того, що люди замикаються в теперішньому чи йдуть у спогади «прекрасного» минулого.

Типологічний підхід у вивченні життєвої перспективи набув свого поширення у рамках концепції особистісної організації часу. У логіці даного підходу центром виступає особистість як активний суб'єкт, як інтегратор, організатор, координатор часу на різних рівнях регуляції. Часова перспектива тут розглядається з погляду її регулятивних можливостей.

Розглядаючи питання про часовий аспект людського існування, К. А. Абульханова-Славська виділила психологічну, особистісну та власне життєву перспективи як три різних явища. Психологічна чи когнітивна перспектива визначає здатність особистості свідомо і досить детально будувати життєві плани, структурувати майбутнє, бачити свої перспективи та себе у

майбутньому.

Особистісна перспектива трактується як здатність людини на будь-якому віковому етапі свідомо, уявно передбачати майбутнє, а також готовність до нього у сьогоденні та установку на його досягнення. Життєва перспектива – це реальний життєвий потенціал особистості, закладений її минулим досвідом, рівнем її розвитку, її наявними здібностями.

У роботі «Стратегія життя» для характеристики життєвого шляху К. А. Абульханова-Славська вводить поняття «життєва позиція», «життєва лінія», «стратегія життя», «життєва перспектива». Життєва позиція – це життєві відносини, спосіб їх реалізації, що відповідає (або не відповідає) потребам, цінностям особистості. Це відпрацьований особистістю за даних умов спосіб свого життя, місце у професії, спосіб самовираження. Радикальна зміна життєвої позиції може бути результатом невирішених протиріч чи реалізації себе у неоптимальних напрямках.

Основним внутрішнім критерієм особистості у реалізації її життєвої програми стає активність. Активність виходить із потреби у діяльності. Її основною властивістю є приналежність людині, поза якою вона не може існувати. Активність може реалізовуватися дієво-практично, чи структурно-умоглядно. Протягом життя особистості активність набуває різної спрямованості у зв'язку з орієнтацією на конкретні досягнення чи високі духовні цінності. Вона залежить як від внутрішніх передумов, і від зовнішніх умов. Час сприймається як зовнішній чинник, який виявляє індивідуальні відмінності у способі життя.

Таким чином, автор розглядає час з погляду організації людиною з метою реалізації запланованого шляху.

К.А. Альбулханова-Славська та Т.М. Березіна сформулювали низку гіпотез, які лягли в основу їхньої психологічної теорії щодо організації часу:

Структура особистої організації часу містить три компоненти: усвідомлення часу, його емоційний досвід та практична організація часу.

Існують як індивідуальні відмінності у сприйнятті часу, так і

типологічні, що виявляються на особистісному рівні.

Час представлений у свідомості людини як континуум (сьогодення, майбутнє). І тут пам'ять – це форма збереження минулого. «Час життя такий, який не можна повернути з одного боку, і багатообіцяючий, з іншого боку» [9, 259]

Розробники причинно-цільової концепції психологічного часу Є. І. Головаха, А. А. Кронік проблемою дослідження визначили особливості відображення та оцінювання людиною свого життя. Основним предметом вивчення визначили події минулого, теперішнього і майбутнього у їх взаємозв'язку.

Для вивчення структури часових уявлень особистості Є. І. Головаха, А. А. Кронік запропонували розгорнуту систему аналізу міжподієвих зв'язків.

У відносинах «причина — наслідок» попередні події детермінують наступні. У відносинах «засіб — мета» наступні події є детермінантою попередніх. Розуміння та осмислення мотиваційних зв'язків у своєму житті дозволяють людині оцінити цілісну картину життя в єдності минулого, сьогодення та майбутнього. Аналіз кількості і характеру міжподієвих зв'язків дає можливість вивчати актуальність, реалізованість та потенційність часових відрізків життєвого шляху, тобто наявність у людини значних спогадів, переживання та очікувань.

Є. І. Головаха та А. А. Кронік доповнюють цей список і вказують, що міжподієві зв'язки дозволяють вивчати такі феномени як інверсії віддаленості (розугодження хронологічної і психологічної віддаленості подій), тимчасові децентрації (відділення особистого тимчасового центру від моменту хронологічного сьогодення та перенесення цього центру в будь-який інший момент минулого або майбутнього), насиченість і продуктивність життя. Продовжуючи розвивати їх ідеї, Р. А. Ахмеров вказав на те, що дані феномени можуть виступати показниками біографічних криз особистості.

А. А. Кронік також зазначає, що зв'язки між подіями є одиницею виміру особистісних показників, які характеризують або особистість в цілому, або

тільки в її психологічному минулому, сьогодні, майбутньому. Ці показники відображають такі індивідуальні змінні як стратегічність, цілеспрямованість, почуття реальності, внутрішня конфліктність, раціональність, впевненість, задоволеність життям. Як інтегральна характеристика суб'єктивної картини життєвого шляху виділяється узгодженість тимчасових уявлень та психологічний вік особистості.

В.Н. Дружинін вважав, що існують незалежні від індивіда, винайдені людством варіанти життя, що відтворюються в часі. Людина в залежності від конкретних обставин може вибрати той чи інший варіант, але варіант життя може бути йому нав'язаний. Ступінь свободи індивіда і міра тиску на нього зовнішнього світу – соціального середовища – залежить від конкретних історичних умов. Поняття «варіант життя» є цілісною психологічною характеристикою індивідуального буття та визначається типом ставлення людини до життя. Існують психологічні параметри, за допомогою яких можна дати опис варіантів життя, але вони важко формалізовані, хоч і піддаються вербалізації. Варіант життя формує людську особистість, "типізує" її.

Проведений аналіз теоретичних підходів дозволяє виділити ряд параметрів вивчення часової перспективи: часові рамки окремих періодів життя (минуле, сьогодні, майбутнє); зміст та структуру часових уявлень; ставлення до минулого, сьогодні та майбутнього; взаємозв'язки між подіями та періодами життя, а також інтегральні характеристики, що відображають рівень узгодженості, збалансованості часової перспективи. Усі існуючі теоретичні підходи можна проаналізувати з погляду найбільш повної представленості різних параметрів часової перспективи в теорії, а також наявності розробленого інструментарію для дослідження тимчасової перспективи особистості.

1.2. Психологічні особливості юнацького віку

Рання юність – це 15–17 років. Пізню юність відносять до 20 – 23 років. По-різному визначаючи хронологічні межі юності, психологи єдиної думки про те, що цей період характеризується вирішенням завдань професійного самовизначення, виробленням ціннісних орієнтацій та ідеалів, сталого світогляду.

Для дитини з усіх вимірів часу найважливішим, а то й єдиним є теперішній час. У юнацтві ж часовий горизонт розширюється як вглибину, охоплюючи віддалене минуле й майбутнє, так і в ширину, включаючи не тільки особисті перспективи. Як писав А. С. Макаренко, чим старше вік, тим далі відсувається обов'язкова грань найближчої перспективи.

Зміна часової перспективи тісно пов'язана з переорієнтацією з зовнішнього контролю на самоконтроль і збільшенням потреби у досягненні конкретних результатів [8, 89]

Важливий внесок у розуміння юнацької психології зробив Курт Левін (1890-1947). Він виходив з того, що людська поведінка є функція, з одного боку – особистості, а з іншого – оточуючого середовища.

