

МІНІСТЕРСТВО ВНУТРІШНІХ СПРАВ УКРАЇНИ
ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ВНУТРІШНІХ СПРАВ

Центр післядипломної освіти, дистанційного та заочного навчання

Кафедра практичної психології

**СПРЯМОВАНІСТЬ У МАЙБУТНЄ ТА ПРОБЛЕМИ СЕНСУ ЖИТТЯ У
ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ**

кваліфікаційна робота

здобувача вищої освіти
освітнього ступеня «бакалавр»

Анастасії СТИСЛО

4 курсу заочної форми навчання
спеціальність 053 «Психологія»
ОПП «Психологія»

Науковий керівник:

викладач кафедри практичної
психології

Андріана ЛЕГКА

Рецензент:

кандидат психологічних наук,
доцент

Олена ВАВРИНІВ

Кваліфікаційна робота допущена до захисту

« ____ » _____ 2024 р., протокол № ____

Т.в.о. завідувача кафедри практичної психології
доктор психологічних наук, доцент

_____ **Євген КАРПЕНКО**

Львів
2024

Стисло А. Спрямованість у майбутнє та проблеми сенсу життя у юнацькому віці

Робота містить ґрунтовний теоретичний аналіз вивчення спрямованості у майбутнє та пошук сенсу життя у юнацькому віці, висвітлено особливості пошуку сенсу життя юнаків та юнок, психологічних особливостей ціннісних орієнтацій особистості юнацького віку.

За допомогою психодіагностичних методик проведено емпіричне дослідження особливостей пошуку сенсу життя у юнацькому віці, яке дало можливість визначити, що знаходження особистістю сенсу життя сприяє її самоактуалізації та залежить від досягнення балансу між загальнолюдським цінностями людини, таких як любов, здоров'я, наявність друзів, активне життя, розвиток, цікава робота, свобода вибору та слова, наявність власних інтересів, матеріальне забезпечення.

Ключові слова: спрямованість у майбутнє, сенс життя, ціннісні орієнтації, психологія юнацького віку, самоактуалізація.

Styslo A. Orientation to the future and problems of the meaning of life in youth

The work contains a thorough theoretical analysis of the study of orientation to the future and the search for the meaning of life in youth, the peculiarities of the search for the meaning of life of young men and women, the psychological features of the value orientations of the personality of the youth are highlighted.

With the help of psychodiagnostic methods, an empirical study of the peculiarities of the search for the meaning of life in youth was carried out, which made it possible to determine that a person's finding the meaning of life contributes to his self-actualization and depends on achieving a balance between universal human values, such as love, health, the presence of friends, active life, development, interesting work, freedom of choice and speech, having one's own interests, financial support.

Key words: orientation to the future, meaning of life, value orientations, youth psychology, self-actualization.

ЗМІСТ

ВСТУП.....	4
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ СПРЯМОВАНOSTІ У МАЙБУТНЄ ТА ПОШУК СЕНСУ ЖИТТЯ У ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ	
1.1. Підходи до вивчення сенсу життя.....	7
1.2. Психологічні особливості ціннісних орієнтацій особистості юнацького віку.....	13
1.3. Особливості пошуку сенсу життя юнаків та юнок.....	18
Висновки до 1-го розділу	
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПОШУКУ СЕНСУ ЖИТТЯ У ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ	
2.1. Вибір методик та організація дослідження.....	28
2.2. Проведення дослідження та аналіз результатів вивченої проблеми.....	35
Висновки до 2-го розділу	
ВИСНОВКИ.....	45
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	47

ВСТУП

Актуальність дослідження. Сучасні умови сьогодення стрімко зростають і все гостріше виявляється глибока необхідність у конкурентноспроможній особистості. Усі процеси життя динамічно розвиваються, темп пришвидшився і тому такі суспільні зміни вимагають адаптації та визначеності з боку людини. Перші кроки на ринку праці сьогодні звісно за молодими людьми, амбіційними, креативними та активними. До таких саме відносять осіб юнацького віку, які перебувають в процесі раннього дорослішання.

Ефективність осіб юнацького віку власне забезпечується завдяки їхнім навичкам бути продуктивним у динамічних та мінливих умовах суспільного середовища, можливістю до особистого розвитку та досягнень, здатністю брати на себе відповідальність за дії та вчинки. Сучасна молода людина юного віку, хоч і перебуває в умовах дорослішання не рідко втрачає сенс життя, не розуміє свого майбутнього та не знає ким і де їй бути.

Власне проблема вивчення сенсу життя займала завжди чільне місце серед наукових досліджень. Систему поняття сенсу життя як пояснення поведінкових людських проявів вивчав психоаналіз. Людська потреба до пошуку та розуміння сенсу життя цікавила В.Франкла, який розглядав пошук і знаходження сенсу як необхідну життєву задачу особистості.

Дослідники вказують, що розуміння сенсу життя сприяє осмислювати події, що реалізуються, усвідомлювати ким людина є та як об'єктивна реальність, що є навколо належить до особистісних цінностей та системи смислотворення особистості.

Власне у нашому дослідженні ми прагнемо проаналізувати життя людини в контексті її дорослішання та розумінні її проблем до становлення та

самовизначення. Вважаємо, що розуміння свого призначення допоможе людині юнацького віку визначити власні смисложиттєві орієнтири та цінності, які допоможуть їй досягти особистісної гармонії, незалежності та цілісності. Саме тому темою нашого психологічного дослідження було обрано «Спрямованість у майбутнє та проблеми пошуку сенсу життя у юнацькому віці».

Таким чином, **метою нашого дослідження** є теоретико-емпіричний аналіз особливостей спрямованості у майбутнє та пошуку сенсу життя у юнацькому віці.

Об'єкт дослідження – сенс життя людини.

Предмет – особливості спрямованості у майбутнє та пошук сенсу життя у юнацькому віці.

Відповідно до мети визначено наступні **завдання**:

- 1) здійснити загальний аналіз підходів до вивчення сенсу життя людини;
- 2) проаналізувати психологічні особливості ціннісних орієнтацій особистості юнацького віку;
- 3) визначити особливості пошуку сенсу життя юнаків та юнок;
- 4) емпірично дослідити особливості пошуку сенсу життя у юнацькому віці.

Гіпотеза дослідження: пошуку сенсу життя особистості юнацького віку сприяє її потреба у самоактуалізація, що залежить від досягнення балансу між загальнолюдським цінностями людини, таких як любов, здоров'я, наявність друзів, активне життя, розвиток, цікава робота, свобода вибору та слова, наявність власних інтересів, матеріальне забезпечення.

Теоретико-методологічною основою роботи є праці науковців, психологів, вчених, що вивчали спрямованість людини, прагнення до самоактуалізації та пошуку сенсу життя таких, як А. Маслоу, В. Франкл, К. Роджерс, Е. Фромм . Відповідна психологічна категорія опинилися в центрі

досліджень українських вчених О. Гріньова, О. Зазимко, Л. Лептіхова, Т. Малихіна, С. Максименко, І. Рудакова, А. Широких, Т. Титаренко, Н. Чепелева, Ю. Швалб та ін.

З метою вивчення особливостей пошуку сенсу життя у юнацькому віці, нами були використано наступні психодіагностичні **методи та методики**: теоретичні (аналіз, узагальнення, систематизація наукових даних щодо проблеми підліткового розвитку) та емпіричні психодіагностичні методики: тест смисложиттєвих орієнтацій (СЖО) Д. Леонтьєва; методика вивчення рівня самоактуалізації (САМОАЛ); методика «Ціннісні орієнтації» М. Рокича.

Новизна дослідження визначається спробою теоретико-емпіричного аналізу психологічних особливостей спрямованості у майбутнє та пошуку сенсу життя у юнацькому віці.

Теоретико-практична значущість дослідження полягає у розширенні та поглибленні знань щодо найважливіших ціннісних орієнтацій для сучасної молоді та аналізу основних найпріоритетніших потреб, якими молодь керується у житті для досягнень та спрямованості у майбутнє, з метою знаходження та пошуку сенсу життя. Отримані результати дослідження будуть корисними для фахівців, що працюють у закладах вищої освіти і здійснюють активну участь у формуванні та вихованні молодого покоління та наданні їм ширшого уявлення про загальнолюдські цінності, що сприяють самоактуалізації та самореалізації у житті, до яких сучасна молодь активно прагне.

Надійність та вірогідність результатів дослідження.

Дослідження забезпечувалась використанням валідних методів та методик, що розкривають мету, завдання дослідження.

Структура роботи. Робота розміщена на 49 сторінках комп'ютерного набору, містить вступ, два розділи, висновки, список використаних джерел.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ СПРЯМОВАНOSTІ У МАЙБУТНЄ ТА ПОШУК СЕНСУ ЖИТТЯ У ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ

1.1. Підходи до вивчення сенсу життя

Теоретичний пошук пояснення питання значення сенсу варто розпочати з історичної еволюції дослідження значення. Так, вперше ідеї розглядати поняття «значення» і «сенси» ввів хорватський гуманіст Матіас Флаціус Іллірійський, вказавши на одне значення цих термінів, але різні контексти визначення їх смислів. Мислитель підкреслив, що питання сенсу зводиться до вивчення проблеми контексту [17, 19].

Наступним історично-проблемним контекстом поняття сенсу присвячені роботи феноменологічної парадигми, що висвітлені у працях Е. Гуссерля та його послідовниками Г.Шпета, М. Хайдеггера, К. Ясперса, Ж.-П. Сартра та М. Мерло-Понті, що досліджували феноменологію свідомості.

Ще інше тлумачення значення сенсу знаходимо у гуманітарному підході, який вивчає сенси людського буття, екзистенції. Вивчення цього значення представлені у працях К. Ясперса [20], Ж.-П.Сартра [21], П.Тіліх [22].

Вивчення поняття сенсу також вивчалися в гуманітарних науках: проблематика сенсу людських дій та невербальних проявів. У числі авторів, які заклали початок порушеної теми у дослідженнях були: В. Дільте, Е. Шпрангер і М. Вебер.

Найбільшого дослідження значення сенсу знайшло саме з розвитком психологічної науки, де поняття сенсу визначає підхід вивчення психології особистості, де впливаються теоретичні уявлення про смисловий вимір людського буття.

Поняття сенсу набуває особливо тлумачення при вивченні структури особистості, розуміння її цілей та мотивації. Феноменологічний підхід

розкриває багатоаспектність значення, характеризує структуру та функції смислової сфери особистості.

