

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ВНУТРІШНІХ СПРАВ

Інститут управління, психології та безпеки

Кафедра практичної психології

**ОСОБЛИВОСТІ ЦІННІСНИХ ОРІЄНТАЦІЙ ОСІБ ІЗ ПРОБЛЕМОЮ  
ВЖИВАННЯ НАРКОТИЧНИХ ТА АЛКОГОЛЬНИХ РЕЧОВИН**

**кваліфікаційна робота**

здобувача вищої освіти

освітнього ступеня «бакалавр»

**Марти КРИМІНСЬКОЇ**

4 курсу денної форми навчання

спеціальність 053 «Психологія»

ОПП «Психологія»

**Науковий керівник**

кандидат психологічних наук

**Петро КОЗИРА**

**Рецензент**

кандидат психологічних наук, доцент

**Ольга УГРИН**

***Кваліфікаційна робота допущена до захисту***

«24» травня 2022 р., протокол № 15

завідувач кафедри практичної психології

кандидат психологічних наук

\_\_\_\_\_ **Галина ОДИНЦОВА**

Львів

2022

## ЗМІСТ

<b>ВСТУП .....</b>	<b>3</b>
<b>Розділ 1. Проблема ціннісних орієнтацій особистості в сучасній психологічній літературі .....</b>	<b>5</b>
1.1.Ціннісні орієнтації особистості у працях вітчизняних та зарубіжних науковців .....	5
1.2.Вплив ціннісних орієнтацій на формування особистості .....	11
Висновки до Розділу 1 .....	13
<b>Розділ 2. Емпіричне вивчення ціннісних орієнтацій осіб із проблемою вживання наркотичних та алкогольних речовин .....</b>	<b>15</b>
2.1.Характеристика вибірки і методів дослідження .....	15
2.2.Результати емпіричного дослідження особливостей ціннісних орієнтацій осіб із проблемою вживання наркотичних та алкогольних речовин	17
2.3.Аналіз шляхів оптимізації .....	27
2.4.Психологічний тренінг з розвитку ціннісних орієнтацій як засіб подолання проблеми вживання наркотичних та алкогольних речовин ...	29
Висновки до Розділу 2.....	40
<b>ВИСНОВКИ.....</b>	<b>42</b>
<b>СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....</b>	<b>44</b>

## ВСТУП

Сьогодні бачимо, що події останніх десятиліть суттєво вплинули на розвиток особистості. Удосконалення культурних та соціальних інститутів максимально змінює думку людей про певні норми поведінки, традиції поводження у соціумі та суспільні цінності. Особливої актуальності набула проблема цінностей і ціннісних орієнтацій особистості.

Джерела формування цінностей представлено у працях К. Авраменка, В. Бондар, Н. Воскресенської, Н. Кічук, А. Коломієць, О. Кравчук, О. Матвієнко, Л. Хомич, Л. Хоружа, І. Шапошнікова та ін.. Також увагу щодо розвитку та формування ціннісних орієнтацій питання ціннісних орієнтацій широко висвітлена у працях таких науковців, як В. Андрущенко, В. Денисенко, С. Єрмакова, Д. Пащенко, Л. Хомич, М. Головатий, Г. Дубчак, В. Козаков, М. Пірен, М. Савчин, П. Таланчук, В. Хмелько та інші. Є. Барбіна, В. Вербець, В. Гриньова, І. Зязюн, Л. Хомич у своїх працях розкрили роль та вплив ціннісних орієнтацій на становлення особистості.

Деякі науковці говорять про занепад цінностей сучасного суспільства, що значною мірою зумовлює розвиток різних видів залежностей, зокрема, алкогольної та наркотичної (І. Лисенко, С. Михайлів, О. Буковська, І. Шлімакова, Т. Мазур). Наркологічна та алкогольна залежність передбачає специфічну активність особистості, яка значною мірою зумовлена особливостями самосвідомості особистості та її ціннісними орієнтаціями. Саме спотворення ціннісних орієнтацій нарко та алкозалежної особистості зумовлюють її резистентність до корекційного впливу. Тому актуальним є дослідження ціннісних орієнтацій особистості із наркологічною та алкогольною залежністю, позаяк може суттєво збільшити та структурувати знання про сутність і механізми формування психологічної залежності від наркотиків та алкоголю.

Метою дипломної роботи є дослідження ціннісних орієнтацій осіб із проблемою вживання наркотичних та алкогольних речовин.

Відповідно до мети визначено такі завдання дослідження:

1. Проаналізувати сучасний стан досліджень проблеми ціннісних орієнтацій.

3. Визначити особливості ціннісних орієнтацій осіб із проблемою вживання наркотичних та алкогольних речовин.

3. Запропонувати та обґрунтувати шляхи оптимізації ціннісних орієнтацій осіб із проблемою вживання наркотичних та алкогольних речовин.

**Об'єктом** дослідження є ціннісні орієнтації особистості

**Предметом** дослідження є особливості ціннісних орієнтацій осіб із проблемою вживання наркотичних та алкогольних речовин

**Методи дослідження.** Для розв'язання поставлених завдань було використано узагальнення наукової літератури з досліджуваної теми, психодіагностичні методи та методи математичної обробки даних з подальшою їх якісною інтерпретацією.

**Теоретичне значення** роботи полягає у теоретичному обґрунтуванні поняття цінності та ціннісні орієнтації, поглибленні розуміння та систематизації теоретичних даних проблеми ціннісних орієнтацій, з'ясуванні взаємозв'язку та впливу ціннісних орієнтацій на формування особистості.

**Практичне значення роботи** полягає у розробці відповідного тренінгу з трансформації ціннісних орієнтацій як способу подолання проблеми вживання наркотичних та алкогольних речовин. Отримані теоретико-емпіричні результати і сформовані на їх основі психологічні висновки можуть бути використані психологами у процесі роботи із проблемою хімічної залежності.

**Структура кваліфікаційної роботи.** Робота складається зі вступу, двох розділів, висновків до розділів, загальних висновків та списку використаних джерел і додатків.

## РОЗДІЛ 1.

### ПРОБЛЕМА ЦІННІСНИХ ОРІЄНТАЦІЙ ОСОБИСТОСТІ В СУЧАСНІЙ ПСИХОЛОГІЧНІЙ ЛІТЕРАТУРІ

#### **1.1. Ціннісні орієнтації особистості в працях вітчизняних та зарубіжних науковців**

За останні десятиріччя проблема цінностей і ціннісних орієнтацій особистості набула особливої актуальності як в Україні так і за її межами. Ці поняття виступають об'єктом дослідження таких наук, як: філософія, психологія, соціологія. Це говорить про складність та багатоплановість проблеми цінностей і ціннісних орієнтацій. У філософській та іншій спеціальній літературі поняття «цінність» широко використовується для акценту на людське, соціальне і культурне значення певних явищ дійсності.

Питання цінностей особистості, розробляли такі науковці як І. Кант, Д. Локк, І. Песталоцці, Я.-А. Коменський, А. Макаренко, М. Бердяєв, Г. Сковорода, І. Франко, П. Флоренський, В. Соловйов, П. Сорокін, П. Юркевич, Е. Муньє, М. Фуко, А. Швейцер, Ф. Шиллер та ін. [3]. Серед сучасних науковців, теорії ціннісних орієнтацій представлено у працях В. Андрущенко, І. Блінова, Л. Губернського, М. Головатого, І. Надольного, А. Кримського, Л. Ваховського, О. Сухомлинської, В. Желанової, А. Пеканової та ін. Проблеми людини та її ціннісних орієнтацій стали об'єктом багатьох дисертаційних досліджень таких науковців, як Д. Балдинюк, О. Барановська, О. Баришнікова, В. Вексельман, Г. Гуменюк, І. Гущина, В. Долженко, О. Зубарева, Ж. Міцкевич, В. Калінін, Г. Хруслов, С. Нікітенко та ін.

Система ціннісних орієнтацій в значній мірі визначає мотивацію поведінки особистості, що чинить суттєвий вплив на всі сторони її діяльності. Ймовірно, цим і обумовлено різноманітність визначень поняття «ціннісні орієнтації». Дане поняття зародилось в науці на стику різноманітних наукових напрямів. Так,

Б. Ананьєв наголошував, що ціннісні орієнтації — це своєрідний центр, у якому сходяться пошуки соціологів, соціальних психологів і психологів [1].

Попри велику кількість інтерпретацій поняття ціннісних орієнтацій, більшість дослідників віддає перевагу такому визначенню: ціннісні орієнтації — це елементи мотиваційної структури особистості, на підставі яких відбувається вибір тих чи інших соціальних установок як цілей або мотивів конкретної діяльності. Тобто ціннісні орієнтації визначають загальне спрямування інтересів особистості; будують ієрархію індивідуальних пріоритетів; формують мотивацію; рівень домагань і частково самооцінку [9].

Соціально-психологічні дослідження сучасних науковців доводять, що ціннісні орієнтації все частіше аналізуються у взаємозв'язку із життєдіяльністю особистості та її статусу у суспільстві [19; 20; 41], у зв'язку з духовними, соціальними, політичними, економічними трансформаціями [27], а також у взаємозв'язку з формуванням ціннісно-сміслової сфери та професійної спрямованості [2; 11]. У педагогічних дослідженнях висвітлено особливості формування ціннісних орієнтацій під час навчання у різних освітніх закладах, зокрема, на навчання, професію, суспільні відносини та інші соціально значимі цінності [2; 11; 31 та ін.].

Широко проаналізовано зміст ціннісних орієнтацій у діяльності особистості, зокрема, у таких сферах, як мистецтво, дозвілля, сім'я, спілкування, стосунки тощо [17; 26; 35; 40].

Опираючись на широку теоретико-методологічну базу дослідники ціннісних орієнтацій суттєво розширюють вивчення даної проблеми насамперед у соціально-психологічному аспекті. Зокрема, вважається що ціннісні орієнтації формуються на основі засвоєного соціального досвіду і виявляються в переконаннях, цілях, ідеалах, інтересах та інших особистісних проявах. Слід зауважити, що більшість досліджень присвячується аналізу ціннісних орієнтацій через їх прояви у різних сферах життєдіяльності.

Те, що ціннісні орієнтації мають складну та багатокomпонентну структуру засвідчують численні дослідження науковців. На вищому диспозиційному рівні,

припускає В. Ядов, крім ціннісних орієнтацій доцільно розглядати і життєві принципи чи концепції життя [34].