Найважливішими процесами перехідного віку Левін вважає розширення життєвого світу особистості, кола її спілкування, групової приналежності та типу людей, на яких вона орієнтується. Для психіки на його думку типовими є внутрішні протиріччя, невизначеність рівня домагань, підвищена сором'язливість та одночасно агресивність, схильність займати крайні позиції та точки зору.

Цінність концепції Левіна полягає у тому, що він розглядає юність як соціально-психологічне явище, пов'язуючи психічний розвиток особистості зі зміною її соціального статусу. І, якщо Левін та інші представники соціально-психологічної орієнтації пов'язують юнацьку психологію з особливостями соціального статусу, то видатний швейцарський психолог Жан Піаже (1896-1980) сконцентрував свою увагу на специфічності юнацького мислення. За

Піаже схильність до теоретизування стає віковою особливістю. Дитина

мислить перш за все категорією теперішнього, а у юнака на перший план виступають категорії можливостей.

Великий вплив на теорію юності здійснив психоаналіз. Хоча Зігмунд Фройд (1856-1939) і не створив системної теорії юнацького віку, він сформулював цілий ряд важливих положень про природу юнацьких сексуальних емоційних процесів та особливостей розвитку юнацької особистості. Ці ідеї у подальшому були розроблені його дочкою Анною Фрейд та багатьма послідовниками.

За даними І. С. Кона, Е. Еріксона в юнацькому віці відбувається переживання почуття «інтимності»; планування кар'єри та залучення до професійного середовища; розвиток здатності до особистісного вибору, вміння проявити свободу та відповідальність по відношенню до реалізації життєвих цілей та сенсів, формування потреби в інтегруванні різних проявів життя свого «Я», а також відносин, що конкретизують екзистенцію людини.

Головне психологічне надбання цього віку – відкриття свого внутрішнього світу. Отримавши здатність занурюватись у себе, в свої переживання юнак знову відкриває цілий світ нових емоцій. Відкриття свого внутрішнього світу – радісна та водночас хвилююча подія. Разом із усвідомленням своєї неповторності, несхожості на інших приходить почуття самотності.

Юнацьке «я» ще не визначене, воно розпливчате, часто воно переживається як відчуття внутрішньої пустоти, яку необхідно чимось заповнити.

Задачами юнацького віку є:

Становлення Я-концепції

Р.Бернс, один із провідних англійських учених у сфері психології, так визначає поняття Я – концепція: це сукупність всіх уявлень людини про себе, пов'язана з їх оцінкою.

Юнак звикає до своєї зовнішності, формує відносно стійкий образ свого

тіла, приймає свою зовнішність і стабілізує пов'язаний з нею рівень

домагань. Поступово на перший план виступають інші властивості «Я» – розумові здібності, вольові і моральні якості, від яких залежить успішність діяльності та відносини з оточуючими.

Становлення нового рівня самосвідомості

Становлення нового рівня самосвідомості у ранній юності йде за напрямками, виділеними ще Л.С. Виготським, - інтегрування образу себе, «переміщенню» його «ззовні всередину».

Становлення ідентичності

Юнацький вік, за Е. Еріксоном, будується навколо кризи ідентичності, що складається із серії соціальних та індивідуально-особистісних виборів, ідентифікацій та самовизначень. Якщо юнакові не вдається вирішити ці завдання, у нього формується неадекватна ідентичність.

Головна небезпека, якої має уникнути, юнак, на думку Еріксона, це – розмивання почуття свого «я», унаслідок розгубленості, сумнівів у можливості направити своє життя у певне русло.

Формування виражених соціальних потреб

Юність характеризується як період виражених соціальних потреб. Потреба у дружбі, у підтвердженні власного Я у момент зустрічі друга. Головне переживання, яке її характеризує, - це пізнання близькості іншої людини до себе, свого Я.

Становлення світогляду

Юнацький вік характеризується не просто збільшенням знань, а й величезним розширенням розумового світогляду юнака, появою в нього теоретичних інтересів та потреби звести різноманіття фактів до небагатьох принципів.

Самовизначення

У період юності людині необхідно створити свій життєвий план – вирішити питання, ким бути (професійне самовизначення) та яким бути (особистісне самовизначення).

Пошук смислу життя

Ми будемо спиратися на розуміння смислу життя наведене В. Франклом, тобто "вроджену мотиваційну тенденцію, властиву всім людям, що є основним двигуном поведінки та розвитку особистості". За Франклом смисл кожної людини у кожен період часу унікальний і єдиний. У людському житті смисл є завжди, треба тільки його знайти – усвідомити.

Часто юність вважають бурхливою, поєднуючи її у період із підлітковим віком. Пошуки свого місця у цьому світі, пошуки сенсу життя можуть стати особливо напруженими. Виникають нові потреби інтелектуального та соціального порядку, задоволення яких стане можливим лише у майбутньому. Цей період в одних може виявитися напруженим, а в інших пройти плавно. Взагалі вважається, що до повноцінного становлення особистість приводять пошуки та сумніви, характерні для юнацького віку. Ті, хто пройшов через них, зазвичай більшою мірою незалежні, творчо ставляться до справи, мають більш гнучке мислення, що дозволяє приймати самостійні рішення в складних ситуаціях порівняно з тими, у кого процес формування особистості проходив у цей час легко.

Існують ще два варіанти розвитку. Це, по-перше, швидкі, стрибкоподібні зміни, які завдяки високому рівню саморегуляції добре контролюються, не викликаючи емоційних різких зривів. Такі індивіди рано визначають свої життєві цілі. Однак у таких юнаків слабше розвинені рефлексія та емоційна сфера. Інший варіант пов'язаний з особливо болісними пошуками свого шляху. Такі юнаки імпульсивні, непослідовні у вчинках та у відносинах. Часто вони відкидають цінності батьків, але натомість неспроможні запропонувати нічого свого.

У юності, на думку А. Ленгле відбувається розширення горизонту. Багато з того, що в дитячому світі вважалось звичним та добре засвоєним, поза родиною не виходить або виходить по-іншому. Жорсткі уявлення про те, як влаштоване життя, зникають. Юність характеризується напругою, яка виникає у результаті того, що доводиться вирішувати дві протилежні задачі: пристосовуватися до нових умов та обмежуватися (говорити «ні», від чогось

відмовлятися), шукаючи згоди також і з самим собою [2, 27]

У цей період поступово формується професійна надійність. Вже на першому курсі студент переконаний у правильності обраної професії, або у помилці та необхідності змінювати свою професійну орієнтацію. Безпосередньо від вибору професії та типу навчального закладу, будуть розділені життєві шляхи юнаків та дівчат. Діапазон соціально-політичних ролей та пов'язаних з ними обов'язків та інтересів розширюється. Також одним із основних завдань студентського віку є підготовка чи створення сім'ї.

Таким чином, реалізація вікових завдань у юності сприяє формуванню суб'єктивної системи координат, що репрезентує структуру реальності в цілому. Важливу роль у цьому процесі відіграє переживання кризи, яка означає не загрозу катастрофи, а поворотний пункт і тим самим онтогенетичне джерело як сили, так і недостатньої адаптованості.

1.3. Особливості переживання смисложиттєвої кризи в юнацькому віці

Для періоду, що розглядається найбільш значущою є криза смислу життя, або смисложиттєва криза.

Причинами кризи є, по-перше, ціннісно-смилова саморегуляція поведінки, а по-друге, проблема вибору життєвих цінностей.