Вперше психологічно-наукові пояснення поняття сенсу порушив психоаналіз, як спосіб пояснення поведінкових проявів людини. Власне З.Фрейд пояснюючи поняття сенсу вказував на спрямованість мимовільних реакцій людини для розуміння сенсу її вчинків та дій [17, 19].

У своїй теорії психоаналіз вивчає ідеї сенсу через смислове трактування специфічних форм поведінки людини (фобії, сновидіння, забування, афективні реакції), які раніше не бралися до дослідження і були позбавленні будь-якого сенсу. Згідно поглядів З. Фрейда сенс визначається підсвідомими діями людини, її мимовільними рухами та реакціями, за допомогою чого бажання та потреби людини будуть задоволені. Через тілесне напруження та фіксації можна розуміти, що людина перебуває у пошуку сенсу життя, оскільки психоаналітик стверджував, що саме несвідомі процеси визначає потяг до внутрішнього сенсу життя, який зникає після його усвідомлення [6,7].

Інші значення відображаються у індивідуальній психології А. Адлера, який вивчаючи систему смислів розумів їх через сенси людських дій та сенсу, яке людина присвоює собі сама та світу [8, 10]. У своєму вченні про формування особистості, А. Адлер пов'язує поведінкові смисли людини із сенсом усього її життя, зокрема «стилю» її життя та її життєвого плану. Адлер вважав, що індивідуальна діяльність людини втратила би будь-який сенс, якби вона була без жодного уявлення про мету [10].

А. Адлер вважає сенс життя первинним та виділяє фундаментальні проблеми, зв'язки людського буття:

- життя людини в певних умовах диктує питання професійного самовизначення та вибору праці;

- життя людини передбачає проблему встановлення дружніх відносин, міжособистісних взаємин;
- життя людей двох статей передбачає проблему стосунків між ними, утворення шлюбу, відносин, почуття любові [20, 21, 22].

Цікаві погляди на проблему сенсу знаходимо у юнгіанському підході, де сенс визначає все життя людини. За К. Юнгом сенс життя тісно взаємодіє із культурними та духовними цілями, а власне прагнення до них визначає душевне здоров'я людини [17]. Згідно тлумачень К. Юнга людина може віднаходити сенс життя навіть в процесі перебування у важких випробуваннях, важливою лише умовою є осягнення та усвідомлення цього сенсу та сприйняття його цінності [19].

Як зазначає Э. Вайскопф-Джолсон: «Поки життя осмислене, люди схильні міркувати і говорити про його сенс відносно мало. Але як тільки виникає нестача або відсутність сенсу, проблема сенсу починає грати важливу роль в свідомості і самовираженні особистості» [8].

Найбільшої уваги у проблематиці вивчення сенсу людини заслуговують праці В. Франкла та його теорії особистості, згідно якої сенс виступає необхідною життєвою задачею кожної особистості. Логотерапія (так називається піхід автора) власне в основі переслідує пошук та наліз смислів та сенсів існування. У екзистенційній психології виділяються три основні частини: вчення про свободу волі; вчення про прагнення до сенсу; вчення про сенс життя [6].

Власне згідно численних праць вивчення сенсу життя людини В. Франкл вважає, що у людини є вроджена мотивація до прагнення пошуку сенсу життя, його реалізації. Подібна тенденція згідно автора притаманна всім людям і є основною рушійною силою поведінки та розвитку людини. А відсутність сенсу викликає стан, який дослідник назвав екзистенційною фрустрацією,

вакуумом. Саме наявність екзистенційного вакууму викликає неврози, які були дуже поширеними в період після війни в країнах Заходу та США. На думку В. Франкла, необхідною умовою психічного здоров'я є певний рівень напруги, що виникає між людиною і об'єктивним змістом, локалізованим у зовнішньому світі, який людині необхідно реалізувати [10].

В. Франкл у своїх дослідження сенсу життя вважає його явищем, що властиве будь-яким людям в незалежності від віку, статі, інтелекту, освіти, характеру чи середовища, релігійності [10]. Пошук сенсу життя – це швидше покликання, а не пізнання. Життя ставить перед людиною завдання у пошуку сенсу його життя, людина має щоденно доводити діям, а не словам, тому автор також виділяє категорію людської відповідальності, що лежить на особистості.

Також В. Франкл приділяв особливу увагу вивченню питання свободи, для чого людина прагне нею володіти. У численних працях дослідника під свободою розуміється здатність людини взяти на себе відповідальність за власну долю, прислухатись до своєї совісті і приймати самостійні рішення щодо власної долі. Тому свобода розуміється та полягає у змінах, свобода людини виявляється у тому, аби бути тією людиною, яка вона є у свободі та стати іншою, щоб змінювати себе та своє навколишнє буття.

Питання про те, як людина знаходить свій сенс, є ключовим для практики логотерапії, у своїй книзі «Підсвідомий Бог» [11], В. Франкл говорить про те, що смисли потрібно шукати і знаходити, а також про те, що перед людиною стоїть певна потреба у відповідальності за своє життя, мірилом відповідальності в очах людини є її ж совість. Істинність думки В. Франкла підтверджує таким метафоричним висловом: «У діалозі віруючого з власним сумлінням, у цьому найпотемнішому з усіх можливих монологів, його Бог стає його співрозмовником» [10].

Окрему змістову категорію В. Франкл пропонує розглядаючи смисловий орган совісті – інтуїтивна здатність віднайти сенс, що виявляється в кожній події та ситуації, що важливі для особистості [11].

Відомою працею на весь науковий світ стала робота В. Франкла «Людина у пошуках сенсу», де автор розкриває головні цінності людини та шляхи, за рахунок яких людина осмислює своє життя [11]:

- творчі цінності допомагають реалізувати сенс життя людини, що виявляються у продуктивних творчих діях;
- цінності переживання, які проявляються через чутливість, сензитивність людини до навколишнього середовища;
- цінності відношення, які виявляються у певному ставленні людини до тих факторів, що обмежують її, або сприяють реалізувати свою позицію.

Також В. Франкл говорячи про сенс життя людини вбачає зв'язок із почуттям розділеної любові, де пережиті почуття щастя та радості від розділеної любові із близькою людиною є більш переконливим, ніж будь яка теорія хімічних елементів функціонування людини. Власне вибух такого емоційного досвіду приносить повне розуміння сенсу життя, і людина жодного разу не засумнівається у ньому.

Згідно уявлень Дж. Б'юдженталя смисли і визначають буття людини у світі. Тут особистість самостійно контролює смисле свого життя, які виникають внаслідок розуміння себе та явищ навколишнього світу. Процеси втрати смислів або відчуття загрози розвивають усвідомленість, що світ більше не забезпечує людину смислами автоматично. У такий час реальність наче припиняє обслуговування людини сенсами і особистість повністю стає відповідальною за процес організації своєї життєдіяльності [10].

Ф. Фенікс визначає метою всіх прагнень людини – розвиток внутрішнього сенсу життя, зміст якого потребує постійного розширення та поглиблення [9]. Згідно поглядів автора людина є творцем, тим, що створює та сприймає смисли насолоджуючись та керуючись ними. Змістова сутність людини тісно пов'язана з спрямованістю до здійснення сенсу, тому основна мета людини полягає у оволодінні смислами та процесом їх реалізації.

Інший погляд на проблему вивчення сенсів людини пропонує С. Мадді, що вказує на вроджену потребу людини до сенсу життя, виділяючи при цьому фізіологічні, соціальні та психологічні людські потреби. Процес пошуку сенсу життя за С. Мадді виникає лише тоді, коли будуть задоволені нижчі щаблі свідомості, коли особа зрозуміє для себе, що їй цікаво, істинне, на що варто витратити свої сили та зусилля. Власне людська діяльність зорієнтована на пошук сенсу. В час свідомої потреби зрозуміти для чого людина приймає ті чи інші рішення, вона наближає процес екзистенції свого буття [10].

На основі загальновідомих підходів до визначення проблеми сенсу життя вважаємо, що сенс життя є смислотворною системою людини, де основним елементом у пошуку сенсу життя є система цінностей та ціннісних орієнтацій, які власне спрямовують особистість до процесу її самопізнання, розвитку, досягнення цілісності та гармонії, до процесу самоактуалізації.

Формування особистісного світогляду та відношення до життя виникає внаслідок особистісних потреб, бажань та прагнень. Важливо усвідомити чітко свій життєвий шлях та використовувати ті засоби та цілі, які наблизять людину до стану щастя, незалежної та вільної особистості. Усвідомлення бажаного шляху людини та своїх життєвих цілей і буде її сенсом, що визначатиме людське буття.

Так само і у житті – кожна людина, уявивши, сформувавши, спроектувавши свій життєвий план має намір максимально наблизити та

реалізувати його у реальному житті, якщо ж все зроблено правильно, те що виходить в результаті - виглядає у реальності так само як і в уяві людини. Проста істина: перш ніж створити матеріальне, людина створює ідеальне.

1.2. Психологічні особливості ціннісних орієнтацій особистості юнацького віку

Одне із центральних утворень особистості, що виявляє її свідоме відношення до дійсності навкола та визначає мотивацію поведінки та впливає на різні сторони життя є життєві цінності. Усвідомлення системи цінностей утворює життєві орієнтири та принципи, які спрямовують діяльність особистості.

Під цінностями у психології розуміють систему ідей, ідеалів, цілей, до яких прагне і людина, і суспільство. Виділяють наступні загальнолюдські цінності:

- універсальні: любов, престиж, повага, безпека, знання, гроші, речі, національність, воля та здоров'я;
- внутрішньо-групові: політичні, релігійні;
- індивідуальні: особистісні [1].

Цінності виконують наступні функції у житті людини: орієнтують життя людини, тому необхідні для підтримки соціального порядку; контролюють та викликають орієнтири людського життя та норм поведінки. У сучасній психології розрізняють термінальні цінності (цінності-цілі) та інструментальні (цінності засоби). Саме термінальні цінності відносяться до найважливіших, оскільки відображають життєву перспективу особистості, визначаючи сенс життя людини, підкреслюють що для не є важливе та ціннісне.

Термінальні цінності відображають кінцеву мету індивідуального людського існування. Інструментальні виступають при цьому у ролі

переконань. Інструментальні цінності як риторій оцінки вибору патерну поведінки активізують особистість до дії, а термінальні – виступають критерієм засобу їх досягнення та реалізації [2].

Таким чином, на основі аналізу вчинків людей, що володіють системою цінностей можна спостерігати суб'єктивну оцінку людиною явищ виходячи з позиції значимості у задоволення своїх інтересів.