На нашу думку, твердження науковців щодо необхідності поглибленого дослідження взаємозв'язку елементів, які складають ціннісні орієнтації, як цілісні утворення є вкрай важливим і перспективним. Так, О. Конопкін, розкриваючи принцип цілісності та єдності на конкретно-психологічному рівні, наголошує, що цей принцип «може бути реалізований у моделі свідомої активності людини, яка відображає її як систему складових... через розкриття закономірних зв'язків і відносин між цими складовими як елементами цілісної системи» [25]. На думку В. Ядова, цілісна структура особистості передбачає виокремлення певного системоутворюючого ставлення чи системоутворюючої ознаки. В якості такої ознаки науковець пропонує систему диспозицій, вищим рівнем якої є ціннісні орієнтації особистості [42]. Отже цілісний аналіз передбачає дослідження ієрархічної структури елементів. Ймовірно, буде доцільно в певній мірі поєднати ці підходи в єдиній моделі й використовувати її для цілісного вивчення ціннісних орієнтацій особистості. Даний підхід сприятиме поглибленому вивченню ієрархічної та кореляційної структури ціннісних орієнтацій у їх єдності.

Чимало авторів відзначають зв'язок ціннісних орієнтацій з властивостями і спрямованістю особистості. Наприклад, науковці О. Зотова та М. Бобнева наголошують на тому, що власне через спрямованість особистості знаходять своє реальне вираження її ціннісні орієнтації [23]. Н. Рейнвальд вважає, ціннісні орієнтації є відображенням спрямованості особистості, її справжніх мотивів та потреб [30, с. 43]. На запитання «Чого хоче людина, що для неї привабливе та до чого вона прагне?», як стверджує С. Рубінштейн є психологічний опис спрямованості особистості [32]. В даному контексті спрямованість необхідно розглядати як динамічну систему настанов, потреб, тенденцій, інтересів, мотивів та цінностей, які знаходяться, у тому числі й ієрархічних, зв'язках і відносинах. Так, О. Зотова і М. Бобнева, аналізуючи дослідження щодо проблеми спрямованості особистості та ціннісних орієнтацій прийшли до наступного

висновку, що складна структура, яка становить спрямованість особистості (потреби, інтереси, цілі, мотиви, ідеали, світогляд, переконання), виражає ставлення до об'єктивної дійсності, до самої себе та до оточення і проявляється в активній діяльності, слугує «психологічною базою» ціннісних орієнтацій особистості [23, с. 249]. А. Здравомислов наголошує на тому, що ціннісні орієнтації є своєрідною базою для вирішення питання про сенс життя (в індивідуальному плані), завдяки якому відбувається інтеграція сукупності ціннісних орієнтацій у цілісне новоутворення. Ціннісні орієнтації розглядаються, науковцем, як один із компонентів, що входить до структури особистості. Тобто ціннісні орієнтації це складне утворення сформоване на основі взаємодії суспільного та індивідуального в особистості, це специфічні форми осмислення особистістю навколишнього середовища, свого минулого, теперішнього і майбутнього, а також меж свого власного «Я». Також науковець наполягає на різниці між ціннісними орієнтаціями особистості та орієнтаціями особистості на цінності. На його думку, орієнтація на цінності це своєрідне ставлення особистості до зовнішніх настанов, норм і традицій, а ціннісні орієнтації це внутрішній компонент свідомості й самосвідомості особистості [22].

На нашу думку, будь-яку цінність, можна віднести до групи альтруїстичних, або ж егоцентричних. Також, будь-яка цінність може позначатися як на об'єктних (предметних), так і на суб'єктних (комунікативних) відносинах, це буде залежати від потреб людини. Оскільки цінність може задовольняти як інтереси особистості, інтереси інших людей так і суспільства в цілому, доцільно буде розподіляти цінності на альтруїстичні та егоцентричні. Акцентує увагу на необхідності аналізу ціннісних орієнтацій у зв'язку з властивостями особистості і Н. Рейнвальд. Науковиця пояснює це тим, що ціннісні орієнтації, як і будь-які інші мотиви, взяті дуже вузько і не можуть становити самостійних структурних компонентів особистості [30]. На думку дослідниці, існує п'ять базових властивостей особистості: естетичність, колективізм, допитливість, працьовитість, організованість. При такому підході



властивість особистості стає диспозицією, яка виникає внаслідок попередньої діяльності та ціннісних орієнтацій.

Сучасна науковиця І. Вертепова наголошує що: «цінності це об'єкти навколишнього світу, їх специфічно соціальне визначення, що демонструє їх позитивне або негативне значення для людини і суспільства. Цінності, як вважає І. Вертепова, це матеріальні або ідеальні предмети, призначені для даного соціального суб'єкта з позицій задоволення його власних потреб та інтересів» [7].

Як вважає психолог Довженко С.В., цінність це щось всеохоплююче, визначальне значення всього світу в цілому, кожної події, кожного вчинку, кожної особистості» [14].

М. Рокич характеризує цінності, як стійке переконання в тому, що певний спосіб поведінки чи кінцева мета існування має потенційне значення з особистого погляду [15].

Українські науковці С Возняк, В. Кононенко вважають, що поняття «цінність» наближене до поняття «значущість». Все те, що може цінувати особистість, що є для неї значущим і важливим можна вважати цінністю. Мова йде про роль, яку предмет чи явище відіграють в життєдіяльності особистості з погляду їх потреб, інтересів та цілей. Те, що для однієї людини може бути цінністю, інша людина може нівелювати і зовсім не вважати цінністю, тобто поняття цінності завжди суб'єктивне. Цінності умовно можна розділити на позитивні й негативні (до них можна віднести і малоціннісні), абсолютні та відносні, суб'єктивні й об'єктивні. За змістом доцільно розрізняти речові цінності, логічні й естетичні [18].

Сформована система ціннісних орієнтацій в повній мірі створює гармонію внутрішнього світу особистості, сприяє узагальненню її знань, норм, стереотипів поведінки та реалізації соціальних очікувань [15].

Ціннісні орієнтації характеризують: 1) загальну спрямованість прагнень та інтересів особистості; 2) ієрархію особистих вподобань; 3) мотиваційні та цільові програми; 4) ступінь та силу вподобань; 5) уявлення про дійсність; 6) міру готовності на наполегливості до реалізації планів власного життя [39].

У психологічній сфері широко використовуються класифікаційні моделі, у яких цінності структуровані за предметом або змістом об'єктів, на які вони спрямовані (моральні, соціальні, економічні, політичні та інші); за суб'єктом ставлення (суспільні, індивідуальні, колективні, цінності соціальних груп) [5; 15].

Аналізуючи класифікації цінностей, їх доцільно поділяти на: 1) абсолютні – любов, доброта, справедливість, правда, свобода, гідність, чесність; 2) національні – патріотизм, національна гідність, історична пам'ять, державотворчі прагнення; 3) громадянські – права і свободи, обов'язки, повага закону; 4) сімейно-родинні – подружня вірність, стосунки у сім'ї, турбота про дітей; 5) особистісні – риси характеру, стиль приватного життя, поведінка. [28]. Цінності складають основу життєдіяльності особистості – це історично складені моделі, способи зв'язку свідомості людини і світу [5].

У своїх працях Л. Савченко вказує на фактори, які впливають на формування ціннісних орієнтацій, зокрема такі, як: ідеологічні установки, якості особистості, життєві цілі, релігійні переконання, матеріальне забезпечення тощо [33]. «Ціннісні орієнтації – найважливіші структурні елементи особистості, закріплені життєвим досвідом, його переживаннями і відділяють значуще для цієї людини від несуттєвого». Серед всієї ієрархії цінностей можна виділити ті, котрі є загальнолюдськими, або глобальними, тобто притаманні переважній більшості людей, зокрема такі, як воля, людяність, гуманізм, сім'я, праця, творчість, солідарність, нація, діти тощо.

Отже, цінності – це властивість того чи іншого суспільного явища, які задовольняють потреби, інтереси, бажання. Це соціально значимі уявлення про те, що таке патріотизм, добро, любов, справедливість, дружба тощо. Вони, зазвичай, не піддаються сумніву, але можуть змінюватися протягом життя, є важливими для людей.

## **1.2. Вплив ціннісних орієнтацій на формування особистості**

Як структурний елемент особистості, ціннісні орієнтації визначають внутрішню готовність до здійснення певної діяльності для задоволення власних потреб та інтересів, вказують на спрямованість особистості та її поведінку. Дослідження системи ціннісних орієнтацій виявляється особливо актуальною проблемою, оскільки цінності, які засвоює індивід у процесі соціалізації йому здебільшого «нав'язує» саме суспільство. У житті молоді, на сучасному етапі головну роль займають проблеми мікрорівня. Тобто в молодих людей формується якісно нове сприйняття оточуючого світу крізь призму насамперед особистих інтересів, зокрема, їх турбує власне здоров'я, освіта, кар'єра, матеріальне становище, сім'я.

Коли мова йде про розвиток особистості як соціальної одиниці, то актуальною проблемою постає становлення ціннісних орієнтацій сучасної молоді (20-30 років). Політична та економічна нестабільність в Україні, знецінення звичаїв, традицій, руйнування зв'язків між поколіннями призводить до того, що соціалізація молоді відбувається за несприятливих умов. Основне завдання сучасності полягає у необхідності загальмувати моральну деградацію у суспільстві, поновити соціальні механізми, які підтримують гідність пізнання та творчості, почесності материнства, необхідності праці, добродіяння щодо хворих та знедолених, поваги старості. Виховання повинно передбачати перехід від споживчого ставлення людини до творчого, тому що цінність як ідеал не може мати споживчого виміру.

В. Васютинський характеризує українське суспільство як таке, що послуговується ліберальними або соціальними цінностями. Перші значною мірою орієнтовані на право власності, менеджерські здібності, приватну ініціативу, відкритість, індивідуалізм, конкуренцію. Інші на співпрацю, рівність, колективізм, справедливість, соціальний захист тощо. Чим більше суспільство буде розвиватися, тим менше розбіжностей буде залишатись між площинами ціннісних орієнтацій [6].

Бажання самовдосконалюватись виникатиме, якщо люди спостерігатимуть прогрес, відчуватимуть задоволення від процесу пізнання, реалізовуватимуть свій потенціал [12].

Як описує Н. Бондар, двадцятиліття (закінчення навчального закладу) стає часом особистісного, життєвого, професійного, соціально-рольового, морального самовизначення. Тому на початку цього періоду необхідні знання власних можливостей та перспектив. Ця вимога задовольняється в процесі вироблення власного світогляду, ціннісного та смислового вибору, формування життєвих планів і програм [4]. Вік приблизно 20 років є сензитивним для ціннісних орієнтацій як стійкого елемента життєвої перспективи. До 30 років має бути сформована ієрархічна структура ціннісних орієнтацій. [27].

З однієї сторони ціннісні орієнтації характеризують зв'язок людини з суспільством, потреби та інтереси, а з іншої її стратегічні цілі та ідеали. Система ціннісних орієнтацій особистості стає джерелом її цілей, а не лише визначає форми і умови реалізації спонукань людини в діяльності. Ціннісні орієнтації допомагають коригувати процес визначення мети, дають підстави для вибору завдань і відповідних засобів.