Прояви:

- У молодій людини спостерігається філософська інтоксикація свідомості, вона поринає у сумніви, роздуми.
- Починає шукати своє місце серед людей, свою діяльність, свій спосіб життя.
- Загострюється потреба у відокремленні, прагнення захистити свій внутрішній світ від вторгнення сторонніх та близьких людей для того, щоб через рефлексію зміцнити почуття особистості, щоб зберегти свою індивідуальність, реалізувати свої вимоги до визнання.
- Вибір професії. Сенс (новоутворення): вибір внутрішньої позиції, професійне самовизначення, і навіть оволодіння захисними механізмами, які дозволяють зовнішньо захищати себе від стороннього вторгнення та зміцнюють внутрішньо.

На думку А. Ленгле, юнак вирішує дві протилежні задачі: пристосовується до нових умов та відокремлюється (вчиться говорити «ні»), шукає узгодження із самим собою. Потрібно переживати відношення до самого себе та залишатися вірним собі.

У кінці юнацького періоду робиться крок до аутентичності. Коли людина готова відстоювати Власне у світі, бути такою, як вона є. Юнак шукає свій життєвий простір, життєві цінності та отримання права жити саме так, як вважає правильним саме він.

Проблема смислу життя є не тільки світоглядною. Ця проблема доволі практична. І відповідь на це питання криється як всередині людини, так і у

світі, де розкриваються її здібності, в діяльності та соціальній відповідальності.

Зміна структури соціальних ролей актуалізує запитання «Хто я?», «Ким я стану?», «Яким я хочу і можу бути?», «Яке саме моє місце у цьому світі?», «У якій діяльності розкриються мої індивідуальні здібності?»

Цей дефіцит, відсутність відповідей на екзистенційні запитання дуже болісно може відчуватися у юності, та може призвести до егоцентризму, замиканні на собі, особливо у молодих людей схильних до невротизму, враховуючи особливості попереднього розвитку (низький рівень самоповаги, погані контакти з оточуючими).

Треба зазначити, що на перераховані вище екзистенційні запитання немає та не може бути загальних відповідей. Їх потрібно вистраждати самотійно, дійти до них практичним шляхом. Видів діяльності багато і не можна сказати наперед, де людина знайде себе, якою вона буде.

Розглядаючи внутрішні, біологічні фактори прояву кризи в юнацькому віці, В. Е. Чудновський зазначає, що в цей період дорослішання життєві сили, що прибувають, відкривають можливості, налаштовують на пошук перспективи і життєвого смислу.

Таким чином, у юнацькому віці створюються передумови для прояву психологічного новоутворення – смислу життя, що розвивається на основі становлення головного мотиву (життєвої мети), виявлення та формулювання головного завдання, пов'язаного з найближчим майбутнім.

Ми хочемо зазначити, що криза є нормальним процесом на життєвому шляху особистості, оскільки сприяє перебудові особистості, а криза смислу життя – це обов'язковий етап, без проходження якого неможливий прогресивний розвиток та досягнення особистісної зрілості.

Криза смислу належить до ненормативних. Її не завжди можна передбачити. Вона переживається не кожним. Але неконструктивне подолання такої кризи може призвести до ускладнень. У молодій людині може виникнути деморалізація, зниження життєвої активності, а й іноді, у крайніх

випадках, може спостерігатися девіантна поведінка.

Досліджуючи, кризу смислу, ми будемо спиратися на напрацювання представників екзистенційно-феноменологічного підходу. Стрижневою проблемою екзистенційно-феноменологічного підходу, як і екзистенційної та феноменологічної філософії, є проблема людини й світу, смислу життя, його віднаходження чи втрати.

За А. Ленгле, екзистенція це – такий спосіб життя існування людини, коли вона постійно знаходиться у ситуації, яка запитує його Person: «Як залишатися у цій ситуації людиною?» І коли людина вчиняє саме у такий спосіб, вона відчуває глибоку узгодженість та насолоду.

1.4 Криза смислу та життєві перспективи у юнацькому віці

Ціннісно-сміслові орієнтації, визначаючи центральну позицію особистості, впливають на спрямованість та зміст соціальної активності, загальний підхід до навколишнього світу і самого себе, надають сенс та напрямок діяльності людини, визначають її поведінку та вчинки. Юнак прагне знайти сенс і відчуває фрустрацію або екзистенційний вакуум, якщо це прагнення залишається нереалізованим.

Ефективність конструктивного проходження життєвої кризи, на нашу думку, залежить від вміння планувати майбутнє, створювати індивідуальний життєвий план.

Життєвий план виникає тоді, коли предметом роздумів стає не тільки кінцевий результат, а й шляхи його досягнення, шлях яким планує слідувати юнак та суб'єктивні та об'єктивні ресурси, що для цього знадобляться.

Для психічного здоров'я важлива наявність життєвої перспективи: поєднання орієнтації на майбутнє з позитивним ставленням до минулого та теперішнього, що сприяє розвитку ідентичності та знаходженню унікального смислу під час входження у дорослість. В якості базисних порушень тимчасової перспективи при кризах виділяють блокування майбутнього і «чіпляння» за минуле, що негативно відбивається на мотивації в сьогоденні та негативно впливає на поточну когнітивну та емоційну діяльність. Тож доречно розглядати зв'язок життєвої перспективи у зв'язку з кризою смислу, яка, як ми зазначали раніше, є характерною для досліджуваного нами періоду.

В результаті проведеного аналізу нами було побудовано теоретичну модель дослідження (табл.1.1).

Табл.1.1.

**Психологічний зміст переживання смисложиттєвої кризи,
особливість зв'язку з життєвою перспективою**

Теоретичні характеристики	Емпіричні характеристики	Методики дослідження
Задоволеність життям	Результат життя. Задоволеність самореалізацією.	Шкали тесту «Смисложиттєві орієнтації в адаптації Леотьева»
Життєва перспектива	Позитивне минуле. Негативне минуле. Фаталістичне теперішнє. Гедоністичне теперішнє. Майбутнє.	Опитувальник часової перспективи особистості Ф. Зімбардо (ZTPI)
Екзистенціальна «виконаність»	Локус Я. Локус життя	Шкали тесту «Смисложиттєві орієнтації в адаптації Леотьева»
Екзистенціальна «включеність»	Життєві цілі. Усвідомленість життя	Шкали тесту «Смисложиттєві орієнтації в адаптації Леотьева»

Висновки до розділу 1

У ході теоретичного аналізу встановлено, що існують різні уявлення про прояви «кризи смислу». Багато дослідників зазначають, що ця криза притаманна студентам. Для них це час усвідомлення своєї ролі та місця у суспільстві.

Також аналіз психологічної літератури на тему показав, що у науці немає єдиного визначення «життєвої перспективи». Але всіма дослідниками визнається, що від сформованої життєвої перспективи багато в чому залежить успішність подальшого життя людини.

Особливий інтерес представляє вивчення особливостей життєвої перспективи у юнацькому віці, коли особистість стикається з надзвичайно значущим періодом життя, та основним видом діяльності стає навчально-професійна діяльність, завдяки якій закладаються основи майбутніх професійних досягнень людини. Крім того, цей час дає можливість юнакам та дівчатам розкрити свої можливості, потенціал, побудувати свою життєву позицію та проявити свою активність у соціумі.