Для розуміння природи цінностей та життєвих орієнтацій важливо розуміти їх виходячи із концептуального підходу дослідника, що досліджує сутність особистості. Тому пропонуємо розглянути деякі увялення наукових традицій та шкіл на аксіосферу особистості.

Згідно основних ідей психоаналізу цінності є утворенням Супер-Его як психічної інстанції моральних, естетичних та ідеологічних вимог, являється цензором поведінки та дій. Становлення Супер-Его виникає через подолання комплексу Едипа – психічна амбівалентність авторитету батька. Тут цінності розуміються як форма соціального контролю. Тобто, цінність являє собою деякий сублімуючий інстинкт, моралене, естетичне та ідеологічне маскування тваринної природи людини, і як наслідок формування культурної невротизації.

Когнітивна психологія розглядає цінності, норми поведінки і настанови як автоматизовані думки внаслідок домінування у психічній сфері хибних базових послань. Власне неадаптивні когнітивні процеси виникають із базових цінностей дитячих вражень та впливу психопатологічної сім'ї.

У феноменологічній концепції В. Франкла цінності діляться на цінності досягнень, відношення та переживань.

Не менш важливими є ціннісні орієнтації людини – механізм особистісного розвитку та саморозвитку, що впливають на особистість розвиваючи її та виступають динамічною системою людини. Ціннісні

орієнтації формуються під впливом міжособистісного спілкування, що визначає розвиток основних моральних, духовних та матеріальних цінностей. Ціннісні орієнтації являються найважливішими елементами внутрішньої структури людини, які закріплюються життєвим досвідом, особистісними переживаннями і дають усвідомлення індивіду щодо значимості та несуттєвого [4].

Оскільки спілкування є основним засобом формування цінностей, то процес взаємодії дозволяє відбирати співбесідників, обирати форми комунікації, зразки поведінки, які виникають на підставі інтересів, бажань, захоплень. Людина обирає зразок та похідні взірці для наслідування поведінки, що визначатиме її систему цінностей у життєдіяльності. Адекватність формування цінностей щодо навколишньої дійсності дозволить збільшити соціальну та групову активність людини, що сприятиме правильній організації, корекції загально значущих видів діяльностей [5].

Ціннісні орієнтації виступають предметом дослідження і діагностики психічних якостей та властивостей особистості. Найчастіше дослідження стосуються мотиваційної сфери особистості та світоглядних структур людини. Провідна роль ціннісних орієнтацій виявляється у поведінкових реакціях людини, усвідомлень цілей та настанов індивіда.

Формування ціннісних орієнтацій відбувається також з позиції аналізу потреб і мотивів особистості. Тому виділяють ціннісні мотиви: мораль, робота, самостійність, ставлення до оточення. Потреби ж вказують на основні інтереси, а їх зміст – ціннісні орієнтації.

Наступною складовою ціннісної сфери діяльності людини є інтерес – реальна причина соціальних дій, подій, намірів, що спонукає до мотивів, ідей, намірів, що беруть участь у виконанні цих дій. Зміст інтересу полягає в усвідомленні людської потреби діяти. Інтерес виявляє вибіркоче відношення

до предметів та явищ і як наслідок усвідомлення його значимості та емоційного переживання важливих подій. В цілому інтереси визначаються генеральною спрямованістю особистості. Інтереси стимулюють людину до діяльності, інтереси формуються в процесі діяльності. Наприклад, наявність інтересу у студентів є передумовою для їхньої діяльності, розвитку необхідних здібностей та успішного навчання, які важливі для самореалізації у професійній діяльності.

Мета (або ціль) – наступна ланка усвідомлення потреб, інтересів та стимулів. Під ціллю розуміють певний елемент поведінки і свідомої діяльності, що передбачає характер результативності цієї діяльності і пошуку шляху реалізації. Метою прийнято вважати спосіб інтеграції дій у певну систему виконання. Аналізуючи цілеспрямовану поведінку діяльності можна виявити деякі невідповідності між метою та самою ситуацією. Тому досягнення мети передбачає подолання цієї суперечності людиною [17].

Побудова і переоцінка системи цінностей – основний процес морального розвитку в юнацькому віці. Переоцінка цінностей виступає чинником зміни ставлення до ризику, у зв'язку з чим деякі молоді люди беруть участь у багатьох ризикованих заходах [25].

Дослідники вважають, що саме період юності, або ранньої дорослості є віком вироблення ціннісних орієнтацій людини, до яких належить світогляд особистості про світ та загальні уявлення про навколишнє середовище, інших індивідів, про себе самого. У юності формуються ставлення до життя, яке сприяє пошуку сенсу життя [5].

Життєва орієнтація формується під впливом кола осіб, з якими людина контактує, від кола занять та інтересів, де підкреслюються ті чи інші цінності в свідомості особистості. Життєва орієнтація юнака включена до компоненти свідомості та виявляється на таких рівнях життєвих орієнтацій:

емоційний (пов'язаний з соціальними почуттями); когнітивний (виявляє спрямованість до діяльності); поведінковий (пов'язаний із готовністю займатися тією чи іншою діяльністю) [17].

Для особистостей юнацького віку властиве значне коло діяльностей, оскільки юнаки тяжіють до різних активностей, що виявляють також і їхні ціннісні орієнтації. Якщо порівняти між собою юнаків та підлітків, то підлітки прагнуть відкривати своє Я, а юнаки воліють відкривати себе у світі. За таких обставин виникає завдання організувати та впорядкувати власні взаємини із зовнішнім світом, знайти своє місце в ньому.

Виходячи з цього, варто зауважити, що юнацький вік є вже усвідомлений, переважає орієнтація на майбутнє, що формує позитивний емоційний стан та ставлення до себе, сприяє активності та розвитку особистості юнацького віку. Розуміння свого місця в майбутньому та усвідомлення життєвих перспектив – основне досягнення та новоутворення особистості у юнацькому віці [18].

Для юнацького віку властиві наступні ціннісні орієнтації:

- цінності особистого життя: здоров'я, любов, друзі, щасливе сімейне життя;
- індивідуальні цінності: самостійність, краса, матеріальні блага, сміливість, воля, життєрадісність;
- етичні цінності: вихованість, чесність, милосердя, чуйність;
- цінності професійної спрямованості: робота, визнання, освіченість, раціоналізм, самоконтроль, відповідальність;
- цінності розвитку і пізнання: творчість, розвиток, активність [19].

Осіб у юнацькому віці також хвилюють екзистенційні теми, які раніше не були в пріоритеті, пошук сенсу життя, усвідомлення свого призначення та

ефективність своєї діяльності для світу. Саме аналіз пошуку сенсу життя осіб юнацького віку ми проаналізуємо далі.

1.3. Особливості пошуку сенсу життя юнаків та юнок

У період юності молоді люди все частіше задаються питанням пошуку сенсу життя, що серйозно впливає на їхнє самовизначення, самореалізацію та самоактуалізацію особистості. Період юнацтва – це етап соціального, професійного розвитку та самовизначення, що характеризується активною особистісною позицією. У цей період особи активно реалізують творчий та інтелектуальний потенціал, прагнуть до пошуку себе у різни сферах життєдіяльності.

Цікавим еволюційним аспектом розвитку людини є історичний бекграунд, який завжди визначає основну потребу людського буття, що полягає у соціальній приналежності до спільних групових активностей, спрямованих на виживання (історично: полювання, військова справа), життєзабезпечення (робота з впорядкування життєвого простору - будівництво житла), а також на впорядкування професійної діяльності: землеробства, ремесла, промисловості. Відповідно до цих факторів на нашій землі століттями закладалися цінності щодо базових, еволюційно зумовлених потреб людства. За Грейс Крайг, робота є основною умовою і чинником, що сприяє розвитку людини в дорослому житті [17].

Праця, трудова діяльність, робота визначає спосіб життя особистості, її матеріальний стан, статус, цінності, переконання, установки. Власне реалізація професійної діяльності є значним стимулом для особистісного розвитку та зростання. У юності також відбувається розширення соціальних ролей, що впливають на особистісний розвиток та насичують життя людини. Також цей вік є доволі гнучким для зміни особистісних переконань, що

притаманні були раніше, цінності та установки змінюються у відповідності до ролей, які властиві людині юнацького віку та тим ситуаціям, якими особистість живе.

У період юності молоді люди прагнуть до перших своїх професійних виборів, тому часто вже працюють і тоді професійна діяльність стає провідною для них. Залученість до професійної діяльності сприяє максимальній реалізації сутнісних сил людини в процесі її виконання. Тому особистість в юнацькому віці прагне до найвищих досягнень у фізичній, моральній, інтелектуальній та професійній сферах.

Життєві потреби людини, які є важливими для неї впродовж життя вивчав А. Маслоу. Згідно його теорії на різних етапів розвитку самосвідомості людини характерні різні конструкти та виміри. Теорія більше орієнтована не на етапах розвитку, а на потребах, які людина прагне задовільнити впродовж життя, реалізувати свій потенціал та можливості і зрозуміти повноту свого Я.

Згідно теорії А. Маслоу самоактуалізація є метою життя людини, що потребує особистого розвитку та реалізації своїх здібностей, талантів [18]. Потреба в самоактуалізації належить до найвищих потреб згідно ієрархії потреб, тому власне ціль життя людини пов'язана із прагненням до самоактуалізації на різних рівнях життя як найвищого рівня прояву самосвідомості.

Послідовники цієї теорії також наголошували, що вибір в процесі життя завжди здійснює людина, саме вона обирає власне майбутнє, визначає необхідні напрямки та цілі, яких прагне досягати [19].

Для соціальної ситуації розвитку осіб юнацького віку характерна активна включеність та залученість молоді до різних сфер трудової діяльності та суспільно-корисної праці. В цей час формуються соціальні контакти, які й надалі поглиблюють та розширюють соціальні межі.

Окрім змін у соціальній сфері та професійного самовизначення особистість у цьому віці також укріплюється на фізіологічному рівні. Основною інстинктивною потребою періоду юнацтва є процес пошуку партнера, можливе бажання планувати та створювати власну сім'ю.

На сьогодні ми частіше можемо спостерігати деякі зміни у тенденціях до планування та створення сім'ї. Сучасне буття молодій людині дещо відтермінувало необхідність створення сім'ї аж до періоду середньої зрілості. Сучасна молода людина надає перевагу особистісному професійному самовизначенню, вона більше прагне до знань та досвіду, нерідко пробує себе у різних професійних напрямках, з легкістю змінюючи роботу.