Цільність системи ціннісних орієнтацій її несуперечливість може розглядатись як показник стійкості, автономності та реалізованості особистості. Тоді як суперечливість і розірваність може розглядатись як свідчення незрілості та ймовірно маргінальності особистості. Особистість без цільності в системі ціннісних орієнтацій не може оцінити ситуацію і прийняти адекватне рішення, діє здебільшого стереотипно, проявляє розбіжності у самопрезентації.

Ціннісні орієнтації чинять суттєвий вплив на мотиваційну сферу особистості. Адже цінності добра, співчуття, взаємодопомоги спонукатимуть до допомагаючої діяльності. Ціннісні орієнтації освіти та саморозвитку будуть спонукати особистість до праці над собою з метою підвищення рівня знань, освіченості, тощо. Також до роботи над собою спонукатимуть цінності прихильності оточуючих, адже для цього потрібно мати певний статус, знання вміння чи навички. Родинні ціннісні орієнтації сприятимуть вивченню та

засвоєнню норм сімейного виховання, взаємоповаги та підтримки в колі сім'ї. Наявність високих професійних цінностей допоможуть розвиватись у професії, покращувати свій професійний рівень, збільшувати власні шанси на просування «кар'єрною драбиною». Люди, у яких моральні цінності знаходяться на нижній сходинці ієрархії цінностей найчастіше будуть невдоволені оточенням, суспільством, проявлятимуть агресію та конфліктність, матимуть схильність до прояву асоціальної поведінки, а також ймовірно у них виникне проблема із вживанням алкогольних, наркотичних та інших хімічних речовин. Загалом, можемо підсумувати, що ціннісні орієнтації чинять неабиякий вплив на всі сфери життєдіяльності та на особистість в цілому.

### **Висновки до першого розділу**

Цінності особистості як орієнтири на життя. Вони яскраво демонструють погляди, переконання, норми поведінки тої чи іншої людини, або суспільства в цілому. Іншими словами це рушійні сили, які сприяють роботі кожної окремої людини, дають йому точку опори, допомогу та підтримку. Вони знаходять своє відображення в особистій свідомості та втілюються в соціальній поведінці конкретної людини або групи людей. Напрямок ціннісних орієнтацій відображає свідоме відношення особистості до живих об'єктів та предметів, та результат оціночного ставлення. Весь набір матеріальних і духовних благ є основою існування певних систем цінностей.

Проблема цінностей та ціннісних орієнтацій розглядається у тісному взаємозв'язку із соціалізацією особистості, процес якої залежить від внутрішніх та зовнішніх особистісних факторів. Соціальний досвід, який людина отримує у процесі соціалізації, активно засвоюється і перетворюється в цінності, установки, цілі та орієнтири. Цінності та їх система є своєрідними орієнтирами у формуванні світогляду, духовного світу людини, моральних якостей. Ціннісні орієнтації впливають на мотиваційну, пізнавальну, когнітивну сфери особистості. Значний вплив ціннісні орієнтації мають і на професіоналізацію

особистості, оскільки якщо професія чи займана посада є цінною для людини вона буде прагнути до розвитку в професії. Як показують численні дослідження науковців, занепад цінностей, негативна трансформація ціннісних орієнтацій призводять до негативних наслідків для особистості та суспільства в цілому.

## РОЗДІЛ 2.

### ЕМПІРИЧНЕ ВИВЧЕННЯ ЦІННІСНИХ ОРІЄНТАЦІЙ ОСІБ ІЗ ПРОБЛЕМОЮ ВЖИВАННЯ НАРКОТИЧНИХ ТА АЛКОГОЛЬНИХ РЕЧОВИН

#### 2.1. Характеристика вибірки і методів дослідження

У нашому емпіричному дослідженні взяли участь 68 осіб із них з проблемою вживання наркотичних речовин 32 особи та з проблемою вживання алкогольних речовин 36 осіб. Віковий ценз вибірки – 20-30 років. Вибір даного віку для дослідження обумовлений сучасними дослідженнями проблеми алкоголізму та наркоманії. Так, переважна більшість людей спробували алкоголь до 13 років, а наркотичні речовини до 16 років. Опитування молоді України щодо вживання алкоголю і наркотичних речовин дозволило виявити те, що близько 87% школярів в Україні хоча б раз скуштували алкоголь та 56% наркотичні речовини. Близько 26% вживають алкоголь кілька разів на місяць, а 16% наркотики. Сумна статистика представлена Всесвітньою організацією здоров'я: 57% дітей у віці до 13 років вживають алкоголь, 40% дітей у віці від 14 до 18 років систематично п'ють та 23% вживають наркотичні речовини. Проте, найбільш яскраво виражена проблема вживання наркотичних та алкогольних речовин у осіб від 20 до 30 років [8].

З метою поглибленого вивчення ціннісних орієнтацій осіб із проблемою вживання наркотичних та алкогольних речовин нами було використано наступні методики та тести: «Ціннісні орієнтації» М. Рокіча, експрес-діагностика соціальних цінностей особистості Н. Фетіскіна, ціннісний опитувальник Ш. Шварца. Розглянемо детальніше дані методики.

«Ціннісні орієнтації» М. Рокіча. Методика базується на ідеї про те, що цінністю є стійке переконання в чомусь конкретному (світогляді, способі життя і т. д.). Методика дозволяє визначити ціннісні орієнтації за двома типами – термінальні та інструментальні. До цінностей термінального типу відносяться

переконання того, що кінцева мета існування кожної людини варта того, щоб старатись її досягти. Інструментальний тип цінностей стосується того, що певна властивість особистості або її дії будь-якій ситуації залишаються пріоритетними. Іншими словами перший тип стосується індивідуальних цінностей, а другий – шляхів їх досягнення.

Також методика дозволяє здійснити розподіл цінностей на групи, які стосуються певних життєвих сфер, зокрема, духовних та моральних цінностей, особистого життя та професійної самореалізації. Перевага даної методики полягає у її універсальності, економії часу та зручності у проведенні. Учаснику дослідження пропонують два списки із термінальними та інструментальними цінностями, які вони повинні проранжувати за цінністю для себе. Список, який стосується термінальних цінностей включає в себе наступні поняття: активна життєдіяльність, мудрість, здоров'я, захоплююча робота, мистецтво і природа, любов і близькість, фінансовий достаток, наявність відданих друзів, повага і визнання інших людей, можливість навчатися, саморозвиток, можливість жити продуктивно ( «на повну» використовувати перспективи і можливості), розваги і дозвілля, незалежність і свобода, щастя в особистому житті, можливість займатися творчістю, самовпевненість та щастя інших людей. Список, який стосується інструментальних цінностей включає в себе такі поняття, як: акуратність, вихованість, уміння радіти життю, високі вимоги до людей і до світу, старанність, незалежність, невміння приймати недоліки (як в собі, так і в інших), інтелектуальність і освіченість, відповідальність, раціоналізм, самоконтроль. сміливість, хоробрість, тверда воля, уміння виявляти терпимість, широкі погляди, відсутність «рамок», чесність, працьовитість і продуктивність, дбайливість та чуйність. Кожен показник повинен отримати бал від 1 до 5 [24].

Експрес-діагностика соціальних цінностей особистості Н. Фетіскіна призначена для виявлення особистісних, соціально-психологічних та професійних орієнтацій. Досліджуваним пропонується до оцінювання 16 параметрів, зокрема таких, як: захоплююча робота; яка приносить вам задоволення; робота з високою зарплатнею; вдале одруження або заміжжя;



знайомство з новими людьми; соціальні заходи; залучення в громадську діяльність; ваша релігія; спортивні вправи; інтелектуальний розвиток; кар'єра; красиві машини, одяг, будинок; проведення часу в колі сім'ї; декілька близьких друзів; робота на добровільних засадах; медитація, роздуми, молитви тощо; здорова та збалансована дієта; читання освітньої літератури; перегляд освітніх передач, самовдосконалення тощо. Кожен із цих параметрів необхідно оцінити від 10 до 100 балів відповідно до більшої значущості (10 – не важливо, 100 – дуже важливо). На основі тесту можуть бути отримані результати щодо таких соціальних цінностей особистості як: професійні, фінансові, родинні, соціальні, суспільні, духовні, фізичні та інтелектуальні [37].

Ціннісний опитувальник Ш. Шварца дозволяє діагностувати структуру ціннісних орієнтацій досліджуваного. Особливість даної методики полягає в тому, що цінність розглядається не як щось єдине, а диференціюється. Автором виділено два види цінностей: цінності, як керівництво до діяльності та цінності, як абстрактні ідеали. В цьому полягає основна перевага даного опитувальника, оскільки дуже часто людина бачить одні орієнтири, а на практиці має інші ціннісні орієнтації. Даний опитувальник складається із двох частин. У першій частині передбачено дослідження цінностей, ідеалів та переконань, які значною мірою впливають на респондента. У другій частині досліджується профіль особистості, що дозволяє виявити десять типів цінностей (конформність, традиції, доброта, універсальність, самостійність, стимуляція, гедонізм, досягнення, влада та безпека) [24].

## **2.2.Результати емпіричного дослідження особливостей ціннісних орієнтацій осіб із проблемою вживання наркотичних та алкогольних речовин**

Аналізуючи результати емпіричного дослідження за методикою «Ціннісні орієнтації» М.Рокіча можемо стверджувати, що у досліджуваних із проблемою вживання алкогольних речовин переважають такі термінальні ціннісні орієнтації

як: наявність відданих друзів (I), любов і близькість (II), щастя в особистому житті (III), повага та визнання інших людей (IV), можливість займатись творчістю (V) та щастя інших людей (VI). Нейтральними виявлено такі цінності як: розваги та дозвілля (VII), мудрість (VIII), активна життєдіяльність (IX), можливість навчання (X), саморозвиток (XI), самовпевненість (XII). Несуттєвими вважаються такі як: фінансовий достаток (XIII), здоров'я (XIV), мистецтво та природа (XV), захоплююча робота (XVI), можливість жити продуктивно (XVII), незалежність і свобода (XVIII).

У осіб із проблемою вживання наркотичних речовин виявлено наступні домінуючі термінальні ціннісні орієнтації: розваги та дозвілля (I), самовпевненість (II), фінансовий достаток (III), повага та визнання інших людей (IV), можливість займатись творчістю (V), незалежність та свобода (VI). Нейтральними виявлено такі цінності як: можливість жити продуктивно (VII), активна життєдіяльність (VIII), любов і близькість (IX), щастя в особистому житті (X), щастя інших людей (XI), саморозвиток (XII). Неважливими вважаються такі цінності як: можливість навчання (XIII), наявність відданих друзів (XIV), здоров'я (XV), мудрість (XVI), мистецтво та природа (XVII), захоплююча робота (XVIII). Детальні результати зображено у таблиці 2.1.