Найбільш значущою проблема життєвої перспективи стає в студентському віці, коли людина стає дорослою не тільки в біологічному, а й у соціальному відношенні. Саме в цьому віці частіше всього відбувається вибір життєвого шляху. Все вищесказане надає особливого значення глибокому теоретичному і практичному вивченню феноменів криза смислу та життєвої перспективи у студентському віці і вивченню особливостей зв'язку. Ми маємо на меті проаналізувати взаємозв'язок кризи смислу та життєвої перспективи та надати рекомендації, що будуть корисними для освітнього процесу та для психологів, що працюють із запитамми кризи смислу та життєвої перспективи у юнацькому віці.

РОЗДІЛ II. МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ДОСЛІДЖЕННЯ

2.1 Опис методик дослідження, спрямованих на встановлення особливостей зв'язку кризи смислу і життєвих перспектив у студентів факультету кібернетики 1 та 4 курсів

Методика вивчення тимчасової перспективи Ф.Зімбардо розроблена американськими психологами під керівництвом професора Стенфордського університету Філіпа Зімбардо. Життєва перспектива розглядається авторами як фундаментальний вимір у структурі психологічного часу. Беручи за основу методу модель життєвого простору К.Левіна, Ф.Зімбардо вважає, що особливості сприйняття свого минулого досвіду та бачення майбутнього впливають на інтерпретацію та реакцію людини на події сьогодення, на прийняті ним рішення та поведінку. Опитувальник включає наступні п'ять вимірів: орієнтація на майбутнє, гедоністичне і фаталістичне сьогодення, позитивне та негативне ставлення до минулого. Окрім цього, автори пропонують оцінювати рівень збалансованості тимчасової перспективи. Збалансованість передбачає помірно високу вираженість орієнтації на майбутнє, гедоністичне сьогодення та позитивне минуле, і помірно низьку орієнтацію на фаталістичне сьогодення та негативне минуле.

Опитувальник включає наступні п'ять вимірів: орієнтація на майбутнє, гедоністичне і фаталістичне сьогодення, позитивне та негативне ставлення до минулого. Окрім цього, автори пропонують оцінювати рівень збалансованості часової перспективи.

Тест СЖО Д. Леонтєва є адаптованою версією тесту "Мета в житті" Крамбо і Махоліка. Це шкала, що включає в себе 20 пар альтернативних тверджень, кожне з яких в першій особі описує певну дію, переживання або стан. Учасникам опитування пропонується вибрати одне твердження з пари і оцінити за шкалою, наскільки ця дія, переживання або стан характерний для нього.

У результаті такої процедури з'ясовуються наступні показники: загальний показник осмисленості життя; три конкретні смисложиттєві

орієнтації (мета в житті; насиченість життя і задоволеність самореалізацією) і два аспекти локусу контролю («Я - господар життя»; «керованість життя»). У підгрупі конкретних змістовних орієнтації показник «мета в житті» пов'язується з орієнтацією на майбутнє; «Насиченість життя» - з орієнтацією на сьогодні, на процес життя і «задоволеність самореалізацією» - з орієнтацією на минуле (результативність життя).

У працях Д. А. Леонтьєва осмисленість життя розглядається як енергетична характеристика смислової сфери, кількісна міра ступеня та стійкості направленості життєдіяльності суб'єкта на певний смисл.

Серед анкетних питань ми задали наступне:

«Чи бачите ви своє майбутнє пов'язаним з професією?» та «Чи задоволені ви процесом навчання?»

Вибірка

1 курс – 26 осіб

4 курс – 17 осіб

З них опитано студентів 1 курс – 26 осіб, 4 курсу – 17 осіб. Чоловіки – 25 осіб, жінки – 18 осіб.

Усі, хто взяв участь у дослідженні, навчаються на факультеті кібернетики КНУ ім. Т.Г. Шевченка. Вік студентів, що взяли участь у дослідженні від 17 до 21 року.

2.2 Аналіз надійності обраних методик

Обробку отриманих під час проведення дослідження результатів ми почали з аналізу надійності отриманих даних.

За методикою вивчення тимчасової перспективи Ф.Зімбардо було встановлено високі рівні надійності за шкалами Негативне минуле, Гедоністичне теперішнє (Омега Макдональда ≥ 0.798) та достатньо непогані за рештою шкал. (див. Таблицю 1).

Розподіл виявився нормальним для всіх шкал, окрім шкали Позитивне минуле.

Таблиця 1 – Аналіз надійності шкал методики вивчення тимчасової перспективи Ф.Зімбардо

	Омега Макдональда	Критерій Шапіро-Вілка W	p-рівень Шапіро-Вілка	Розподіл
Негативне минуле	0.798	0.959	0.133	нормальний
Гедоністичне теперішнє	0.836	0.981	0.676	нормальний
Майбутнє	0.604	0.972	0.362	нормальний
Позитивне минуле	0.677	0.923	0.007	не нормальний
Фаталістичне теперішнє	0.715	0.974	0.429	нормальний

За методикою смисложиттєвих орієнтацій Леонтьєва було встановлено високі рівні надійності за шкалами Цілі в житті та Процес життя (Омега Макдональда ≥ 0.815) та достатньо непогані за рештою (див. Таблицю 2).

Розподіл виявився нормальним для всіх шкал, окрім шкали Локус контролю – життя.

Таблиця 2 – Аналіз надійності шкал методики смисложиттєвих орієнтацій Леонтьєва

Шкала	Омега Макдональда	Критерій Шапіро-Вілка W	p-рівень Шапіро-Вілка	Розподіл
Цілі в житті	0.815	0.979	0.612	нормальний

Процес життя	0.854	0.977	0.549	нормальний
Результативність життя / Вдоволеність самореалізацією	0.728	0.982	0.745	нормальний
Локус контролю - Я	0.617	0.975	0.480	нормальний
Локус контролю - життя	0.667	0.932	0.013	не нормальний

Висновки до розділу 2

Наша вибірка складалась із студентів КНУ ім. Тараса Шевченка факультету комп'ютерних наук та кібернетики. З них 1 курс – 26 осіб, 4 курс – 17 осіб, чоловіки – 25 осіб, жінки – 18 осіб. Вік 17-21.

Слід зазначити, що процедура дослідження обмежувалась онлайн форматом, але на час пандемії це був практично єдиний доступний спосіб отримання даних.

Для доопрацювання та поглиблення дослідження ми плануємо у майбутньому провести особисті інтерв'ю.

Встановити відмінності у структурі життєвої перспективи між студентами 1 та 4 курсу нам вдалось.

За методикою вивчення тимчасової перспективи Ф.Зімбардо було встановлено високі рівні надійності за шкалами Негативне минуле, Гедоністичне теперішнє (Омега Макдональда ≥ 0.798) та достатньо непогані за рештою шкал. (див. Таблицю 2.1).

Розподіл виявився нормальним для всіх шкал, окрім шкали Позитивне минуле.

За методикою смисложиттєвих орієнтацій Леонтьєва було встановлено високі рівні надійності за шкалами Цілі в житті та Процес життя (Омега Макдональда ≥ 0.815) та достатньо непогані за рештою (див. табл..2. 2).

Розподіл виявився нормальним для всіх шкал, окрім шкали Локус контролю – життя.

РОЗДІЛ ІІІ. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ.

3.1. Описові статистики за шкалами обраних методик та порівняння груп 1 та 4 курсів

Оскільки одна з задач нашої роботи – встановлення відмінностей у структурі життєвої перспективи між молодшим та старшим курсами студентів, ми здійснили перевірку гіпотез про середні.