Молоді люди в юнацькому віці перебувають постійно у розвитку та пошуку себе. Сучасний світ зі своїм різноманіттям дає багато варіантів для виборів, отримання досвіду та знань. Для того, щоб адаптуватися молодій людині до такого різноманіття у сучасному світі молода людина потребує самовизначення у власних цінностях, потребах, установках та переконаннях.

Вважаємо, що сучасна молода людина на сьогодні має дуже багато пропозицій та можливостей для сприяння у її реалізації. Однак різні неперебачувані обставини суспільства (пандемія коронавірусом, повномасштабне вторгнення) може також і відтермінувати її пошук життєвого шляху та віддаляти від гармонійного самосприйняття.

Подібна ситуація та наявність різноманіття перспектив сприятливо впливає на людину та може посприяти в самовизначення, допомогти знайти свою дорогу та шлях до реалізації своїх планів та потреб, до досягнення та реалізації інтелектуального та творчого потенціалу. А з іншого боку, у випадку слабких розвинених адаптаційних здібностей може викликати стан пригнічення у людини, нерішучості чи страху наблизитися до реалізації своїх бажань та потреб, намірів та планів.

Прибігання до одного варіанту чи іншого буде залежати від сприятливих умов та інтеграції самовизначення особистості згідно психосоціального розвитку людини за Е. Еріксоном, який визначає стадію розвитку що характеризується егоідентичністю та прийняття своєї особистості на різних рівнях розвитку [24].

Тому, для людини юнацького віку є характерним прагнення до прояву самостійності, незалежності, автономії. Для молодих людей властиво брати відповідальність за реалізацію своїх життєвих планів, які визначатимуться за критеріями пошуку сенсу життя.

Під час розвитку особистості у юнацькому віці людина повністю починає усвідомлювати важливість бути відповідальною за своє життя та вибору, все легше молоді люди демонструють готовність приймати відповідальність за свої вчинки. Для того, щоб детальніше проаналізувати важливі особливості та досягнення особистості у період юності, важливо згадати та проаналізувати особливості формування егоідентичності та проходження життєвих криз.

Найбільш повно розглянув особливості цього питання, на наш погляд Е. Еріксон, який розробив концепцію психосоціального розвитку людини та ввів поняття кризи ідентичності. Згідно уявлень психолога, егоідентичність являється центральним компонентом концепції розвитку особистості [23]. У своїх працях психолог описує розвиток его-ідентичності впродовж життя людини - від народження та смерті. Виділяє вісім стадій розвитку, що людина проходить на протязі свого життя. Власне пік розвитку та досягнення статусу его-ідентичності співпадає на юнацький період розвитку, коли людина переживає зміни на білогічному, соціальному та професійному рівнях.

Власне у юнацькому віці визначається его-ідентичність, яка є ключовою у досягненні гармонійності в особистому аспекті та у задоволенні потреби до реалізацій власних прагнень та цілей, відбувається переживання кризи.

У своїх наукових працях автор стверджував, що ідентичність істотно впливає на особливості формування особистості впродовж життя. Кожен етап розвитку та нові елементи мають інтегруватися в структуру, а попередні, застарілі елементи – реінтегруватися або відкинутись. Розвиток ідентичності проходить через кризи, певні періоди ідентичності, у яких виникає конфлікт між сталими характеристиками та прагненнями до нового розвитку та змін. Вихід із кризи потребує максимальних зусиль, щоб визначити та прийняти нові цінності чи види діяльності.

Серед виділених стадій розвитку особистості Е. Еріксон виділив: стадія немовляти (народження – 1 рік) – довіра/недовіра; раннє дитинство (1-3 років) – самостійність/нерішучість; дошкільний вік (3-6 років) – завзятість/почуття провини; шкільний вік (6-12 років) – умілість/неповноцінність; підлітковий вік та юність (12-20 років) – ідентифікація особистості/плутаниця ролей; рання зрілість (20-25 років) – близькість/самотність; середня зрілість (25-65 років) – продуктивність/інертність; пізня зрілість (після 65 років) – інтеграція/відчай [5].

Проживання та розвиток усіх стадій відіграють важливе значення для кожної наступної, так і для юнацького віку для формування его-ідентичності важливими мають значення попередні шість. Проходження та розвиток на всіх стадіях дуже індивідуальний процес, якому притаманне нечіткість часових меж початку та закінчення стадій. Але переживання криз кожного етапу супроводжується розвитком та являється стимулом до переходу на нову стадію розвитку.

Згідно концепції Е. Еріксона саме проживання юнацького віку є найкритичнішою стадією для формування его-ідентичності, процес формування якого є однією із перешкод, яку молоді люди мають подолати, щоб перейти далі в своєму особистісному розвитку.

Для юнаків та юнок важливим аспектом для особистісного розвитку є не лише пошук власного місця у житті, а й досягнення певного статусу. Статус тісно пов'язаний із процесами соціалізації особистості, які впливають на формування ідентичності та відчуття внутрішньої міцної ідентичності, що являється маркером закінчення особистісного розвитку і переходу до періоду сдорослості. Відчуття своєї ідентичності – важлива умова подальшого формування себе як дорослої людини [25].

За Е. Еріксоном стадія розвитку почуття ідентичності є ключовою, але може виникати і деяка плутанина ролей, що викликатиме дифузну ідентичність. Автор виділяє елементи ідентичності на рівні індивідуального досвіду людини:

- почуття ідентичності (здатність людини ототожнити себе і відчувати історичну безперервність розвитку);
- свідоме почуття ідентичності (відчуття безперервності свого існування в часі та просторі та визнання такогож для іншої особистості);
- переживання почуття ідентичності з розвитком посилюється (впродовж людина відчуває особистісні зміни, знає якою вона була у дитинстві, якою є зараз, відчуває переживання щодо свого майбутнього, розуміє ким є і ким хоче бути, сприймає оцінки інших щодо себе) [25].

Подолання кризи та перехід людини юнацького віку до наступної стадії дорослості визначається здатністю особистості усвідомити себе та свою роль

ужитті. Успішність подолання кризи та здатність ототожнити себе із навколишньою дійсністю, визначення власної неперервності у часі та просторі являється ознакою про загальний стан благополуччя життя особистості, а отже і визначення людиною свого наступного сенсу життя.

Коли відбулося визначення особистих інтересів, смисложитєвих орієнтацій, особистість відчуває себе більш впевненою, вона вже має певний міцний фундамент під ногами.

Наступна криза ідентичності виникає на шостій стадії розвитку – період пізньої юності та ранньої дорослості. У цей час виникає конфлікт між близькістю та ізоляцією, що викликає багато суперечностей розвитку на цьому етапі. За Е. Еріксоном близькість не зводить лише до сексуальної близькості, а включає в себе щось набагато більше: довіра, любов, приналежність, таємничі почуття до друзів, близьких, коханої людини, родичів чи інших значимих людей.

Подібна потреба до інтимності виникає через злиття своєї особистості із особистістю іншої людини, що передбачає впененість та рішучість власної ідентичності. Вступ у такі близькі відносини залежатиме від проживання попередніх стадій розвитку та конфліктів на них. Негативним аспектом невдалого формування ідентичності є труднощі у довірливих взаєминах та інтимних стосунках, що призводить до стану самотності, ізоляції та соціального вакууму.

Прагнення знайти партнера чи супутника у життя, відділення від батьків, пристосування до самостійного життя, здобуття освіти, опанування професією, побудова власного особистісного автономного буття, де людина є повноцінним суб'єктом життя – необхідні умови для створення індивідуальності в житті та реалізації свого стилю. Особиста спроможність справлятися із внутрішніми суперечностями, вибудовувати життєву

перспективу і бачити власні цілі та стратегії є основними маркерами досягнення особистісної зрілості.

Сенс життя – важлива змістова категорія, інтерес до якої виникає в періоді пізньої юності та початку ранньої дорослості. Власне сенс життя визначає внутрішню мотивацію, індивідуальну значимість для суб'єкта своїх дій та вчинків, що піддаються цілісній оцінці як важливі. Переживання та відчуття, що виникають внаслідок становлення і формування смисложиттєвих орієнтацій реалізується через наступні переконання чи установки: бути собою, самореалізуватися, усвідомити самоцінність.

Для осіб, що перейшли до ранньої дорослості характерною є потреба у реалізації свого особистісного потенціалу, яке досягається через включення в активне професійне та соціальне життя, що досягається через властиві молодій людині гнучкість розуму, пластичність поведінки, здатності орієнтуватися у просторі та часі, через активну позицію у професійній та соціальній сферах, через віру у власні сили та здатність легко сприймати дійсність. Саме ці особистісні властивості молоді активізують та спрямовують до досягнення життєвого балансу.

Розуміння своєї еґо-ідентичності сприяє початку реалізації життєвих задумів. Людина переповнена енергією та силою, прагне досягати, амбіційна, здійснює свої мрії, які все частіше стають реальністю.

У цьому періоді стають досяжними складніші види професійної діяльності, розвивається активно міжособистісна комунікація, контакти з іншими встановлюються легше, дружба та кохання стають сталими. Отже, період особистісного розвитку в юнацькому віці в психології вважається як один із найсприятливіших для особистої самореалізації.

Висновки до 1-го розділу

Отже, теоретико-методологічний аналіз розуміння сенсу життя дозволяє підвести підсумки, що формування людиною сенсу життя виникає внаслідок потреби усвідомити своє існування та призначення, зрозуміти свої мотиви, цілі та прагнення. Людська діяльність збалансовує процес інтеріоризації та екстеріоризації. Впродовж життя людина прагне розширювати особистісні можливості, взаємодіяти із різними суспільним оточенням, бути включеною у суспільні справи та бути корисним для світу в цілому.

Особи юнацького віку перебуваючи в активній стадії раннього дорослішання потребують усвідомлення своєї егоїдентичності, прагнуть сформуванати особистісні цілі та мотиви свого існування, досліджують структурні сторони своєї особистості. Характерна спрямованість юнацького віку у перспективне майбутнє стимулює їх до активного пошуку сенсу життя та тих сфер, у яких вони реалізуються. Так успішне проживання юнаками та юнок кризи егоїдентичності сприяють легко сформуванати свої цілі та мотиви існування, що полегшує тим самим пошук сенсу життєдіяльності. Серед провідних потреб юнацького віку також виділяють потреби у самовизначенні, реалізації інтелектуального та творчого потенціалу, отримання задоволення від спілкування та суспільного життя, пошук партнера, розширення світогляду.

РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПОШУКУ СЕНСУ ЖИТТЯ У ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ

2.1. Вибір методик та організація дослідження

З метою вивчення особливостей пошуку сенсу життя та спрямованості у майбутнє в осіб юнацького віку нами було проведене емпіричне дослідження, метою якого було з'ясування пріоритетності та ціннісних орієнтацій у сучасних юнаків та юнок. Вважаємо, що визначення системи ціннісних орієнтацій та загального рівня самоактуалізації дозволить виявити наявність зв'язку, що визначає пошук сенсу життя та осмисленості його молодими людьми.

З теоретичного дослідження виявлено, що знаходження особистістю сенсу життя сприяє її самоактуалізації та залежить від досягнення балансу між загальнолюдським цінностями людини, таких як любов, здоров'я, наявність друзів, активне життя розвиток, цікава робота, свобода вибору та слова, наявність власних інтересів, матеріальне забезпечення, громадянська позиція тощо.

Тому для детального емпіричного вивчення заявленої теми ми обрали наступні психодіагностичні методики, які на наш погляд допоможуть виявити важливі фактори у пошуку сенсу життя та самоактуалізації молодих осіб: тест смисложиттєвих орієнтацій (СЖО) Д. Леонтьєва; методика вивчення рівня самоактуалізації (САМОАЛ); методика «Ціннісні орієнтації» М. Рокича.

Для вивчення характеру смисложиттєвих орієнтацій ми використали адаптований варіант тесту смисложиттєвих орієнтацій (СЖО) Д.Леонтьєва. Тест складається із 20 шкал-тверджень та двох протилежних варіантів відповідей на них, де досліджуваному необхідно відмітити той бал полюса відповіді, який найбільше відповідає уявленню самої особи. Один полюс твердження описує дію, стан або переживання. Після обрахунків

здійснюється згідно з ключем. Після переведення всіх «сирих» балів у «стандартні» ми будемо працювати тільки зі «стандартними».

Дана методика пропонує визначення загального показника свідомості життя та 5 субшкал, які відображають змістовні орієнтації та два види локус-контролю. З'ясуємо інтерпретацію пропонованих субшкал:

- цілі в житті: вказує на наявність чи відсутність цілей для майбутнього, які створюють власне життєве усвідомлення, спрямованість та перспективу розвитку. Низькі бали цієї шкали вказують на орієнтацію людини жити сьогоднішнім днем, тоді як високі значення описують особу як цілеспрямовану та діяльну;
- процес життя, або інтерес (емоційна насиченість життям): виявляє чи процес життя є цікавим для людини, наповнений змістом, емоційно забарвлене. Високі бали вказують на людину-гедоніста, яка живе сьогоднішнім днем. Тоді як низькі бали свідчать про незадоволення життям сьогодні, але розуміють сенс свого минулого, орієнтовані на майбутнє;
- результативність, або задоволеність самореалізацією: вказує на результат прожитого періоду життя, міру задоволеності результатом, оцінка своєї продуктивності. Високі значення за шкалою вказують на усвідомлення сенсу у житті, яке прожито (відрізку життя), а низькі показники вказують на незадоволеність прожитою частиною життя;
- локус-контролю Я: виявляє здатність людини вирішувати самостійно у своєму житті і бути господарем свого життя. Високі бали за шкалою вказують на уявлення людини про себе як сильної, здатної до свободи вибору, проживання свого життя згідно запланованих цілей, а низькі

бали вказують на втрату віри в власні сили контролювати своє життя та події в ньому;

- локус-контролю життя, або керованість життя: високі бали за шкалою свідчать про здатність людини контролювати власне життя, самостійно приймати рішення, реалізовувати їх. Низькі значення вказують на неспроможність керувати своїм життям, контроль невіддільний людині, фатальний, тому не має сенсу загадувати чи планувати щось на майбутнє.

Для вивчення рівня самоактуалізації особистості ми використали методику САМОАЛ. Знаючи рівень свого прагнення до самоактуалізації, особистість завжди може більш чітко визначити стратегію життєвого шляху і оцінити успіхи. Тест складається із 100 парних тверджень (А; Б), де досліджуваному необхідно вибрати той варіант, який найбільше відповідає йому. При обробці результатів необхідно скористатися ключем. Згідно отриманих даних можна отримати наступні результати:

- 0-5 балів свідчить про низький рівень досягнень за шкалою;
- 5-10 балів – середній рівень розвитку;
- 10-15 балів – високий рівень самоактуалізації.

Для вивчення рівня самоактуалізації особистості методика пропонує здійснювати аналіз на наступними шкалами:

Шкала орієнтації в часі	показує, наскільки людина живе сьогоднішнім, не відкладаючи своє життя «на потім» і не намагаючись знайти порятунк у минулому. Високий результат характерний для осіб, що добре розуміють екзистенціальну цінність життя «тут і тепер», здатних насолоджуватися актуальним моментом, не порівнюючи його з минулими втіхами і не знецінюючи очікуванням майбутніх успіхів. Низький
-------------------------	---

	результат показують люди, невротично заглиблені в минулі переживання, з завищеним прагненням до досягнень, підозрілі і невпевнені у собі.
Шкала цінностей	Високий бал за цією шкалою свідчить, що людина поділяє цінності особи, яка самоактуалізується, до їх числа Абрахам Маслоу відносив такі, як істина, добро, краса, цілісність, відсутність роздвоєності, життєвість, унікальність, досконалість, досягнення, справедливість, порядок, простота, легкість без зусиль, гра, самодостатність. Перевага цих цінностей вказує на прагнення до гармонійного буття і здорових стосунків з людьми, далеке від бажання маніпулювати ними в своїх інтересах.
Погляд на природу людини	може бути позитивним (висока оцінка) або негативним (низька). Ця шкала описує віру в людей, в могутність людських можливостей. Високий показник може інтерпретуватися як стала основа для щирих гармонійних міжособистісних стосунків, природна симпатія, довіра до людей, чесність, неупередженість, доброзичливість.
Висока потреба в пізнанні	Ця шкала описує спроможність до миттєвого пізнання – безкорисливе бажання нового, інтерес до об'єктів, не пов'язаний характерна прямо з задоволенням різних потреб. Таке пізнання, вважає Маслоу, точніше і ефективніше, оскільки його процес не деформується бажаннями і потягами, людина при цьому не схильна судити, оцінювати і порівнювати. Вона просто бачить те, що є, і цінує це.
Прагнення до творчості або креативність	неодмінний атрибут самоактуалізації, яку можна назвати творчим ставленням до життя.
Автономність	головний критерій психічного здоров'я особи, її цілісності і повноти. Особа, яка самоактуалізується автономна, незалежна і вільна, однак це не означає відчуження і самотність.

Спонтанність	якість, що впливає з упевненості в собі і довіри до навколишнього світу, властивих для людей, які є самоактуалізованими. Високий показник за шкалою спонтанності свідчить про те, що самоактуалізація стала способом життя, а не є мрією чи прагненням. Здатність до спонтанної поведінки обмежується культурними нормами, в природному вигляді її можна спостерігати хіба що у маленьких дітей. Спонтанність співвідноситься з такими цінностями, як свобода, природність, гра, легкість без зусилля.
Саморозуміння	Високий показник за цією шкалою свідчить про чутливість, сензитивність людини до своїх бажань і потреб. У таких людей не формуються психологічні захисти, що заважають людині адекватно сприймати і оцінювати себе, вони не схильні підміняти власні смаки. і оцінки зовнішніми соціальними стандартами. Показники за шкалою саморозуміння, спонтанності і аутосимпатії, як правило, пов'язані між собою. Низький бал за шкалою саморозуміння властивий людям невпевненим, які орієнтуються на думку оточуючих.
Аутосимпатія	природна основа психічного здоров'я і цілісності особи. Низькі показники мають люди невротичні, тривожні, невпевнені в собі. Аутосимпатія зовсім не означає тупої самовтіхи або некритичного самосприйняття, це просто добре усвідомлена «Я-концепція», що служить джерелом сталої адекватної самооцінки.
Шкала контактності	вимірює товарицькість особи, її спроможність до встановлення тривалих і доброзичливих стосунків з оточуючими. Загальна схильність до взаємнокорисних і приємних контактів з іншими людьми.
Шкала гнучкості	спілкуванні співвідноситься з наявністю або відсутністю соціальних стереотипів, спроможністю до адекватного самовираження в спілкуванні. Високі показники свідчать про автентичну взаємодію з оточуючими,

	<p>спроможність до саморозкриття. Люди з високою оцінкою за цією шкалою орієнтовані на особистісне спілкування, не схильні до фальшу або маніпуляцій, не змішують саморозкриття особи з самопредставленням – стратегією і тактикою управління створюваним враженням. Низькі показники характерні для людей ригідних, негнучких, не впевнених у власній привабливості, в тому, що вони цікаві співрозмовнику, та спілкування з якими може приносити задоволення.</p>
--	---

З метою вивчення ціннісно-мотиваційної сфери людини юнацького віку ми використали методику «Ціннісні орієнтації» М. Рокича. Система ціннісних орієнтацій визначає змістовну сторону спрямованості особистості і складає основу її відносин до навколишнього світу, до інших людей, до себе самої, основу світогляду і ядро мотивації життєвої активності, основу життєвої концепції і «філософії життя».

З метою емпіричного вивчення ціннісних орієнтацій ми запропонувади досліджуваним класичний список із 18 термінальних цінностей та 12 інструментальних цінностей, відібраних нами виходячи з сучасного стану та тенденцій сучасної молоді. Далі пропонуємо ознайомитися із списками цінностей методики:

1. Термінальні цінності: активна діяльна життя (повнота та емоційна насиченість життя); життєва мудрість (зрілість суджень і здоровий глузд, що досягаються життєвим досвідом); здоров'я (фізичне і психічне); цікава робота; краса природи і мистецтва (переживання прекрасного в природі і в мистецтві); любов (духовна і фізична близькість з коханою людиною); матеріально забезпечене життя (відсутність матеріальних труднощів); наявність хороших і вірних друзів; суспільне покликання (повага

оточуючих, колективу, товаришів по роботі); пізнання (можливість розширення своєї освіти, кругозору, загальної культури, інтелектуальне розвиток); продуктивна життя (максимально повне використання своїх можливостей, сил і здібностей); розвиток (робота над собою, постійне фізичне і духовне вдосконалення); розваги (приємне, необтяжливе проведення часу, відсутність обов'язків); свобода (самостійність, незалежність у судженнях і вчинках); щасливе сімейне життя; щастя інших (добробут, розвиток і вдосконалення інших людей, всього народу, людства в цілому); творчість (можливість творчої діяльності); впевненість у собі (внутрішня гармонія, свобода від внутрішніх протиріч; сумнівів).