Таблиця 2.1.

### Результати дослідження термінальних ціннісних орієнтацій

Показники	Особи із алкогольною залежністю n=36		Особи із наркотичною залежністю n=32	
	Середнє значення	Ранг	Середнє значення	Ранг
Активна життєдіяльність	9,8	IX	9,1	VIII
Мудрість	10,1	VIII	6,8	XVI
Здоров'я	7,9	XIV	6,9	XV
Захоплююча робота	7,2	XVI	5,7	XVIII
Мистецтво і природа	7,8	XV	6,1	XVII
Любов і близькість	11,8	II	8,8	IX
Фінансовий достаток	8,1	XIII	11,2	III

Наявність відданих друзів	12,2	I	7,2	XIV
Повага і визнання інших людей	11,2	IV	10,8	IV
Можливість навчатися	9,5	X	7,5	XIII
Саморозвиток	8,9	XI	7,9	XII
Можливість жити продуктивно	6,9	XVII	9,5	VII
Розваги і дозвілля	10,4	VII	11,9	I
Незалежність і свобода	6,6	XVIII	9,9	VI
Щастя в особистому житті	11,7	III	8,3	X
Можливість займатися творчістю	10,8	V	10,4	V
Самовпевненість	8,4	XII	11,6	II
Щастя інших людей	10,6	VI	8,1	XI

На рисунку 1 візуально зображено результати домінуючих термінальних цінностей (середнє значення). Як бачимо, ціннісні орієнтації термінального типу осіб із проблемою вживання алкогольних речовин і осіб із проблемою вживання наркотичних речовин суттєво відрізняються.

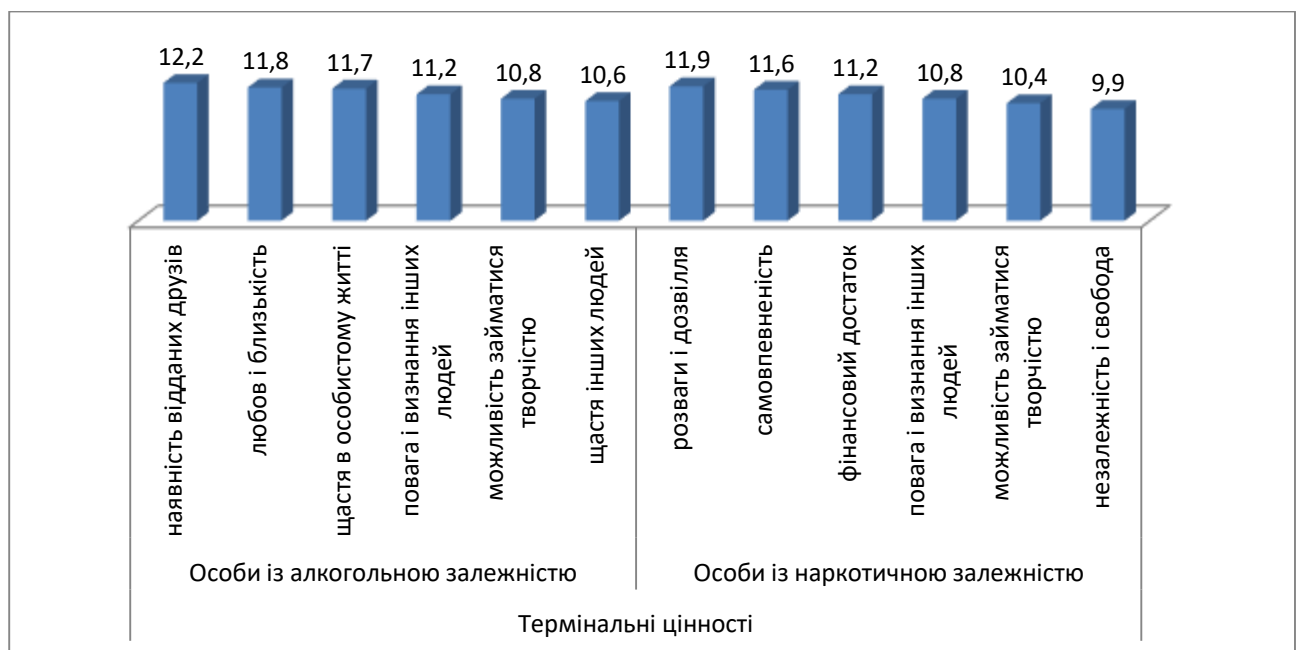


Рис. 1. Результати дослідження термінальних цінностей

Щодо інструментальних ціннісних орієнтацій, то у респондентів із проблемою вживання алкогольних речовин переважають наступні: чесність (I), дбайливість та чуйність (II), акуратність (III), старанність (IV), вихованість (V) та тверда воля (VI). Нейтральними виявлено наступні: самоконтроль (VII),

працьовитість (VIII), вміння радіти життю (IX), високі вимоги до людей і до себе (X), сміливість (XI), незалежність (XII). Неважливими виявились: відповідальність (XIII), невміння приймати недоліки (XIV), інтелектуальність і освіченість (XV), вміння виявляти терпимість (XVI), раціоналізм (XVII), широкі погляди (XVIII).

У досліджуваних із проблемою вживання наркотичних речовин переважають такі як: сміливість (I), невміння приймати недоліки (II), акуратність (III), працьовитість (IV), високі вимоги до людей і до світу (V), вміння радіти життю (VI). Нейтральними виявлено наступні: відповідальність (VII), чесність (VIII), незалежність (IX), інтелектуальність і освіченість (X), раціоналізм (XI), широкі погляди (XII). Неважливими виявились: тверда воля (XIII), самоконтроль (XIV), вміння виявляти терпимість (XV), вихованість (XVI), дбайливість та чуйність (XVII), старанність (XVIII). Детальні результати наведено у таблиці 2.2.

Таблиця 2.2.

### Результати дослідження інструментальних ціннісних орієнтацій

Показники	Особи із алкогольною залежністю n=36		Особи із наркотичною залежністю n=32	
	Середнє значення	Ранг	Середнє значення	Ранг
Акуратність	11,8	III	11,2	III
Високі вимоги до людей і до світу	9,6	X	10,6	V
Вихованість	11,1	V	7,1	XVI
Уміння радіти життю	9,7	IX	10,1	VI
Старанність	11,5	IV	6,7	XVIII
Незалежність	9,2	XII	9,1	IX
Невміння приймати недоліки	8,7	XIV	11,8	II
Інтелектуальність і освіченість	7,6	XV	9,1	X
Відповідальність	8,9	XIII	9,8	VII
Раціоналізм	6,9	XVII	8,8	XI
Самоконтроль	10,7	VII	7,9	XIV
Сміливість	9,3	XI	12,2	I
Тверда воля	10,9	VI	8,2	XIII
Уміння виявляти терпимість	7,1	XVI	7,3	XV
Широкі погляди	6,6	XVIII	8,6	XII

Чесність	12,9	I	9,5	VIII
Працьовитість	10,3	VIII	10,9	IV
Дбайливість та чуйність	12,6	II	6,9	XVII

На рисунку 2 візуально зображено результати домінуючих інструментальних цінностей (середнє значення).



Рис.1. Результати дослідження інструментальних цінностей

Бачимо, що є відмінності і між інструментальними цінностями. Такі результати можемо пояснити тим, що не залежно від виду залежності у досліджуваних осіб є певні цінності яким вони слідуєть. Також відсутність певних цінностей могла спровокувати або сприяти вживанню алкогольних чи наркотичних речовин.

З метою встановлення статистично значимих відмінностей між цінностями осіб із проблемою вживання алкогольних та наркотичних речовин нами також було проведено статистичну обробку даних з використанням непараметричного U-критерію Мана-Уїтні. Статистично значимі відмінності в ціннісних

орієнтаціях осіб із проблемою вживання алкогольних та наркотичних речовин подано у таблиці 2.3.

Таблиця 2.3.

**Статистично значимі відмінності в ціннісних орієнтаціях осіб із проблемою вживання алкогольних та наркотичних речовин**

Показники		Особи із алкогольною залежністю	Особи із наркотичною залежністю	Рівень значущості
		Середнє значення	Середнє значення	
Термінальні цінності	мудрість	10,1	6,8	$p \leq 0,01$
	любов і близькість	11,8	8,8	$p \leq 0,01$
	наявність відданих друзів	12,2	7,2	$p \leq 0,01$
	можливість жити продуктивно	6,9	9,5	$p \leq 0,05$
	незалежність і свобода	6,6	9,9	$p \leq 0,01$
	самовпевненість	8,4	11,6	$p \leq 0,01$
Інтернальні цінності	вихованість	11,1	7,1	$p \leq 0,01$
	старанність	11,5	6,7	$p \leq 0,01$
	самоконтроль	10,7	7,9	$p \leq 0,05$
	сміливість	9,3	12,2	$p \leq 0,05$
	тверда воля	10,9	8,2	$p \leq 0,05$
	широкі погляди	6,6	8,6	$p \leq 0,05$
	чесність	12,9	9,5	$p \leq 0,05$
	дбайливість та чуйність	12,6	6,9	$p \leq 0,01$

В таблиці 2.3 бачимо, що наявні статистично значимі відмінності у таких цінностях як: мудрість ( $p \leq 0,01$ ) наявність відданих друзів ( $p \leq 0,01$ ), можливість жити продуктивно ( $p \leq 0,05$ ), незалежність і свобода ( $p \leq 0,01$ ), самовпевненість ( $p \leq 0,01$ ), вихованість ( $p \leq 0,01$ ), старанність ( $p \leq 0,01$ ), самоконтроль ( $p \leq 0,05$ ), сміливість ( $p \leq 0,05$ ), тверда воля ( $p \leq 0,05$ ), широкі погляди ( $p \leq 0,05$ ), чесність ( $p \leq 0,05$ ), дбайливість та чуйність ( $p \leq 0,01$ ). Отримані результати дозволяють говорити про те, що особи із проблемою вживання алкогольних речовин більше прагнуть дружніх та любовних стосунків, з мудрістю вирішувати проблеми, проявляти турботу, аніж особи із проблемою вживання наркотичних речовин.

Також на відміну від осіб із проблемою вживання наркотичних речовин, особи із проблемою вживання алкогольних речовин впевнені, що цінністю має бути вихованість, старанність, чесність та самоконтроль. Хоча, на нашу думку, коли мова дійде до алкогольних речовин, люди із проблемою їх вживання відмовляться від деяких власних цінностей. Тоді як особи із проблемою вживання наркотичних речовин більшою цінністю вважають сміливість та самовпевненість.