За допомогою t-критерія Стьюдента було встановлено, що 1 та 4 курси відрізняються за шкалами Майбутнє (t-критерій Стьюдента = -3.778, $p < .001$) та Позитивне минуле (t-критерій Стьюдента = -3.490, $p = 0.001$) методики вивчення тимчасової перспективи Ф.Зімбардо.

Таблиця 3 – Перевірка гіпотез про середні за шкалами методики вивчення тимчасової перспективи Ф.Зімбардо

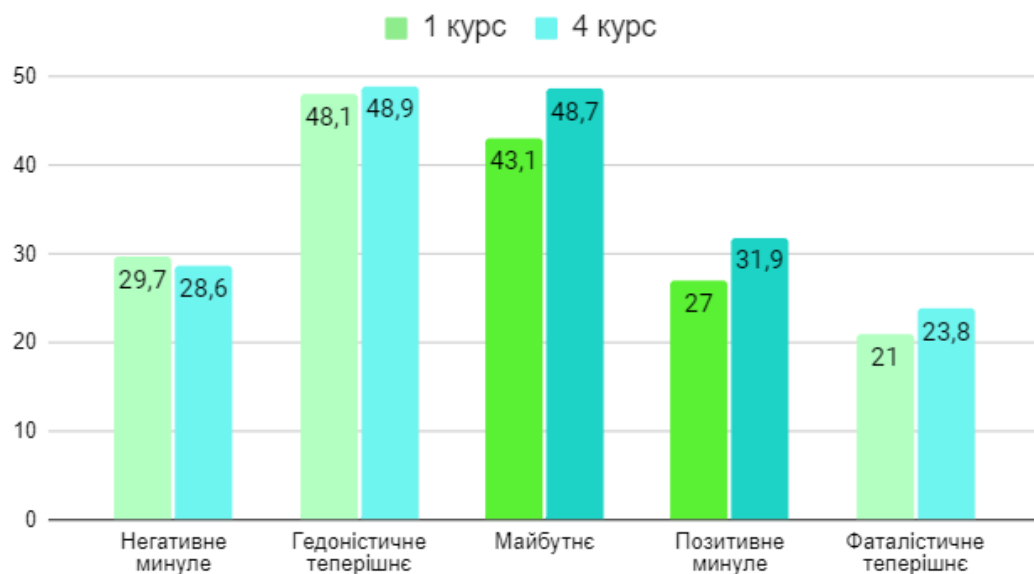
	Критерій	Статистика	Ступені свободи	р-рівень	Альтернативна гіпотеза
Негативне минуле	t-критерій Стьюдента	0.451	41.0	0.655	1 курс \neq 4 курс
Гедоністичне теперішнє	t-критерій Стьюдента	-0.253	41.0	0.802	1 курс \neq 4 курс
Майбутнє	t-критерій Стьюдента	-3.778	41.0	< .001	1 курс \neq 4 курс
Позитивне минуле	t-критерій Стьюдента	-3.490	41.0	0.001	1 курс \neq 4 курс
Фаталістичне теперішнє	t-критерій Стьюдента	-1.606	41.0	0.116	1 курс \neq 4 курс

З огляду на описові статистики (див. таблицю 4) можемо сказати, що 4 курс має вищий рівень як за шкалою Майбутнє, так і за шкалою Позитивне минуле.

Таблиця 4 – Середні значення за шкалами методики вивчення тимчасової перспективи Ф.Зімбардо для 1 та 4 курсів

Курс	Середнє		Середнє квадратичне відхилення	
	1 курс	4 курс	1 курс	4 курс
Негативне минуле	29.7	28.6	7.76	8.66
Гедоністичне теперішнє	48.1	48.9	9.18	10.5
Майбутнє	43.1	48.7	5.08	4.25
Позитивне минуле	27.0	31.9	4.98	3.65
Фаталістичне теперішнє	21.0	23.8	5.77	5.21

Встановлені відмінності візуально представлено на малюнку 1.



Малюнок 1 – Гістограми середніх за шкалами методики вивчення тимчасової перспективи Ф.Зімбардо для 1 та 4 курсів

За допомогою t-критерія Стьюдента та t-критерій Уелча було встановлено, що 1 та 4 курси відрізняються за шкалами: Цілі в житті, Локус контролю – Я та Локус контролю – життя (див. таблицю 5).

Таблиця 5 – Перевірка гіпотез про середні за шкалами методики смисложиттєвих орієнтацій Леонтьєва

	Критерій	Статистика	Ступені свободи	p-рівень	Альтернативна гіпотеза

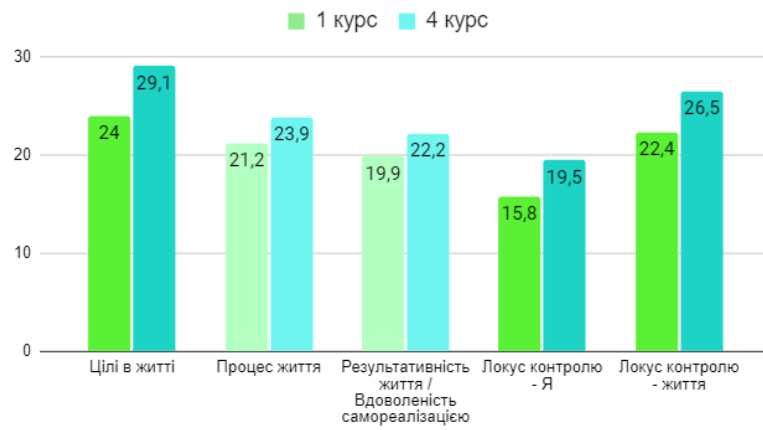
Цілі в житті	t-критерій Стьюдента	-2.40	41.0	0.021	1 курс ≠ 4 курс
Процес життя	t-критерій Стьюдента	-1.27	41.0	0.211	1 курс ≠ 4 курс
Результативність життя / Вдоволеність самореалізацією	t-критерій Уелча	-1.51	40.9	0.139	1 курс ≠ 4 курс
Локус контролю - Я	t-критерій Стьюдента	-2.97	41.0	0.005	1 курс ≠ 4 курс
Локус контролю - життя	t-критерій Уелча	-2.53	40.2	0.015	1 курс ≠ 4 курс

З огляду на середні значення в кожній з груп можна стверджувати, що за шкалами Цілі в житті, Локус контролю – Я та Локус контролю – життя 4 курс має вищі показники ніж 1 курс.

Таблиця 6 – Середні значення за шкалами методики смисложиттєвих орієнтацій Леонтєєва для 1 та 4 курсів

Курс	Середнє		Середнє квадратичне відхилення	
	1 курс	4 курс	1 курс	4 курс
Цілі в житті	24.0	29.1	7.20	5.84
Процес життя	21.2	23.9	7.49	5.51
Результативність життя / Вдоволеність самореалізацією	19.9	22.2	5.82	3.97
Локус контролю - Я	15.8	19.5	3.68	4.39
Локус контролю - життя	22.4	26.5	5.99	4.47

Встановлені відмінності візуально представлено на малюнку 2



Малюнок 2 – Гістограми середніх за шкалами методики смисложиттєвих орієнтацій Леонтєва для 1 та 4 курсів.

3.2 Кореляційні зв'язки між шкалами обраних методик

У подальшому ми дослідили взаємозв'язки між шкалами методики смисложиттєвих орієнтацій Леонтьєва та методики вивчення тимчасової перспективи Ф.Зімбардо на всій вибірці (1 та 4 курси).