2. Інструментальні цінності: свобода вибору/свобода слова; свобода бути різним/рівним; кар'єрний розвиток (просування по кар'єрних сходах); потреба пробувати себе у різних напрямках; потреба самостійно організувати власне дозвілля (наповнювати своє життя цікавими подіями, зустрічами); важливість наявності власних інтересів/хобі (окрім основної професійної діяльності); приналежність до суспільного оточення (активне спілкування та взаємодія, приналежність до компанії людей за інтересами); стійка громадянська позиція; орієнтація на досягнення власного благополуччя; орієнтація на досягнення благополуччя близьких (оточуючих); орієнтація на сьогодення/життя сьогоденням (важливість у досягненні задоволення у моменті, фокус на тих рішеннях, які впливають на власне самопочуття/благополуччя вже сьогодні); орієнтація на майбутнє (визначення майбутніх планів, рух у напрямку омріяної мети, фокус на рішеннях, які впливають на власне самопочуття та матимуть результат лише згодом).

Також ми запропонували досліджуваним до переліку цінностей методики дописати ті, які є важливими саме для них і яких немає у списках методики. Вважаємо, що серед численності цінностей, які сприяють самопочуттю, світосприйняттю особистості є і власні важливі для молодих людей.

У емпіричному дослідженні пошуку сенсу життя та спрямованості у майбутнє осіб юнацького віку прийняли участь 52 досліджуваних, віком від 18 до 22 років. Здебільшого це студенти львівських вищих навчальних закладів спеціальності «Психологія» та «Соціальна робота». Дослідження проводилося у форматі інтернет-опитування.

2.2. Проведення дослідження та аналіз результатів вивченої проблеми

Пропонуємо проаналізувати отримані результати за запропонованим психодіагностичним інструментарієм.

На основі отриманих даних вивчення смисложиттєвих орієнтацій (СЖО) отримано наступні показники:

- 11% досліджуваних (6 осіб від загальної кількості вибірки) мають низький рівень осмисленості життя;
- 52% досліджуваних (26 осіб) виявили середній рівень осмисленості життям;
- 37% досліджуваних (20 осіб) мають високий рівень осмисленості життям (див.рис.2.1.).

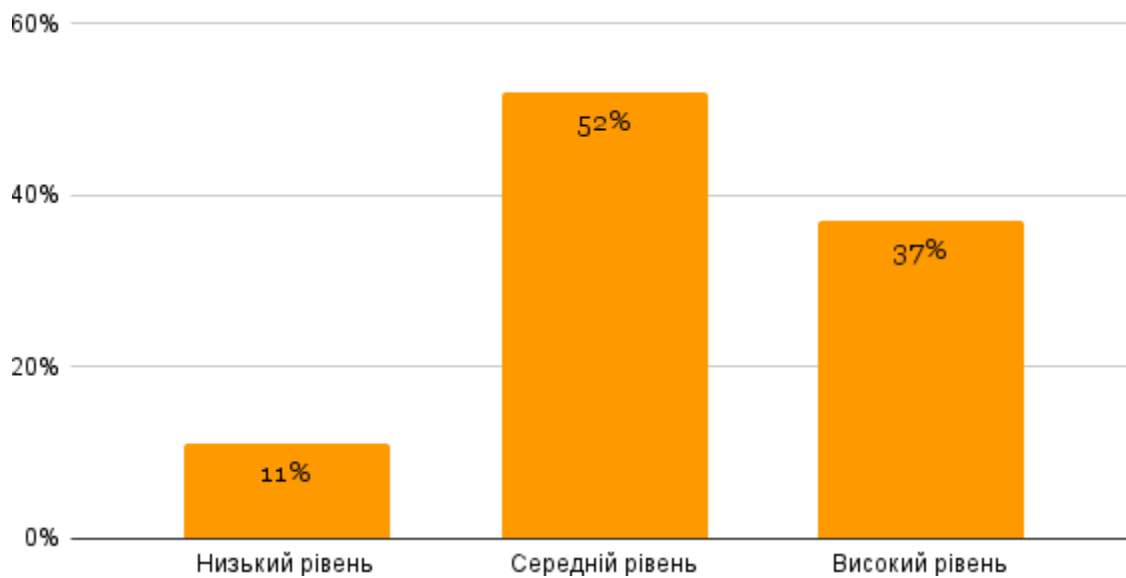


Рис.2.1. Рівні осмисленості життя осіб юнацького віку (ранньої дорослості)

Для вивчення рівня самоактуалізації особистості за опитувальником САМОАЛ, яка пропонуємо інтрепретувати за різними шкалами, ми виділили як основні дві, а саме рівень прагнення до самоактуалізації, яка демонструє загальне значення для кожної особистості спрямованість до досягнення самоактуалізації та самореалізації своїх можливостей. На основі отриманих значень ми зможемо показати статистичний результат рівня самоактуалізації для всієї досліджуваної вибірки. А другим важливим показником ми обрали шкалу автономності – описує особистість як незалежну та вільну у власних проявах. А за умови низьких значень дозволить нам бачити пригнічення власної волі, прояв залежності від думок та оцінок інших, виявленням труднощів у взятті відповідальності за власне життя на себе.

Згідно аналізу отриманих даних за методикою САМОАЛ ми отримали наступні дані: лише для однієї особи із загальної кількості вибірки (2%) характерний низький рівень прагнення до самоактуалізації; для 45 досліджуваних (86%) властивий середній рівень прагнення до самоактуалізації; для 6 досліджуваних (12%) характерний високий рівень прагнень до самоактуалізації.

Щодо наступної шкали, яку ми обрали як основну для інтерпретації ми отримали наступні показники: 15% досліджуваних (8 осіб юнацького віку) мають низький рівень автономності; 67% досліджуваних (35 осіб) – середній рівень автономності; 18% досліджуваних (9 осіб) – високий рівень автономності.

На підставі отриманих результатів за першою та другою методиками ми можемо спостерігати рівні прагнення до самоактуалізації та прояву незалежності (автономії) досліджуваних осіб юнацького віку (див.рис.2.2. і 2.3.).

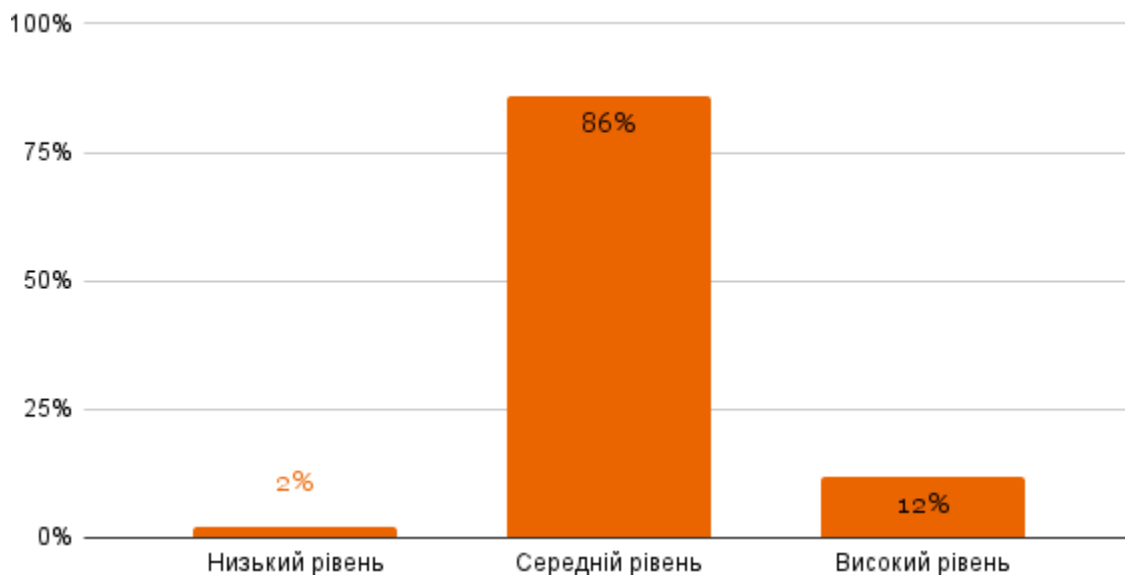


Рис. 2.2. Прагнення до самоактуалізації

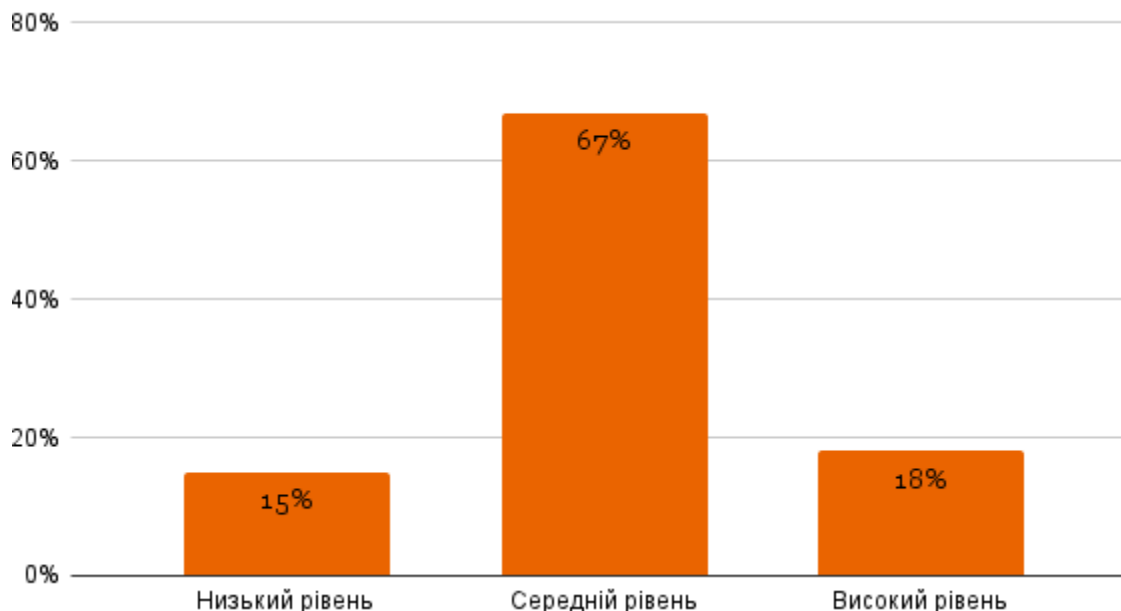


Рис.2.3. Рівні за шкалою автономності

Отримані дані за результатами дослідження рівня самоактуалізації осіб юнацького віку вказує на те, що наявність домінуючої тенденції до стійкої позиції прагнення до самоактуалізації (середній рівень прояву у більшій половині вибірки) та прагнення до прояву незалежності є важливими завданнями сучасних молодих людей. Так, наша досліджувана група вибірки лише розпочинає свій шлях до особистої самоактуалізації, з прагненням до автономії та самореалізації, але отримані дані вказують на прояв дуже активної позиції в потребі досягти незалежності та самоактуалізації. Більша половина досліджуваної вибірки стійка у своєму індивідуальному стилі життя, який на наш погляд є індикатором сенсу життя кожного.