На основі проведення експрес-діагностики соціальних цінностей особистості Н. Фетіскіна нами було отримано наступні результати. Більш важливими для осіб із проблемою вживання алкогольних речовин виявились такі соціальні цінності як: родинні (I), духовні (II), суспільні (III) та соціальні (IV). Менш важливими виступають такі як: інтелектуальні (V), фінансові (VI), професійні (VII) та фізичні (VIII). Для осіб із проблемою вживання наркотичних речовин більш важливими є такі цінності як: духовні (I), суспільні (II), соціальні (III) та фінансові (IV). Менш важливими є такі як: професійні (V), фізичні (VI), родинні (VII) та інтелектуальні (VIII). Детальні результати подано у таблиці 2.4.

Таблиця 2.4.

### Результати дослідження соціальних цінностей

Показники	Особи із алкогольною залежністю n=36		Особи із наркотичною залежністю n=32	
	Середнє значення	Ранг	Середнє значення	Ранг
Професійні	10,1	VII	12,2	V
Фінансові	11,5	VI	12,4	IV
Родинні	16,3	I	10,5	VII
Соціальні	12,4	IV	14,2	III
Суспільні	14,3	III	15,3	II
Духовні	15,2	II	17,1	I
Фізичні	9,6	VIII	11,8	VI
Інтелектуальні	11,8	V	9,5	VIII

На основі непараметричного U-критерію Мана-Уїтні нами було отримано інформацію про статистично значимі відмінності в соціальних цінностях осіб із проблемою вживання алкогольних та наркотичних речовин. Особи із проблемою вживання алкогольних речовин все ж більше апелюють до родинних і сімейних цінностей  $p \leq 0,01$ , проте як було вже зазначено вище, коли постане питання між родиною і алкоголем, ймовірно вибір буде на користь алкоголю. Особи із проблемою вживання наркотичних речовин більше схильні демонструвати захоплення професією  $p \leq 0,05$  та фізичними якостями  $p \leq 0,05$ . Попри це, особи із проблемою вживання алкогольних речовин вважають цінними інтелектуальні якості. Статистично значимі відмінності в соціальних цінностях осіб із проблемою вживання алкогольних та наркотичних речовин подано у таблиці 2.5.

Таблиця 2.5.

**Статистично значимі відмінності в соціальних цінностях осіб із проблемою вживання алкогольних та наркотичних речовин**

Показники	Особи із алкогольною залежністю	Особи із наркотичною залежністю	Рівень значущості
	Середнє значення	Середнє значення	
Професійні	10,1	12,2	$p \leq 0,05$
Родинні	16,3	10,5	$p \leq 0,01$
Фізичні	9,6	11,8	$p \leq 0,05$
Інтелектуальні	11,8	9,5	$p \leq 0,05$

Як бачимо з таблиці, ранги соціальних цінностей у осіб із проблемою вживання наркотичних та алкогольних речовин хоч і відрізняються, проте не суттєво.

На основі проведення ціннісного опитувальника Ш. Шварца можемо побачити, що у осіб із проблемою вживання алкогольних речовин найбільшою цінністю є конформність, традиції, універсальність, стимуляція та влада. Менш



цінними вважаються досягнення, доброта, безпека, гедонізм та самостійність. Досліджувані із проблемою вживання наркотичних речовин більш цінним вважають гедонізм, владу, стимуляцію, досягнення та традиції. Менш цінними виявились самостійність, універсальність, конформність, безпеку та добро. Результати подано у таблиці 2.6.

Таблиця 2.6.

### Результати дослідження ціннісних орієнтацій (Ш. Шварц)

Показники	Особи із алкогольною залежністю n=36		Особи із наркотичною залежністю n=32	
	Середнє значення	Ранг	Середнє значення	Ранг
Конформність	14,2	I	6,8	VIII
Традиції	12,4	II	10,1	V
Доброта	8,8	VII	7,1	X
Універсальність	11,9	III	8,1	VII
Самостійність	7,1	X	9,8	VI
Стимуляція	11,1	IV	12,3	III
Гедонізм	7,8	IX	14,1	I
Досягнення	9,5	VI	10,9	IV
Влада	10,1	V	13,2	II
Безпека	8,1	VIII	6,6	IX

На основі непараметричного U-критерію Мана-Уїтні нами було отримано інформацію про статистично значимі відмінності в цінностях осіб із проблемою вживання алкогольних та наркотичних речовин. Як бачимо в таблиці 2.7. статистично значущими є відмінності в показниках універсальність  $p \leq 0,05$ , гедонізм  $p \leq 0,01$ , влада  $p \leq 0,05$ .

Таблиця 2.7.

## Статистично значимі відмінності в цінностях осіб із проблемою вживання алкогольних та наркотичних речовин

Показники	Особи із алкогольною залежністю	Особи із наркотичною залежністю	Рівень значущості
	Середнє значення	Середнє значення	
Універсальність	11,9	8,1	$p \leq 0,05$
Гедонізм	7,8	14,1	$p \leq 0,01$
Влада	10,1	13,2	$p \leq 0,05$

З таблиці бачимо, що особи із проблемою вживання алкогольних речовин мають більшу схильність до універсальності. Це свідчить про їхнє прагнення бути корисними та розуміти потреби людей, очевидно в заміну на розуміння та толерантне ставлення до їх слабкостей. Особи із проблемою вживання наркотичних речовин прагнуть отримувати максимум задоволення від життя, вони хочуть насолоджуватись всіма його можливостями. Ймовірно саме даний мотив і спровокував спробувати наркотичні речовини. Також у них на відміну від осіб із проблемою вживання алкогольних речовин виявлено потребу проявляти власну силу, статус чи компетентність в тих чи інших ситуаціях. Для них особливо гостро стоїть питання соціального статусу, вочевидь саме бажання займати високий соціальний щабель, проявляти свої можливості і спонукає до вживання наркотичних речовин.

### 2.3. Аналіз шляхів оптимізації

Проблема вживання алкогольних та наркотичних речовин в Україні особливо гостро постала наприкінці ХХ століття. Як показують сучасні дослідження, то найбільше страждають від вживання алкогольних та наркотичних речовин страждають молоді та працездатні люди віком від 20 до 30 років. З метою профілактики алкоголізму та наркоманії у нашій державі

здебільшого застосовується інформаційно-попереджувальний метод. Цей метод передбачає використання публікацій в журналах та газетах, розповсюдження інформаційних бюлетенів, радіо- та телепередачі щодо небезпеки та наслідків вживання алкогольних та наркотичних речовин. Кількість осіб із проблемою вживання наркотичних та алкогольних речовин дозволяє засвідчити малу ефективність даного методу, оскільки він має здебільшого інформативний характер. Також, як стверджують деякі науковці даний метод може бути й загрозливим, оскільки отримана інформація і невдоволена цікавість можуть спровокувати бажання спробувати на собі дію тих чи інших речовин.

Донедавна особи із проблемами вживання алкогольних та наркотичних речовин отримували лише медикаментозне лікування та інформацію про негативні наслідки способу їх життя. Сучасні дослідження демонструють позитивні результати впровадження соціально-психологічного тренінгу з метою подолати залежність від алкогольних та наркотичних речовин. Ми поділяємо таку думку, що метод тренінгу, як інтерактивна форма соціальної взаємодії буде найбільш вдалий та доцільний у роботі із залежними особами.

Так, Н. Завацька стверджує, що соціально-психологічна робота з групою – метод, який допомагає людині у розвитку її фізичних і духовних сил, формування соціальної поведінки, ціннісних орієнтації через передавання групового досвіду. В основу тренінгової роботи закладені теорії поля, теорія соціального обміну, теорії психоаналізу та загальні теорії соціальних систем [21].

У працях таких науковців, як І. Вачков, О. Сидоренко, Л. Петровська, Т. Яценко описано теоретико-методологічні засади соціально-психологічного тренінгу та представлено результати його ефективності. Сучасна наукова література пропонує різні варіанти соціально-психологічних тренінгів, що можуть бути використані для вирішення проблеми алкогольної та наркотичної залежності. Так, психологинею Х. Дмитерко-Карабин було розроблено тренінг рефлексії смисложиттєвих орієнтацій. Завданнями даного тренінгу виступали: визначення життєвих цілей, ієрархії цінностей, формування адекватних ціннісних орієнтацій, пошуку сенсу існування [13]. На увагу також заслуговують

тренінги особистісного зростання, спрямовані формування адекватної самооцінки, розвиток самопізнання, ціннісних орієнтацій, соціальних цінностей, самоприйняття, самовдосконалення, які пропонуються такими науковцями, як В. Федорчук [38], Д. Рамендик [29]; тренінг особистісної зрілості – Л. Долинської та О. Темрук [16], мотиваційний тренінг – О. Сидоренко [36].

Роботу із особами, які мають проблему вживання алкогольних та наркотичних речовин доцільно здійснювати на таких рівнях:

- самоцінному (робота із почуттями та переживаннями учасника, психоемоційним станом, соціальним статусом, станом здоров'я та стійкістю у тригерних ситуаціях);
- пізнавальному (розуміння механізмів виникнення залежності та знання способів профілактики рецидивів, а також розвиток навичок подолання стрес-факторів);
- мотиваційному (пошук чіткого місця в житті для життя без алкогольних чи наркотичних речовин, формування прагнення до саморозвитку та самовдосконалення, розвиток навичок задоволення власних потреб соціально прийнятними способами);
- поведінковому (розвиток та закріплення тверезих моделей поведінки, розвиток здоров'язберезувальної поведінки);
- особистісному (формування культурних та моральних норм, адекватних ціннісних орієнтацій, усвідомлення власних психічних і фізичних станів для запобігання повторного вживання алкогольних чи наркотичних речовин).

На основі теоретико-емпіричного дослідження нами було розроблено тренінгову програму спрямовану на подолання проблеми вживання алкогольних та наркотичних речовин через призму ціннісних орієнтацій.

Мета нашої тренінгової програми це трансформація системи ціннісних орієнтацій осіб із проблемою вживання алкогольних та наркотичних речовин.

Завдання тренінгової програми:

1. Ознайомити учасників із негативними наслідками вживання алкогольних та наркотичних речовин.

2.Формування культурних та моральних норм, адекватних ціннісних орієнтацій.

3.Розвиток та закріплення тверезих моделей поведінки та асертивності.

4. Розвиток навичок подолання стрес-факторів, як спричиняють повторне вживання алкогольних чи наркотичних речовин.

#### **2.4.Психологічний тренінг з розвитку ціннісних орієнтацій як засіб подолання проблеми вживання наркотичних та алкогольних речовин**

Тренінгова програма складається із трьох занять, тривалістю приблизно по дві години кожне. Робота у тренінгу передбачає можливість вільного переміщення учасників, тому вимагає окремого, бажано ізольованого приміщення, наявність необхідного обладнання, (столи, стільці, фліп-чарт, фломастери, олівці, маркери, стікери).

Реалізація мети та завдань тренінгу здійснюється через розвивальні та корекційні вправи, дискусії, модерацію, рольові ігри, відеоматеріали, книги, міні- лекції, мотивувальний контроль, «криголами», мозковий штурм, а також технології організації груп: робота в колі, у малих групах (або парами), при необхідності індивідуальні бесіди.