За результатами кореляційного аналізу було встановлено, що серед шкал методики вивчення тимчасової перспективи Ф.Зімбардо найбільшу кількість кореляцій зі шкалами методики смисложиттєвих орієнтацій Леонтьєва має шкала Майбутнє. Ця шкала має позитивну кореляцію з кожною зі шкал смисложиттєвих орієнтацій, а також зі шкалою вік (див. таблицю 7).

Чим вищий рівень за шкалою майбутнє, тим вищий рівень смисложиттєвих орієнтацій.

Шкала Негативне минуле має низку негативних кореляцій зі смисложиттєвими орієнтаціями, а саме зі шкалами: Цілі в житті, Результативність життя / Вдоволеність самореалізацією, Локус контролю – життя та з Загальною шкалою смисложиттєвих орієнтацій.

Чим вищий рівень за шкалою Негативне минуле, тим нижчий рівень смисложиттєвих орієнтацій.

Шкала Позитивне минуле має позитивні кореляції зі шкалами Результативність життя / Вдоволеність самореалізацією, Локус контролю – життя та з Загальною шкалою смисложиттєвих орієнтацій.

Позитивне минуле має також позитивну кореляцію з віком.

Гедоністичне теперішнє має єдину позитивну кореляцію: зі шкалою Процес життя.

Шкала Фаталістичне теперішнє не має жодних кореляцій зі шкалами методики смисложиттєвих орієнтацій Леонтьєва.

Таблиця 7 – Кореляційні зв'язки між шкалами методики смисложиттєвих орієнтацій Леонт'єва та методики вивчення тимчасової перспективи
Ф.Зімбардо

		Негативне минуле	Гедоністичне теперішнє	Майбутнє	Позитивне минуле	Фаталістичне теперішнє
Цілі в житті	коэф. Спірмена	-0.353 *	0.094	0.404 **	0.235	-0.020
	p	0.020	0.547	0.007	0.129	0.897
Процес життя	коэф. Спірмена	-0.227	0.319 *	0.413 **	0.286	-0.096
	p	0.144	0.037	0.006	0.063	0.540
Результативність життя / Вдоволеність самореалізацією	коэф. Спірмена	-0.383 *	0.110	0.429 **	0.328 *	-0.080
	p	0.011	0.481	0.004	0.032	0.608
Локус контролю - Я	коэф. Спірмена	-0.297	0.050	0.624 ***	0.236	-0.132
	p	0.053	0.749	< .001	0.128	0.398
Локус контролю - життя	коэф. Спірмена	-0.348 *	0.147	0.447 **	0.390 **	-0.070
	p	0.022	0.347	0.003	0.010	0.658
Загальна шкала смисложиттєвих орієнтацій	коэф. Спірмена	-0.362 *	0.153	0.570 ***	0.337 *	-0.070
	p	0.017	0.327	< .001	0.027	0.656
Вік	коэф. Спірмена	-0.043	-0.070	0.493 ***	0.470 **	0.135
	p	0.786	0.653	< .001	0.001	0.389

Зрештою ми дослідили також кореляційні зв'язки віку зі шкалами методики смисложиттєвих орієнтацій Леонт'єва і встановили, що вік має позитивну кореляцію зі шкалою Цілі в житті (коэф. Спірмена = 0.403 **, p = 0.007), а також зі шкалою Локус контролю – Я (коэф. Спірмена = 0.475 **, p = 0.001).

Таблиця 8 – Кореляційні зв'язки віку зі шкалами методики смисложиттєвих орієнтацій Леонт'єва

		Вік
Цілі в житті	коэф. Спірмена	0.403 **
	p	0.007
Процес життя	коэф. Спірмена	0.196
	p	0.209
Результативність життя / Вдоволеність самореалізацією	коэф. Спірмена	0.206
	p	0.185
Локус контролю - Я	коэф. Спірмена	0.475 **
	p	0.001
Локус контролю - життя	коэф. Спірмена	0.243
	p	0.116

Серед анкетних питань ми задали наступне: Чи бачите ви своє майбутнє пов'язаним з професією?

1 курс (26 осіб):

Так - 19, можливо – 1, важко сказати – 2, ні – 4.

4 курс (17 осіб):

Так – 15, 50/50 – 1, ні - 1

Серед анкетних питань було також питання «Чи задоволені ви процесом навчання?»

Частка 1-курсників, вдоволених навчанням ($14/26 = 53,8\%$) здається дещо більшою, ніж 4-курсників ($10/17 = 58,8\%$), (див. Таблицю).

Таблиця 9 – Таблиця сполученості між курсом та задоволеністю процесом навчання

	1 курс	4 курс	Сума
вдоволені процесом наавчання	14	10	24
невдоволені процесом навчання	12	7	19
Сума	26	17	43

Проте при застосуванні критерію χ^2 -квадрат ($\chi^2 = 0.103$, $p = 0.748$) не було встановлено залежності між курсом та вдовolenістю процесом навчання.

Таблиця 10 – Критерій χ^2 -квадрат для встановлення залежності між курсом та мірою вдовolenістю процесом навчання.

	Значення	Ступені свободи	p
χ^2	0.103	1	0.748
N	43		

Ми досліджували також відмінність між чоловіками (25) та жінками (18) на всій вибірці, проте не було встановлено достовірної відмінності ні за шкалами методики вивчення тимчасової перспективи Ф.Зімбардо, ні за шкалами методики смисложиттєвих орієнтацій Леонтєва.

Таблиця 11 – Перевірка гіпотез про середні за шкалами методики вивчення тимчасової перспективи Ф.Зімбардо між чоловіками та жінками

	Критерій	Статистика	Ступені свободи	p-рівень	Альтернативна гіпотеза
Негативне минуле	t-критерій Стьюдента	-0.182	41.0	0.857	чоловіки \neq жінки
Гедоністичне теперішнє	t-критерій Стьюдента	-0.779	41.0	0.441	чоловіки \neq жінки
Майбутнє	t-критерій Стьюдента	0.785	41.0	0.437	чоловіки \neq жінки
Позитивне минуле	t-критерій Стьюдента	-0.586	41.0	0.561	чоловіки \neq жінки
Фаталістичне теперішнє	t-критерій Стьюдента	-0.567	41.0	0.574	чоловіки \neq жінки

Таблиця 12 – Перевірка гіпотез про середні за шкалами методики смисложиттєвих орієнтацій Леонтєва між чоловіками та жінками

	Критерій	Статистика	Ступені свободи	p-рівень	Альтернативна гіпотеза
--	----------	------------	-----------------	----------	------------------------

Цілі в житті	t-критерій Стьюдента	-0.897	41.0	0.375	чоловіки \neq жінки
Процес життя	t-критерій Стьюдента	-0.513	41.0	0.610	чоловіки \neq жінки
Результативність життя / Вдоволеність самореалізацією	t-критерій Стьюдента	-1.439	41.0	0.158	чоловіки \neq жінки
Локус контролю - Я	t-критерій Стьюдента	0.275	41.0	0.785	чоловіки \neq жінки
Локус контролю - життя	t-критерій Стьюдента	-0.398	41.0	0.693	чоловіки \neq жінки
Загальна шкала смыслжиттєвих орієнтацій	t-критерій Стьюдента	-0.634	41.0	0.529	чоловіки \neq жінки

3.3. Практичні рекомендації

З огляду на результати, які ми отримали у ході нашого дослідження, ми могли б рекомендувати психотерапевтам, що працюють із клієнтами юнацького віку та які скаржаться на безглуздість існування та відсутність смислу, користуватися можливостями логотерапії та екзистенційного аналізу.