З метою вивчення ціннісно-мотиваційної сфери людини юнацького віку ми використали методику «Ціннісні орієнтації» М. Рокича та дослідили найбільш важливі та пріоритетні цінності, за якими молоді люди реалізуються у своєму житті. Згідно опрацьованих даних ми отримали наступні результати

характерних цінностей для осіб юнацького віку, які розприділилися наступним чином: любов (85% досліджуваних); здоров'я (79% досліджуваних); наявність друзів, свобода вибору, слова, матеріальна забезпеченість (78% досліджуваних); активне життя та розвиток (75% досліджуваних); свобода бути рівним (73%); цікава робота, наявність інтересів (71% досліджуваних); кар'єрний розвиток (69% досліджуваних); пізнання (67% досліджуваних); продуктивне життя (63% досліджуваних); громадянська позиція (36% досліджуваних) (див.рис.2.4.).

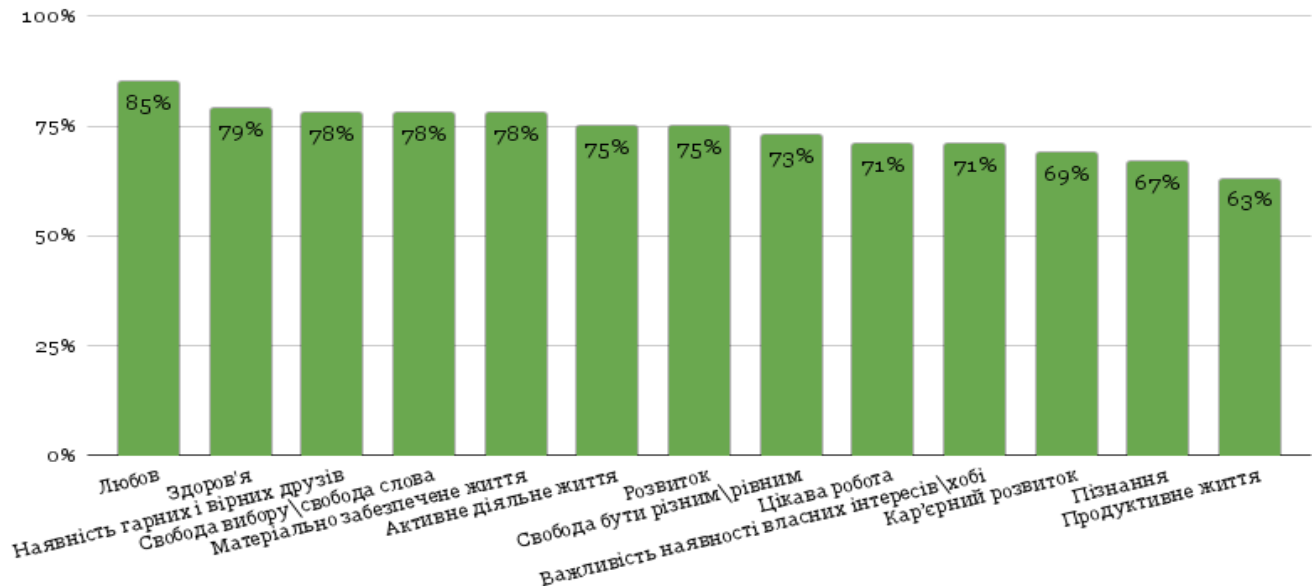


Рис.2.4. Домінуючі цінності за методикою «Ціннісні орієнтації»

З огляду на отримані дані ми можемо спостерігати, що всі цінності є важливими та пріоритетними для досліджуваної групи, окрім однієї, що проявили найменше кількісне значення – стійка громадянська позиція. Припускаємо, що такий результат є яскравим свідченням того, що молоді люди з одного боку виявляють потребу до прояву своєї думки та

громадянської позиції, але в силу нестабільних умов суспільства та швидких темпів зміни статусності та престижності громадських діячів сучасності, що викликані останніми актуальними змінами в нашій державі, ця цінність втрачає пріоритетність для молоді в порівнянні з іншими. Таке явище звісно не вказує на повну відсутність зайняти важливе місце серед суспільних процесів, але вказує на її формуючий стан.

Серед досліджених цінностей також проявляються інші, які для сучасної молоді є властивими та домінуючими: орієнтація на майбутнє характерна для 79% досліджуваної вибірки; впевненість у собі властива 78% досліджуваним; орієнтація на досягнення особистісного благополуччя проявилася у 75% досліджуваних. Найменш цінними та важливими для досліджуваної групи виявилися цінності: 58% досліджуваних мають меншу значимість за цінністю суспільного визнання; 56% досліджуваних – розваги; 54% досліджуваної групи – приналежність до суспільного оточення; 50% досліджуваних – щастя інших; 44% досліджуваних – потреба пробувати себе у різних напрямках (див.рис.2.5.).

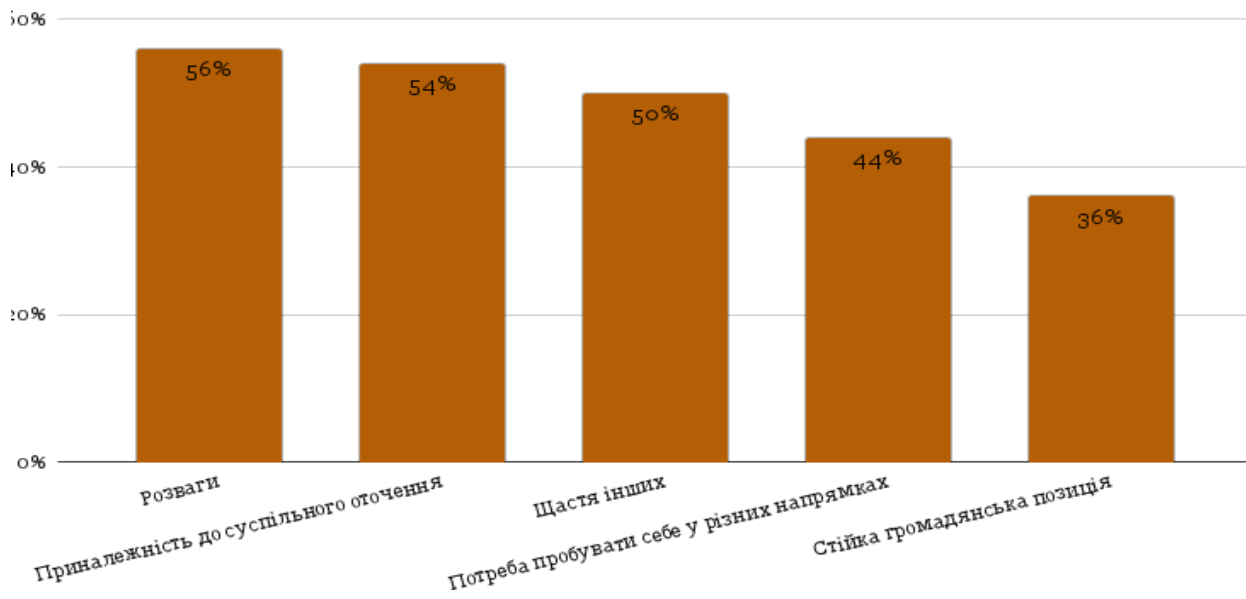


Рис.2.5. найменш поширені цінності за методикою «Ціннісні орієнтації»

Звісно такі середні значення не вказують на таку популяризацію серед досліджуваної групи цінностей як не важливих чи не пріоритетних, але в порівнянні з попередніми домінуючими, ці на характерні для меншої половини вибірки дослідження.

Хочемо нагадати, що у списку інструментальних цінностей нами було запропоновано досліджуваній групі осіб юнацького віку вписати власну важливу цінність, якою вони керуються у своєму житті, і якої немає у запропонованому списку цінностей методики. Проаналізувавши відповіді досліджуваних ми ще раз переконалися, що особистість впродовж особистісного розвитку та підготовки до самореалізації формує власну ціннісну парадигму, яка слугує для людини вектором її активності.

Серед опрацьованих відповідей ми бачимо, що більшість молодих людей вважають саме життя найвищою цінністю людини. Припускаємо, що подібна відповідь викликана внаслідок зміни світогляду на життєдіяльність, досягнення та інше з початку повномасштабного вторгнення росії на нашу країну, де більшість населення і молоді люди з нашої досліджуваної вибірки стали свідками трагічних подій, раптових смертей, катувань тощо. Також значимими для молоді постає любов, мир, взаєморозуміння під час спілкування, прагнення до реалізації власного потенціалу, матеріальна незалежність. Аналіз відповідей дає можливість зрозуміти, що молоді люди володіють достатньою чіткістю та усвідомленістю власних поглядів, що дає підстави вважати, що пошук сенсу життя для осіб є визначальним та особливим, що підтверджує нашу гіпотезу.