##### **Заняття 1**

**Мета:** створити сприятливі умови для роботи тренінгової групи, ознайомити учасників з головними принципами та правилами роботи тренінгової групи, ознайомити із поняттям «ціннісні орієнтації», узагальнити інформацію щодо алкоголізму та наркоманії.

##### **1.Вправа «Мій образ»**

Час: 15хв.

**Мета:** знайомство учасників між собою

Матеріали: листки форматуА4, ручки, олівці.

**Хід вправи:** зараз кожен із Вас зможе створити власний образ. Для цього на аркуші напишіть своє ім'я, а навколо імені те, що говорять про Вас знайомі, близькі.

## 2. «Правила роботи в групі».

Час: 5хв.

Робота в передбачає дотримання певних правил. В нашій групі ми будемо дотриматись наступних правил:

Слухати й чути: один говорить – усі слухають.

Бути позитивно налаштованими.

Бути активними.

Говорити лише від свого імені.

Правило конфіденційності.

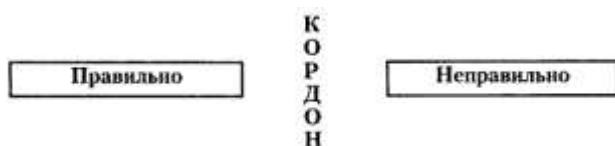
Спілкування за принципом «тут і тепер».

Цей список може бути доповнений учасниками та тренером (психологом) в ході роботи тренінгової групи.

## 3. Вправа «Кордон»

Час: 30хв.

**Мета:** допомогти визначити рівень своїх знань стосовно проблеми алкоголізму та наркоманії.



**Хід вправи:** Перед вам ряд тверджень. Спробуйте визначити яке із них правильне, а яке ні.

1. Алкоголізм є ознакою слабого характеру.
2. Незначне вживання алкоголю під час вагітності не є шкідливим.
3. Сп'яніння й алкоголізм – одне й те саме.
4. Переважна більшість алкоголіків безробітні.
5. Більшість психологів мають відповідну підготовку щодо діагностики та лікування алкоголізму.

6. Якщо Ви випили менше, ніж три чарки алкогольного напою то можете сідати за кермо автомобіля.
  7. У алкоголіків підвищений ризик захворіти на рак.
  8. Дослідження свідчать, що навіть один випадок сильної алкогольної інтоксикації призводить до незворотного ушкодження головного мозку.
  9. Якщо ви раптово кинете вживати алкоголь то перестаете бути алкоголіком.
  10. Кожен, хто час від часу випиває, може стати алкоголіком.
  11. Змішування спиртних напоїв викликає сильніше сп'яніння.
- Пропоную Вам самостійно скласти твердження щодо наркотичної залежності.

#### **4. «Мозковий штурм «Мій вибір»**

Час: 20хв

**Мета:** усвідомити важливість виваженого вибору.

**Хід вправи:** Що таке вибір? Коли я здійснюю вибір? Пригадайте ситуації в яких у людини виникає потреба зробити вибір та запишіть їх на аркуші паперу.

Наприклад:

- відвідувати додаткові творчі гуртки чи ні;
- піти в кіно/кафе або підготуватись до занять;
- купити нову комп'ютерну гру чи солодощі;
- відвідувати секцію волейболу чи футболу;
- освідчитись у коханні чи ні...

Обговорення різних варіантів особистісної поведінки. Які в мене відчуття коли я роблю вибір? Що я відчуваю коли вибір виявився не правильним?

#### **5. Притча «Ти ж знав!»**

Час: 20хв.

**Мета:** наочно пояснити учасникам важливість обдуманого вибору, розвинути вміння виважено робити ризикований вибір.

Є племена у яких хлопці, щоб заявити про себе повинні пройти ряд випробувань. Під час таких випробовувань, один юнак був зачарований квітучою

долиною і горами навколо неї. Тому вирішив підкорити одну із гір. Вибравшись на вершину, юнак побачив цілий світ: прекрасні краєвиди, яких він не бачив досі, безмежний простір. Раптом він почув біля ніг дивне шелестіння. Він приглянувся і побачив біля себе змію. Хотів відскочити, але змія заговорила:

Я вмираю... Тут надто холодно для мене, і немає чим поживитися... Візьми мене з собою і знеси назад в долину.

Ні-ні-ні, - відповів юнак. – Я вашу породу знаю. Ти – гримуча змія. Якщо я візьму тебе, ти вкусиш мене – і я помру.

Ні! Не думай так, - відповіла хлопцеві змія. – Якщо мені допоможеш, я не зможу так вчинити з тобою, не вчиню тобі ніякого зла.

Юнак стійко тримався і далі відмовлявся, але змія була дуже переконлива. Запевнила вона хлопця, що він у безпеці і він взяв її під сорочку і поніс з собою в долину. Коли вони спустилися в долину, юнак поклав змію на землю, а та несподівано скрутилася, кинулася на хлопця і вкусила його.

- Ти ж обіцяла мені! Обіцяла! – закричав він, помираючи.

- А ти знав, що ризикуєш, коли брав мене з собою, - сказала змія і поповзла геть.

Про що ця притча?

Чому юнак зробив такий вибір?

Чому ми робимо ризикований вибір знаючи про наслідки?

## **6. Мозковий штурм «Зроблений вибір»**

Час: 15хв.

**Мета:** формування усвідомлення ситуації вибору і наслідків подій залежно від вибору.

**Хід вправи:** групове обговорення на тему: «Що для вас є вибір?» «А тепер пригадайте будь-ласка, який вибір в житті для вас був найскладнішим. Поясніть чому і як видумаєте яка ціннісна орієнтація була для вас пріоритетною у цій ситуації».

## **7. Вправа «Шляхи здорового способу життя»**

Час: 20хв



**Мета:** формування розуміння учасниками особливостей здорового способу життя.

Матеріали: ватман, ножиці, журнали, олівці, маркери тощо.

**Хід вправи:** Здоровий спосіб життя – це сукупність фізичних, духовних, соціальних якостей людини, які є основою її довголіття, а також високого рівня працездатності.

Учасникам необхідно розділитись на три групи. Кожна із груп має створити колаж «Шлях здорового способу життя».

Необхідно звернути увагу звернути увагу і допомогти учасникам сформулювати їхні позиції щодо збереження розвитку здоров'я. Відповідати на запитання: «Що робити, як діяти?».

## **Заняття 2**

**Мета:** розвиток асертивності у відмові від алкогольних та наркотичних речовин, формування адекватних суспільству ціннісних орієнтацій та вміння встановлення соціальних контактів.

### **1.Вправа «Відмова»**

Час: 15хв.

**Мета:** сформувати вміння відмовляти у ситуації пропозиції вживати алкоголь чи наркотики.

Матеріали: плакат аркуші паперу, ручки, фліп-чарт, фломастери.

**Хід вправи:** до фліп-чарту прикріплюється плакат. Серед учасників формуються 3 групи. Учасники мають обговорити у своїх групах, що може людина відповісти, коли не бажає вживати алкоголь чи наркотики. Кожну можливу відмову необхідно записати на окремому маленькому аркуші, який потрібно прикріпити на плакат. Проте, спочатку усі аркуші кріпляться на стіну біля плакату. Кожна група зачитує свої відповіді і обговорює з іншими учасниками тренінгу. Найбільш вдалі відповіді наклеюють на плакат. Учасники аналізують всі відповіді, підсумовують, які альтернативи можна запропонувати людям, щоб відмовитись від споживання алкоголю чи наркотиків.

### **2.Вправа «Цінності мого життя»**

Час: 15-20 хв.

**Мета:** визначити основні життєві цінності та ресурси учасників у реалізації власних цінностей.

**Хід вправи:** «Вам необхідно записати 10 головних цінностей вашого життя або обрати із нижче запропонованого списку. Приблизний перелік цінностей:

1. Міцне здоров'я.
2. Звільнення негативного досвіду та страхів в минулому та невизначеності.
3. Кар'єра.
4. Улюблена справа.
5. Віра.
6. Гармонійні стосунки з іншими.
7. Розваги.
8. Любов.
9. Краса оточуючого світу.
10. Відпочинок..
11. Власна справа.
12. Фінансовий добробут
13. Комфорт.
14. Повага з боку інших.
15. Сімейне життя.
16. Дружба.
17. Самовдосконалення і саморозвиток.

Обговорення: 1. Які три найважливіші цінності Ви обрали для себе? 2. Яким чином відбувався процес ранжування цінностей? 3. За яких умов, проранжовані цінності можуть змінити свою пріоритетність для Вас? Сформовані цінності допоможуть Вам сфокусуватись лише на головних факторах, які формують Ваше життя.

### **3.Вправа «Чотири сторони»**

Час: 40хв.

Матеріали: фліп-чарт, фломастери.

**Хід вправи:** учасникам тренінгу задаються запитання «Який з факторів найчастіше стає причиною споживання алкогольних чи наркотичних речовин напоїв?»

Можливі фактори:

- алкогольна/наркотична традиція в колі сім'ї (регулярне споживання алкоголю/наркотиків батьками);
- біологічні фактори (фізіологічні особливості організму, генетична схильність);
- психоемоційний стан (невпевненість у собі, стреси, депресія, негаразди у школі, погана успішність тощо).
- вплив соціального оточення (близькі, друзі);

Учасникам пропонується розділитись на групи відповідно до обраних факторів підготувати презентації для аргументації своєї позиції.

#### **4.Вправа «Купе поїзда»**

Час: 20хв.

**Мета:** формування вміння встановлення соціальних контактів, враховуючи індивідуальні особливості співрозмовника і умови спілкування.

Учасники тренінгу діляться на 3 групи. Їм пропонується така ситуація: «Ви опинилися в одному купе поїзда. Ви не знайомі між собою. Вам потрібно познайомитися і розпочати розмову». Кожна група по черзі програє ситуацію, після чого проводиться спільне обговорення. Спочатку самі учасники повинні проаналізувати свої дії: чи легко було встановлювати контакт, з ким з учасників легше, а з ким важче, що сприяло або заважало встановленню контакту, хто був найбільш активним, відкритим, хто йшов на контакт і чому, а хто ні. Потім дії аналізують інші учасники тренінгу та психолог.

#### **5.Вправа «Де ключі?»**

Час: 20хв.