У роботі А. Ленгле «Фундаментальні екзистенційні мотивації» (Langle A., 2003) описана структурна модель екзистенційного аналізу. Автором сформульовано мету сучасної екзистенційно-аналітичної терапії як досягнення здібності жити у стані внутрішньої узгодженості з собою, що означає визначити всередині себе «так» по відношенню до того, що ти робиш. Внутрішню узгодженість можна описати як можливість діяти та вирішувати складні ситуації так, щоб це призводило до прийняття себе та відповідальності за власні дії, призводило до екзистенційної свободи.

Доступ до волі людини стає фундаментом зрілого осмисленого життя, що характеризується схваленням себе, інших та прийняттям відповідальності. Тому всі методи логотерапії об'єднані загальною метою досягнення особистої, екзистенційної свободи, свободи Person.

Класичний екзистенційний аналіз сформульований В. Франклом виділяє дві здатності духовної людини: самодистанціювання та самотранстенденцію.

Самодистанціювання підкреслює здатність людини діяти всупереч власним психічним та біологічним механізмам. Як писав Франкл: «Людина вільна піднятися над площиною соматичних і психічних детермінант свого існування. Цим вона відкриває новий вимір. Людина проникає у вимір духовного порядку, який різко відрізняється від соматичних та психічних феноменів. Вона стає спроможною зайняти тверду позицію щодо світу, так само як і до самої себе».

Франкл наголошує, що люди не є бранцями своїх почуттів або оточення, вони можуть піднятися над егоцентризмом і поглянути на свою ситуацію з іншого погляду. Люди вільні у виборі та прийнятті рішення щодо того, куди

їм звернути, або присвятити себе чомусь чи комусь поза межами себе.

У сучасному екзистенційному аналізі на додаток до людської здатності до самодистанціювання та самотрансценденції, які вказуються у традиційній логотерапії, додається ще один ресурс Person – здатність до самоприйняття.

Методологічна структура екзистенційного аналізу та логотерапії

Перший рівень: орієнтація на ресурси. Інтервенції припускають, що пацієнт має необхідні персональні здібності. Консультант або терапевт підводить пацієнта до діалогу зовні і всередину, спираючись на припущення, що він самостійно знайде потрібні відповіді. Пацієнт сам знаходить свій шлях. Це означає, що він розуміє досвід, який був забутий, і стає відкритим для нового досвіду. Події, що становлять цей досвід, змушують пацієнта відчувати власну цілісність та справжність.

У результаті підтримки психотерапевта у клієнта змінюється перспектива, переосмислюються події минулого. Щоб отримати доступ до ресурсів Person, пацієнту необхідний імпульс, який якраз і дають терапевтичні відносини, повні емпатії. Методи, спрямовані на активізацію доступу до ресурсів, мають одну загальну основну ідею – вони переривають замкнене коло тривожності і призводять до встановлення феномену логічної відкритості до ситуацій, що сприймаються як загрозливі. Всі ці методи активують здатність пацієнта повернутися обличчям до власної невпевненості, закликають його більше не бути жертвою власного страху очікування чи фіксованих установок.

Другий рівень: орієнтація на проблему. Методи другого рівня відрізняються від методів першого тим, що вони приділяють більше уваги переживанню пацієнтом проблеми та травматичного досвіду. На другому рівні ми маємо справу з методами, що надають пацієнту можливість у проблемній ситуації налагодити відносини з самим собою та навколишнім світом. У процесі роботи стосунки пацієнта з внутрішнім і зовнішнім світом стають більш міцним. Таким чином, ці методи призводять до близькості із собою та іншими, а іноді навіть до почуття глибокої подяки. Орієнтиром для людини

стане переживання самоцінності, а не очікування, бажання або уявні ідеї.

Третій рівень: процес розвитку персонального діалогу – орієнтація на Person.

Персональний екзистенційний аналіз - це внутрішньо- або міжособистісний діалогічний процес, за допомогою якого людина стверджує себе через рішуче заняття позиції, опинившись віч-на-віч з конкретною ситуацією. Person розуміється як процес, який не може бути зафіксованим, але такий, що перебуває в постійному розвитку. Ресурси Person активізуються, коли людина, як Person, вступає в діалогічний обмін зі світом. Враження, заняття позиції та вираження – три фундаментальні здібності Person. Завдяки цим здібностям можлива зустріч із самим собою – доступ до самого себе у власній інтимності, а також зустріч з іншим – можливість доступу до іншого та до його відповіді на наше існування.

А. Ленгле вважає, що за відчуттям відсутності смислу стоїть втрата однієї з фундаментальних мотивацій:

Займати життя як простір

Прагнення до цінності життя

Мати право на своє власне життя

Коли людина повертає ці мотивації, вона може досягти зрілості свого віку. Ці мотивації дають людині можливість бути відкритою до четвертої фундаментальної мотивації – вона може розчути голос світу по відношенню до смислу. Три перші фундаментальні мотивації є фундаментом для розвитку у майбутньому – для участі в діалогічному обміні, що передбачає незмінну можливість відкривати смисл.

Психологу важливо знати, чи представляє юнак своє майбутнє як природне продовження сьогодення або як його заперечення, як щось радикально інше, і чи бачить він у цьому майбутньому продукт своїх власних зусиль чи щось таке (все одно – погане чи добре), що «саме прийде». За цими установками (зазвичай неусвідомленими) стоїть цілий комплекс соціальних та психологічних проблем.

Поки юнак не знайшов себе у практичній діяльності, вона може здаватися йому дрібною та незначною.

Спільна робота також має бути побудована навколо створення життєвого плану. Юнаки намагаються передбачити своє майбутнє, не замислюючись про засоби його досягнення. Образи майбутнього при цьому орієнтовані на результат, а не на процес розвитку: жваво, в деталях представляється майбутнє суспільне становище, та юнак не замислюється над тим, що для цього потрібно зробити. Звідси й часта завищеність рівня домагань, потреба бачити себе обов'язково видатним, великим.

Головне протиріччя життєвої перспективи, у юнацькому віці недостатня самостійність і готовність до самовіддачі заради майбутньої реалізації своїх життєвих цілей. Подібно до того, як у певних умовах зорового сприйняття перспективи, віддалені об'єкти здаються спостерігачеві більшими, ніж близькі, віддалена перспектива малюється деяким юнакам більш ясною і виразною, ніж найближче майбутнє, що залежить від них самих.

Задача психолога усвідомлення клієнтом контролю над власним життям та майбутніми досягненнями. Потрібно активізувати клієнта, допомогти знайти себе в екзистенціальному плані, віднайти власний голос, надати сил, допомогти описати існування до якого він прагне та скласти план.

Висновки до розділу 3

За результатами кореляційного аналізу було встановлено, що серед шкал методики вивчення тимчасової перспективи Ф.Зімбардо найбільшу кількість кореляцій зі шкалами методики смисложиттєвих орієнтацій Леонтьєва має шкала Майбутнє. Ця шкала має позитивну кореляцію з кожною зі шкал смисложиттєвих орієнтацій, а також зі шкалою вік. Окрім того, чим вищий рівень за шкалою майбутнє, тим вищий рівень смисложиттєвих орієнтацій. Це підтверджує гіпотезу, що від сформованої життєвої перспективи багато в чому залежить успішність подальшого життя людини, її направленість на певний смисл.