Отримані результати дослідження ми також піддали кореляційному аналізу Спірмена для виявлення зв'язків між найпопулярнішими цінностями та загальним рівнем осмисленості життя та самоактуалізації виявлених у досліджуваної групи юнацького віку:

- виявлений прямий зв'язок ($\rho=0,31$) між загальним рівнем осмисленості життя та ціннісними орієнтаціями, що свідчить про усвідомлення значимості життя, характерну наявність планів, бажань та цілей у молодих людей;
- прямий зв'язок ($\rho=0,10$) між загальним рівнем самоактуалізації особистості та ціннісними орієнтаціями, що вказує здатність молодих людей визначати важливі для себе цінності, які впливають на її гармонійний стан. Наявність зв'язку вказує також на здатність молоді реалізовувати свій потенціал у житті, розвивати свій інтелектуальний та творчий вияв. Отриманий результат зв'язку хоч і слабовиражений, але вказує на бажання молодих людей розвиватися та самореалізовуватись;
- прямий зв'язок між шкалами тесту СЖО, САМОАЛ та ціннісними орієнтаціями: цілі у житті – 0,29; процес життя – 0,32; результат життя – 0,26; локус контролю Я – 0,35; локус контролю життя – 0,29. Така взаємозалежність вказує на розвинені сильні якості особистості, які властиві емоційно зрілій особистості, яка знає чого хоче, як це досягати і готова повністю нести відповідальність за власні дії та вчинки, оцінює прожите життя як важливе, наповнене, вміє контролювати перебіг подій у житті, здатна планувати та реалізовувати плани та наміри, вважає своє життя емоційно насиченим.

На основі отриманих результатів дослідження можна підсумувати, що для досліджуваної групи молодих людей юнацького віку властиве усвідомлення власного призначення, що визначає пошук сенсу життя, психологічний аспект якого забезпечується через досягнення балансу цінностей та високою особистісною оцінкою цих цінностей самою молоддю. Сучасна молодь у своєму житті керується критеріями реалізації власної життєдіяльності, до яких належать креативність, гнучкість та саморозуміння. Важливо, що серед нестабільних суспільних та кризових моментів життя молодь здатна бути активною, ставити перед собою життєві цілі та досягати їхньої реалізації. В процесі досягнень молодь частіше переживає внутрішнє задоволення від процесу реалізації, що вказує на їхню активну здатність брати відповідальність за власне життя та рішення.

Висновки до 2-го розділу

Отже, проведене емпіричне дослідження особливостей пошуку сенсу життя та спрямованості у майбутнє осіб юнацького віку, де нами були використані методики вивчення з метою з'ясування пріоритетності та ціннісних орієнтацій у сучасних юнаків та юнок визначило, система ціннісних орієнтацій та загального рівня самоактуалізації продемонструвала наявність суттєвих зв'язків, які визначають рівень осмисленості та розуміння пошуку сенсу життя молодими людьми. Було досліджено, що знаходження особистістю сенсу життя сприяє її самоактуалізації та залежить від досягнення балансу між загальнолюдським цінностями людини, таких як любов, здоров'я, наявність друзів, активне життя, розвиток, цікава робота, свобода вибору та слова, наявність власних інтересів, матеріальне забезпечення.

Отримані результати емпіричного дослідження вказують на розвинені сильні якості особистості, які властиві емоційно зрілій особистості, яка знає

чого хоче, як це досягати і готова повністю нести відповідальність за власні дії та вчинки, оцінює прожите життя як важливе, наповнене, вміє контролювати перебіг подій у житті, здатна планувати та реалізовувати плани та наміри, вважає своє життя емоційно насиченим.

ВИСНОВКИ

Теоретико-методологічний аналіз розуміння сенсу життя дозволяє підвести підсумки, що формування людиною сенсу життя виникає внаслідок потреби усвідомити своє існування та призначення, зрозуміти свої мотиви, цілі та прагнення. Людська діяльність збалансовує процес інтеріоризації та екстеріоризації. Впродовж життя людина прагне розширювати особистісні можливості, взаємодіяти із різними суспільним оточенням, бути включеною у суспільні справи та бути корисним для світу в цілому.

Особи юнацького віку перебуваючи в активній стадії раннього дорослішання потребують усвідомлення своєї егоїдентичності, прагнуть сформуванню особистісні цілі та мотиви свого існування, досліджують структурні сторони своєї особистості. Характерна спрямованість юнацького віку у перспективне майбутнє стимулює їх до активного пошуку сенсу життя та тих сфер, у яких вони реалізуються.

Так успішне проживання юнаками та юнок кризи егоїдентичності сприяють легко сформуванню своєї цілі та мотиви існування, що полегшує тим самим пошук сенсу життєдіяльності. Серед провідних потреб юнацького віку також виділяють потреби у самовизначенні, реалізації інтелектуального та творчого потенціалу, отримання задоволення від спілкування та суспільного життя, пошук партнера, розширення світогляду.

Проведене емпіричне дослідження особливостей пошуку сенсу життя та спрямованості у майбутнє осіб юнацького віку, де нами були використані методики вивчення з метою з'ясування пріоритетності та ціннісних орієнтацій у сучасних юнаків та юнок визначило, що система ціннісних орієнтацій та загального рівня самоактуалізації продемонструвала наявність суттєвих зв'язків, які визначають рівень осмисленості та розуміння пошуку сенсу життя молодими людьми. Було досліджено, що знаходження

особистістю сенсу життя сприяє її самоактуалізації та залежить від досягнення балансу між загальнолюдським цінностями людини, таких як любов, здоров'я, наявність друзів, активне життя, розвиток, цікава робота, свобода вибору та слова, наявність власних інтересів, матеріальне забезпечення.

Отримані результати емпіричного дослідження вказують на розвинені сильні якості особистості, які властиві емоційно зрілій особистості, яка знає чого хоче, як це досягати і готова повністю нести відповідальність за власні дії та вчинки, оцінює прожите життя як важливе, наповнене, вміє контролювати перебіг подій у житті, здатна планувати та реалізовувати плани та наміри, вважає своє життя емоційно насиченим.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Бабатіна С. І., «Особливості формування життєвої стратегії в юнацькому віці: теоретичний аналіз питання», Науковий вісник Херсонського держ. ун-ту. Серія: Психологічні науки, т. 1, вип. 2, с. 120–126, 2015.
2. Бабій М. Ф., Приймачук Р. В., «Взаємодія між рівнем домагань та смисложиттєвими орієнтаціями в юнацькому віці», Освіта регіону. Політологія, психологія, комунікації, № 1, с. 198–201, 2010.
3. Головінський І. З. Педагогічна психологія: навч. посібник. Київ: Аконіт, 2003. 287 с.
4. Гріньова М. О., «Психологія проектування життєвого шляху особистістю юнацького віку», дис. д-ра наук. Київ, 2018.
5. Зазимко О. В., «Психологічні можливості самопроектування особистості в юнацькому віці», Актуальні проблеми психології, т. 2, вип. 8, с. 83–97, 2014
6. Костюк Г. С. Навчально-виховний процес і психічний розвиток особистості / за ред. Л. М. Проколієнко; Уклад. В. В. Андрієвська, Г. О. Балл, О. Т. Губко, О. В. Проскура. Київ: Радянська школа, 1989. 608 с.
7. Кутішенко В. П. Вікова та педагогічна психологія: навч. посібник. Київ: Центр навчальної літератури, 2005. 128 с.
8. Лепіхова Л. А., «Механізми життєвих домагань у системі цілеутворення особистості», Наукові студії із соціальної та політичної психології, вип. 10(13), с. 105–116, 2005.
9. Лепіхова Л. А., «Соціально-психологічні складові цілеспрямованої системи особистості шкільної молоді», в Життєві домагання особистості, Т. М. Титаренко, Ред. Київ, Україна: Педагогічна думка, 2007, с. 171–172.

10. Наративні практики самопроектування / Н. В. Чепелева, О. В. Зазимко, О. М. Шиловська, Н. В. Чепелевої, Ред. Київ, Україна: Ін-т психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2019.
11. Помиткін Е. О. Психологія духовного розвитку особистості: монографія. Київ: Наш час, 2005. 280 с.
12. Романюк Л. В. Ціннісні орієнтації: сутність, структура і психологічні механізми розвитку. Кам'янець-Подільський: Абетка-НОВА, 2004. 188 с.
13. Савчин М. В. Вікова психологія: навч. посібник. Дрогобич: Відродження, 2005. 360 с.
14. Сергеєнкова О. П. Вікова психологія: навч. посібник. Київ: «Центр учбової літератури», 2012. 346 с.
15. Скрипченко О. В. Вікова та педагогічна психологія: навч. посібник. Київ: Каравела, 2014. 399 с.
16. Татенко Н. О., «Життєвий успіх як результат життєвих домагань особистості. Екзистенційна парадигма», в Життєві домагання особистості, Т. М. Титаренко, Ред. Київ, Україна: Педагогічна думка, 2007, с. 108–121.
17. Татенко Н. О., «Трансцендентна трансформація особистості як шлях до втілення власного потенціалу», в Життєві домагання особистості, Т. М. Титаренко, Ред. Київ, Україна: Педагогічна думка, 2007, с. 122–135.
18. Титаренко Т. М., «Життєві завдання особистості як соціально-психологічний чинник моделювання майбутнього», Наукові студії із соціальної та політичної психології, вип. 16(19), с. 304–311, 2007.
19. Титаренко Т. М., «Наративні практики організації особистісного майбутнього», Наукові студії із соціальної та політичної психології, вип. 22(25), с. 11–18, 2009.

- 20.Титаренко Т. М., «Особливості функціонування життєвих домагань як способу самоздійснення особистості», Наукові студії із соціальної та політичної психології, вип. 10(13), с. 3–14, 2005.
- 21.Титаренко Т. М., «Чого чекаю від життя (психологічний зміст поняття "життєві домагання"», Наукові студії із соціальної та політичної психології, вип. 8(11), с. 3–13, 2004.
- 22.Титаренко Т. М., Життєві домагання особистості. Київ, Україна: Педагогічна думка, 2007.
- 23.Токарева Н. М., «Розвиток рефлексивного мислення як передумова особистісного становлення підлітка», Актуальні проблеми психології, вип. 15, с. 291–299, 2012.
- 24.Швалб Ю. М., «Психологічні моделі соціалізації особистості», Актуальні проблеми психології, т. 7, вип. 38. с. 503–517, 2015. [Електронний ресурс]. Доступно: <https://is.gd/uS51sa> Дата звернення: Жовт. 15, 2022.
- 25.Широких А. О., «Самопізнання як передумова ефективності життєвого проєктування юнаків», Психологія: реальність і перспективи: зб. наук. праць Рівненського держ. гуманітарного ун-ту, вип. 11, с. 183–188, 2018.
- 26.Як будувати власне майбутнє: життєві завдання особистості / Т. М. Титаренко, О. Г. Злобіна, Л. А. Лепіхова та ін.; Т. М. Титаренко, Ред. Кіровоград, Україна: Імекс-ЛТД, 2012.
- 27.А. Gilinsky, «Relative self-estimate and the level of aspiration», Journal of Experimental Psychology, vol. 39, № 2, pp. 256–259, 1949.