**Мета:** формування вміння самостійного прийняття рішень.

Хід вправи: є проблемна ситуація. Учасники повинні вибрати зі списку саме те, що потрібно у даній ситуації. Учасники можуть пропонувати власні проблемні ситуації для опрацювання

Проблемна ситуація: «Як досягти успіху в житті»

Пропонуємо такий список:

1. Я можу наполегливо працювати.
2. Я можу нічого не робити й очікувати удачі.
3. Я можу одного разу ризикнути й «обійти закон», щоб домогтися свого.
4. Я можу ретельно обирати собі друзів.
5. Я можу навчитися аналізувати свої дії.
6. Я можу ходити на уроки й виконувати домашні завдання вдумливо й ретельно.
7. Я можу бути хитрим і «видурити» гроші у багатія.
8. Я можу зупинитися й добре подумати, перш ніж діяти.
9. Я можу поліпшити свій поганий настрій за допомогою паління, ліків чи алкоголю.
10. Я можу звинувачувати інших людей, якщо мені не щастить.
11. Я можу навчитися сам долати свої тривоги а бо гнів.
12. Я можу спокійно сприйняти свої невдачі та критику від інших людей і навчитися виправляти помилки.

По завершенню, тренер та учасники обговорюють наслідки вибору та разом шукають найефективніші засоби вирішення різних ситуацій.

## **6.Вправа-гра «Диригент»**

Час: 20хв.

**Мета:** розвиток навичок формування та досягнення цілей.

Хід вправи: тренер - диригент, учасники тренінгу - оркестр. Оркестр робить те, що наказує диригент. Є обмеження в часі.

Диригент: У верхній частині аркуша напишіть три цілі, яких хочете досягнути в житті. Розділіть аркуш на 4 частини. У 1 колонку по вертикалі запишіть ім'я того, на кого хочете бути схожим. У 2 колонку запишіть всі риси

його характеру, що спадуть на думку (одна риса — один рядочок). 5. З і 4 колонки — «Позитивні риси» і «Негативні риси». Які з рис притаманні Вам?

Чи впевнені ви, що хочете бути подібними на свого героя? Чи допоможуть риси характеру, що написані в таблиці, досягти поставлених вами цілей?

### **Заняття 3**

Мета: усвідомлення власних цінностей та співвідношення цінностей людини з її потребами, закріпити отриманий досвід та підбити підсумки роботи у тренінгу.

#### **1. Вправа «Цінність»**

Мета: усвідомлення власних цінностей, створити комфортну атмосферу.

Час: 20 хв.

Зараз ми з вами продовжимо роботу над цінностями та ціннісними орієнтаціями для поглиблення усвідомлення того, що для нас є найважливішим. Про те, який зміст ви вкладаєте в це поняття. І зараз пропоную вам по черзі продовжити фразу, яка починається зі слів: «Цінністю для людини може бути...».

- Ведучий записує поняття на фліп-чарті.
- Узагальнення зібраної інформації.

#### **2. Притча «Найважливіші речі»**

Час: 15 хв.

Мета: усвідомити, що для учасників найбільш цінне у житті, розуміння того, що через власні залежності можна втратити щось більше.

Гуляючи берегом моря занепокоєний юнак зустрів мудрого старця.

— Що тебе непокоїть, юначе? – запитав його чоловік.

— Я не можу зрозуміти, що в житті для мене найважливіше, — відповів юнак.

— Це дуже просто, — сказав старець. Піднявши із землі порожнього глечика старець почав наповнювати його великим камінням.

Повністю заповнивши глечик він запитав:

— Цей глечик повний?

— Так, — відповів юнак.

Старець кивнув головою, взяв жменю дрібних камінців і кинув їх у глечик. Камінці заповнили пустоти між великим камінням. Він усміхнувся і знову запитав запитав:

— А зараз глечик повний?

Юнак погоджуючись із старцем знову кивнув головою.

Тоді старець досипав піску у глечик. Пісок заповнив всі пустоти, що залишилися між камінням.

Велике каміння — це найважливіші речі в житті: сім'я, родина, кохана людина, мудрість, твій духовний розвиток. Якщо втратиш усе, крім цього, твоє життя все одно буде повним. Дрібні камінці — це також важливі для тебе речі: робота, дім, матеріальний добробут. А пісок — не дуже важливі речі, але які роблять життя більш яскравішим, наповнюють цікавими враженнями.

Юнак дуже уважно слухав, і старець продовжив:

— Ось відповідь на твоє запитання. Деякі люди роблять помилку. Вони спочатку засипають у глечик пісок, і в ньому не лишається місця для каміння. Так і в житті. Якщо витратити сили на дрібні й неважливі речі, у ньому не буде місця для найважливіших цінностей. Тому передусім подбай про велике каміння, про найважливіші речі у вашому житті але і не забувай про дрібне. А пісок, хвили життя самі наб'ють у проміжки між ними.

Обговорення:

Як ви думаєте, про що ця притча?

Хто несе відповідальність за те, чим наповнюється ваше життя?

### **3.Вправа «Піраміда сенсу»**

Час: 35 хв.

**Мета:** усвідомлення співвідношення цінностей людини і її потреб.

Хід вправи: перед Вами картки із цінностями. Виберіть для роботи одну картку із вказаною на ній життєвою цінністю; візьміть досить великий набір порожніх карток; встановіть картку із найважливішою для Вас життєвою цінністю згори «піраміди».

Задайте собі запитання: «Чому для мене це важливо?» і на порожніх картках запишіть, який сенс має для Вас. Картки із власними записами поставте у другий ряд «піраміди».

Обговорення:

Чи були відкриття внаслідок аналізу важливої для Вас життєвої цінності?

Який глибокий сенс в одному понятті? Цей сенс робить цінність доволі глибокою.

#### **4. Вправа «Я дякую ...»**

Час: 25хв.

**Мета:** допомогти учасникам зосередитись на позитивних аспектах того, що з ними відбулося протягом роботи у тренінгу.

Хід вправи: спробуйте кожен знайти 15 речей, по відношенню до яких Ви може сказати: «Я дякую за це». Запишіть ці 15 пунктів, починаючи нове речення зі слів: «Я дякую ...». У кінці тренер просить учасників зачитати їх записи і організувати обмін враженнями.

#### **5. Вправа «Що я отримав»**

Час: 15хв.

**Мета:** обговорити отримані в ході тренінгової роботи навички та знання.

Зосередьтесь кожен на тому, що він тут отримав: знання, навички, якості, інсайти тощо. Подумки дайте відповідь собі на такі запитання: який найбільш важливий досвід я отримав під час роботи у цій групі, і як він допоможе мені справлятися з труднощами і житті без тренінгової роботи?

Тренер підбиває загальний підсумок групової роботи і наголошує, що зміни, які відбуваються з учасниками є наслідком їхніх власних зусиль і що майбутнє «тверезе» життя залежить від них самих.

### **Висновки до другого розділу**

Даний розділ було присвячено емпіричному вивченню ціннісних орієнтацій осіб із проблемою вживання алкогольних та наркотичних речовин, а також пошуку шляхів оптимізації і трансформації ціннісних орієнтацій.

Емпіричне дослідження ціннісних орієнтацій здійснювалось за допомогою наступних методик: «Ціннісні орієнтації» М. Рокіча, експрес-діагностика соціальних цінностей особистості Н. Фетіскіна, ціннісний опитувальник Ш. Шварца. На основі отриманих результатів можемо стверджувати, що особи із проблемою вживання алкогольних речовин демонструють такі ціннісні орієнтації, як: наявність відданих друзів, любов і близькість, щастя в особистому житті, повага та визнання інших людей, можливість займатись творчістю та щастя інших людей. У осіб із проблемою вживання наркотичних речовин, домінуючими ціннісними орієнтаціями є розваги та дозвілля, самовпевненість, фінансовий достаток, повага та визнання інших людей, можливість займатись творчістю, незалежність та свобода. У осіб із проблемою вживання алкогольних речовин також виявлено такі ціннісні орієнтації, як: чесність, дбайливість та чуйність, акуратність, старанність, вихованість та тверда воля. А у досліджуваних із проблемою вживання наркотичних речовин переважають такі, як: сміливість, невміння приймати недоліки, акуратність, працьовитість, високі вимоги до людей і до світу, уміння радіти життю. Також було встановлено, що у досліджуваних із проблемою вживання алкогольних речовин першість займають родинні, суспільні, соціальні та духовні цінності. А досліджуванні із проблемою вживання наркотичних речовин духовні, суспільні, фінансові та соціальні цінності. Також нами було отримано статистично значимі відмінності у показниках між групами із проблемою вживання наркотичних речовин та алкогольних речовин.

Нами було обгрунтовано шляхи оптимізації та трансформації ціннісних орієнтацій, а також розроблено тренінгову програму. Мета тренінгової програми це трансформація системи ціннісних орієнтацій осіб із проблемою вживання алкогольних та наркотичних речовин. Тренінгова програма складається із трьох занять, тривалістю приблизно по дві години кожне. Робота у тренінгу передбачає



можливість вільного переміщення учасників, тому вимагає окремого, бажано ізольованого приміщення, наявність необхідного обладнання. У тренінгу застосовуються розвивальні та корекційні вправи, дискусії, рольові ігри, відеоматеріали, книги, міні- лекції, мотивувальний контроль, «криголами», мозковий штурм, а також технології організації груп: робота в колі, у малих групах (або парами), при необхідності індивідуальні бесіди.

## ВИСНОВКИ

На основі теоретико-емпіричного дослідження можемо зробити наступні висновки.

1. Теоретичний аналіз дозволяє говорити про те, що проблема цінностей і ціннісних орієнтацій є складна та багатопланова, широко використовується для акценту на людське, соціальне і культурне значення певних явищ дійсності. Система ціннісних орієнтацій в значній мірі визначає мотивацію поведінки особистості, що чинить суттєвий вплив на всі сторони її діяльності. Тому ціннісні орієнтації визначають загальне спрямування інтересів особистості; будують ієрархію індивідуальних пріоритетів; формують мотивацію; рівень домагань і частково самооцінку.

Цільність системи ціннісних орієнтацій її несуперечливість може розглядатись як показник стійкості, автономності та реалізованості особистості. Особистість без цільності в системі ціннісних орієнтацій не може оцінити ситуацію і прийняти адекватне рішення, діє здебільшого стереотипно, проявляє розбіжності у самопрезентації. Ціннісні орієнтації освіти та саморозвитку будуть спонукати особистість до праці над собою з метою підвищення рівня знань, освіченості, Родинні ціннісні орієнтації сприятимуть вивченню та засвоєнню норм сімейного виховання, взаємоповаги та підтримки в колі сім'ї. Люди, у яких моральні цінності знаходяться на нижній сходинці ієрархії цінностей найчастіше будуть невдоволені оточенням, суспільством, проявлятимуть агресію та конфліктність, матимуть схильність до прояву асоціальної поведінки, а також ймовірно у них виникне проблема із вживанням алкогольних, наркотичних та інших хімічних речовин.