З огляду на результати, які ми отримали у ході нашого дослідження, ми могли б рекомендувати психотерапевтам, що працюють із клієнтами юнацького віку та які скаржаться на безглуздість існування та відсутність смислу, користуватися можливостями логотерапії та екзистенційного аналізу.

Робота з клієнтом має проводитися на трьох рівнях:

перший рівень: орієнтація на ресурси;

другий рівень: орієнтація на проблему;

третій рівень: процес розвитку персонального діалогу – орієнтація на Person.

Задача психолога активізувати клієнта, допомогти знайти себе в екзистенційному плані, віднайти власний голос, надати сил, допомогти описати існування до якого він прагне та скласти план.

За А. Ленгле, за відчуттям відсутності смислу стоїть втрата однієї з фундаментальних мотивацій:

Займати життя як простір

Прагнення до цінності життя

Мати право на своє власне життя

Коли людина повертає ці мотивації, вона може досягти зрілості свого віку. Ці мотивації дають людині можливість бути відкритою до четвертої

фундаментальної мотивації – вона може розчути голос світу по відношенню до смислу. Три перші фундаментальні мотивації є фундаментом для розвитку у майбутньому – для участі в діалогічному обміні, що передбачає незмінну можливість відкривати смисл

Висновки

У ході теоретичного аналізу встановлено, що існують різні уявлення про прояви «кризи смислу». Багато дослідників зазначають, що ця криза притаманна студентам. Для них це час усвідомлення своєї ролі та місця у суспільстві.

Ми дійшли висновків, що:

За шкалами Цілі в житті, Локус контролю – Я та Локус контролю – життя 4 курс має також вищі показники, ніж 1 курс. Це свідчить про більш сформоване уявлення про смисл життя у 4 курсу у порівнянні зі студентами 1 курсу.

Чим вищий рівень за шкалою майбутнє, тим вищий рівень смисложиттєвих орієнтацій. Це підтверджує гіпотезу, що від сформованої життєвої перспективи багато в чому залежить успішність подальшого життя людини, її направленість на певний смисл.

Дівчата та хлопці з позитивним відношенням до минулого почувають себе більш впевнено у теперішньому, так як мають позитивний досвід – те, на що вони будуть спиратися у майбутньому житті.

Підбиваючи підсумки нашого дослідження хотілося б відзначити, що формування життєвої перспективи є важливою та невід'ємною частиною формування особистості.

Особливого значення фактор життєвої перспективи набуває у юнацькому віці, коли зіткнення бажань та усвідомлених можливостей, намічених життєвих планів та реальних обставин часто призводять до серйозних внутрішніх конфліктів, переживань. Важливим є формування змістовної, глибокої життєвої перспективи майбутнього для повноцінного розвитку особистості.

Важливо, щоб юнак дійшов усвідомлення, що він активний суб'єкт, інтегратор та організатор часу на різних рівнях регуляції.

Життєва перспектива – це не тільки здатність переживати минуле, теперішнє, передбачати майбутнє, а й цілісна готовність до майбутнього у

теперішньому, установка на майбутнє.

Отримані результати можуть бути корисні для освітнього процесу, оскільки розкривають цілісніше розуміння індивідуальних, ціннісносміслових і духовних потреб і виборів людини в юнацькому віці, а також важливості формування життєвої перспективи.

Не менш корисними отримані результати будуть для психологів, що працюють із запитом кризи смислу та відсутності життєвої перспективи у юнаків та дівчат.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Э. Эриксон Идентичность: юность и кризис. Пер. с англ./Общая редакция и предисловие доктора психологических наук А.В. Толстых – Москва: Издательская группа «Прогресс», 1996. – 344 с.
2. А. Лэнгле Что движет человеком? Экзистенциально-аналитическая теория эмоций. Пер. с нем. Москва: Генезис, 2021. – 233 с.
3. С. Рубинштейн Бытие и сознание. Человек и мир. СПб.: Питер, 2003
4. Д. Леонтьев Психология смысла Москва, 2003 – 255-256 с.
5. В. Фракл Человек в поисках смысла. Пер. с англ. Д. Леонтьева, М. Папуша, Е. Эйсмана Издательство «Биг-Пресс» 2012. – 303 с.
6. В. Дружинин Варианты жизни Очерки экзистенциальной психологии Издательство Питер 2010. – 305 с.
7. Ж. Нюттен Мотивация, действие и перспектива будущего. Под ред. Д. Леонтьева Москва : Смысл, 2004. - 607 с
8. И. Кон Психология ранней юности. Москва: Просвещение, 1989 – 255 с.
9. Ананьев, Б.Г. О проблемах современного человекознания/ Б.Г. Ананьев; АН СССР, Ин-т психологии. - Зимбардо, Ф., Бойд Дж. Парадокс времени. Новая психология времени, которая улучшит вашу жизнь / Ф. Зимбардо. - СПб.: Речь, 2010. - 352 с.
10. Левин, К. Л. Динамическая психология: Избранные труды / К. Л. Левин. Москва: Смысл, 2001. – 572 с.
11. Кроник, А.А. Каузометрия: Методы самопознания, психодиагностики и психотерапии в психологии жизненного пути/А.А. Кроник, Р.А. Ахмеров. – М., 2008. – 294 с.

12. Головаха Е.И. Жизненная перспектива и профессиональное самоопределение молодежи. - К.: Наукова думка, 1988. - 143с.
13. Донченко А.П. Фактор времени в нравственном становлении и развитии личности. - Л.: Изд-во Ленинградского ун-та, 1988. - 120 с.
14. Кіреєва З. О. Розвиток уявлень і понять про час у свідомості дітей та юнацтва. - Автореф. дис... канд. пс. наук. - Одеса, 1999. – 20 с.
15. Абульханова, К. А. Время личности и время жизни / К. А. Абульханова, Т. Н. Березина. – СПб., 2001. – 299 с.
16. Головаха, Е. И. Психологическое время личности / Е. И. Головаха, А. А. Кроник. – Киев, 1984. – 207 с.
17. Василюк Ф. Е. Психология переживания. М.: Изд-во Моск. ун-та, 1984.
– 200 с.
18. Абрамова Г. С. Возрастная психология. М.: Юрайт, 2010. – 811 с.
19. Левин, К. Л. Динамическая психология: Избранные труды / К. Л. Левин.
М., Смысл, 2001. - 572 с.
20. Бернс Р. Развитие Я-концепции и воспитание. М., 1986.
21. Дубровина И.В. Школьная психологическая служба. М., 1991.
22. Erikson E. Childhood and Society. 2nd ed. N. Y., 1963.
23. Хухлаева О.В. Кризисы взрослой жизни. Книга о том, что можно быть счастливым и после юности. М., 2009.

24. Наукова стаття Я. Н. Кащук [perezhivanie-smyslozhiznennogo-krizisa-v-yunosheskom-vozraste.pdf](#)
25. Адлер А. Воспитание детей. Взаимодействие полов / А. Адлер : пер. с англ. А. А. Валеева и Р. А. Валеевой. – Ростов н/Д. : Феникс, 1998
26. Бантишева О. О. Гендерно-вікові особливості схильності осіб юнацького віку до віктимної поведінки /О. О. Бантишева // Молодий вчений. – Херсон, 2016. – Ч 2.