2. Емпіричне дослідження засвідчує, що особам із проблемою вживання алкогольних та наркотичних речовин притаманні такі ціннісні орієнтації, як: наявність відданих друзів, любов і близькість, щастя в особистому житті, повага та визнання інших людей, можливість займатись творчістю та щастя інших людей, розваги та дозвілля, самовпевненість, фінансовий достаток, повага та

визнання інших людей, незалежність та свобода, чесність, дбайливість та чуйність, акуратність, старанність, вихованість та тверда воля, сміливість, невміння приймати недоліки, акуратність, працьовитість, високі вимоги до людей і до світу, уміння радіти життю. Також було встановлено, що у досліджуваних першість займають родинні, суспільні, соціальні та духовні та фінансові цінності. Також нами було отримано статистично значимі відмінності ціннісних орієнтацій між групою осіб із проблемою вживання наркотичних речовин та групою осіб із проблемою вживання алкогольних речовин на рівнях значущості 1% та 5%.

Можемо підсумувати, що ціннісні орієнтації чинять неабиякий вплив на особистість в цілому, позаяк є багатоаспектним утворенням та взаємопов'язані зі всіма сферами життєдіяльності.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Ананьев Б. Г. Человек как предмет познания. / Б. Г. Ананьев. – Л.: Изд-во ЛГУ, 1968. – 337 с.
2. Антонова Н. О. Ціннісні орієнтації у системі особистісних якостей студентів вищого педагогічного навчального закладу: Автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07. / Н. О. Антонова. — К., 2003. — 16 с.
3. Артимонова Т. Основні духовні пріоритети студентської молоді: напрями трансформацій / Т. Артимонова // Вища школа України. – 2008. – № 1. – С. 72–75.
4. Бондар Н.Є. Особливості розвитку професійно значущих якостей студентів психологічних спеціальностей [Електронний ресурс] / Н.Є. Бондар. – Режим доступу: [http://www.bdpu.org/scientific\\_published/2006/psychology\\_3\\_2006](http://www.bdpu.org/scientific_published/2006/psychology_3_2006)
5. Бутківська Т. В. Проблема цінностей у соціалізації особистості / Т. В. Бутківська // Цінності освіти і виховання : наук.-метод. зб. / [за заг. ред. О. В. Сухомлинської] ; АПН України. – К., 1997. – С. 27–31., с. 27
6. Васютинський В.О. Ціннісно-орієнтаційні площини сучасного українського суспільства / Проблеми загальної та педагогічної психології: Зб. наук, праць Ін-ту психології ім. Г.С. Костюка АПН України / За ред. С.Д. Максименка. – К., 2006. – Т. 8. – Вип. 6 – С. 40–45
7. Вертепова И.Ю. Духовно-ценностные ориентации педагога в образовательных учреждениях нового типа. Педагогічні технології організації навчально-виховного процесу в закладах нового типу: матеріали науково-методичної конференції, 21 квітня 2000 року /Міністерство освіти і науки, Сумський державний педагогічний університет імені А. С. Макаренка, Обласний багатoproфільний ліцей СумДПУ імені А. С. Макаренка; [ред. кол.: Л. М. Артюшкіна, Н. М. Радько]. Суми: СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2000. С.9–12 14, с. 11

8. Вінницький обласний Центр контролю та профілактики хвороб МОЗ України / Режим доступу: [http://cgz.vn.ua/nformatsya-dlya-naselennya/nformatsya-dlya-naselennya\\_287.html](http://cgz.vn.ua/nformatsya-dlya-naselennya/nformatsya-dlya-naselennya_287.html)
9. Всемирная энциклопедия: Философия / Глав. науч. ред. и сост. А. А. Грицанов. М.: Минск, 2001. – 1320 с, с. 1199
10. Головатий Н. Ф. Социология молодежи : Курс лекцій / Н. Ф. Головатий. – К. : МАУП, 1999. – 224 с, с. 70-71.
11. Горбенко Ю. Л. Особливості становлення ціннісних орієнтацій у процесі професійної підготовки військовослужбовців: Автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01. / Ю. Л. Горбенко. — К., 2006. — 20 с.
12. Гриневич Л. // Українська правда, 2017 [Електронний ресурс]. – Режим доступу: URL: <http://life.pravda.com.ua/society/2016/08/18/216716/>
13. Дмитерко-Карабин Х.М. Вплив смисложиттєвих орієнтацій на мотиваційну готовність до професійної діяльності майбутніх психологів: автореф. дис.. на здобуття наук. ступ. канд. психол. наук за спеціальністю 19.00.07 – педагогічна та вікова психологія / Х. М. Дмитерко-Карабин. – Івано-Франківськ, 2004. – 20 с. Сидоренко Е. В. Технологии создания тренинга. От замысла к результату / Е. В. Сидоренко. – СПб. : Речь, ООО «Сидоренко и Ко», 2007. – 336 с.
14. Довженко С.В. Формирование ценностных ориентаций молодежи в современном украинском обществе. Філософія культури: мова - раціональність - освіта: третя Всеукраїнська науково-практична конференція, 20 квітня 2012 р.: матеріали конференції / М-во освіти і науки, молоді та спорту України; Донецький ін-т залізничного транспорту; Донецький національний технічний ун-т та ін.; [редкол.: В. І. Поддубняк, В. М. Александровська, Г. В. Гребеньков та ін.; під наук. ред. П. Г. Давидова]. Донецьк: ДонІЗТ, 2012. С.90–93., с. 92
15. Долинська Л. В. Психологія ціннісних орієнтацій майбутнього вчителя : [навч. посіб.] / Л. В. Долинська, Н. П. Максимчук. – Кам'янець-Подільський : ФОП Сисин О. В., 2008. – 124 с, с. 12-14

16. Долинська Л. В. Тренінг особистісно-професійної зрілості / Л. В. Долинська, О. В. Темрук. – К.: Марич, 2010. – 128 с
17. Драченко В. В. Виховання морально-ціннісних орієнтацій підлітків засобами творів світової художньої культури: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.07. / В. В. Драченко. — К., 2008. — 18 с
18. Духовні цінності українського народу / С. М. Возняк, В. І. Кононенко, І. В. Кононенко, В. В. Луць, В. П. Москалець, В. М. Фомін; Прикарпат. ун-т ім. В. Стефаника. - К.; Івано-Франківськ : Плай, 1999. - 293 с. - укр.
19. Дюркгейм Э. Ценностные и „реальные” суждения / Э. Дюркгейм // Социология. М., 1995. – С. 290–307.
20. Журавлева Н. А. Динамика ценностных ориентаций личности в Российском обществе / Н. А. Журавлева. – М.: Изд-во „Институт психологии РАН”, 2006. – 335 с.
21. Завацька Л. М. Технології професійної діяльності соціального педагога : [навчальний посібник для ВНЗ] / Л. М. Завацька. – К. : Видавничий Дім «Слово», 2008. – 240 с.
22. Здравомыслов А. Г. Потребности. Интересы. Ценности. / А. Г. Здравомыслов – М.: Политиздат, 1986. – 223 с., с. 203
23. Зотова О. И., Бобнева М. И. Ценностные ориентации и механизмы социальной регуляции поведения / О. И. Зотова, М. И. Бобнева // Методологические проблемы социальной психологии. – М., 1975. – С.241–254., с. 247
24. Клочко В.Є. Вікова психологія, 2003 / Режим доступу: <http://medbib.in.ua/voznastnaya-psihologiya782.html>
25. Конопкин О. А. Психологические механизмы регуляции деятельности. / О. А. Конопкин. – М.: Наука, 1980. – 256 с. с. 22
26. Москаленко В. В. Психологія соціального впливу: Навч. пос. / В. В. Москаленко. – К.: Центр учб. літератури, 2007. – 448 с

27. Научитель О. Д. Ціннісні орієнтації студентів: психологічні фактори формування, розвитку, трансформації: Автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07. / О. Д. Научитель. — К., 1999. — 17 с..
28. Носенко Э. Л. Трансформация ценностных ориентаций молодежи на современном этапе развития общества (Психологический аспект) / Э. Л. Носенко, Н. В. Фролова. — Днепропетровск : Изд-во «Навчальна книга» 1999. — 168 с., с. 29
29. Рамендик Д. М. Тренинг личностного роста: учебное пособие/ Д. М. Рамендик. — М.: ФОРУМ, 2007. — 176 с.
30. Рейнвальд Н. И. Психология личности. // Н. И. Рейнвальд. — М.: Изд-во УДН, 1987. — 200 с., с. 115
31. Романюк Л. В. Психологічні чинники розвитку ціннісних орієнтацій студентської молоді: Автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01. / Л. В. Романюк. — К., 2004. — 21 с.
32. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии в 2-х томах. / С. Л. Рубинштейн. — М.: Педагогика, 1989. — Т. 2. — 328 с, с. 186
33. Савченко Л. Вивчення ціннісних орієнтацій сучасної студентської молоді / Л. Савченко // Рідна школа. — 2005. — № 8. — С. 39–41, с. 39
34. Саморегуляция и прогнозирование социального поведения личности / Под ред. В. А. Ядова. — Л.: Наука, Ленингр. отд-ние, 1979. — 264 с, с. 23–24 115
35. Семиченко В. Гендерні особливості самосприйняття студентів у контексті соціальнопсихологічних суспільних відносин / В. Семиченко // Соціальна психологія. — 2009. — № 2. — С. 143–151.
36. Сидоренко Е. В. Мотивационный тренинг / Е. В. Сидоренко. — СПб. : Речь, 2000. — 234 с
37. Соціальна психологія. Зошит для індивідуальної роботи для студ. усіх спец. денної та заочної форми навчання / Уклад.: М.О. Кононець. — К.: КПІ ім. Ігоря Сікорського, 2017. — 61 с.
38. Федорчук В. М. Тренінг особистісного зростання: навч. посіб. / В. М. Федорчук. — К.: Центр учбової літератури, 2014. — 250 с

- 39.Целякова О. М. Духовність і ціннісні орієнтації студентської молоді України в трансформаційному суспільстві [Електронний ресурс] / О. М. Целякова // Гуманітарний вісник ЗДІА. – 2009. – Вип. 38. – Режим доступу : [http://zgia.zp.ua/gazeta/VISNIK\\_38\\_22.pdf](http://zgia.zp.ua/gazeta/VISNIK_38_22.pdf), с. 227
- 40.Шайгородський Ю. Ціннісні орієнтації учнівської молоді у сфері спілкування / Ю. Шайгородський // Молодь України: стан, проблеми, шляхи розв'язання. – К.: А.Л.Д., 1996. – С. 201–213
- 41.Шаров А. С. Система ценностных ориентаций как психологический механизм регуляции жизнедеятельности человека: Дис. ... докт. психол. наук: 19.00.01. / А. С. Шаров. – Новосибирск, 2000. – 423 с.
- 42.Ядов В. А. О диспозиционной регуляции социального поведения личности / В. А. Ядов // Методологические проблемы социальной психологии. – М., 1975. – С. 89–105., с. 95