

КИЇВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ТАРАСА ШЕВЧЕНКА

ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГІЇ

КАФЕДРА СОЦІАЛЬНОЇ ПСИХОЛОГІЇ

ДИПЛОМНА РОБОТА

**ЗВ'ЯЗОК ПРОКРАСТИНАЦІЇ ТА СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОГО
БЛАГОПОЛУЧЧЯ У СТУДЕНТІВ ТА КУРСАНТІВ**

на здобуття освітньо-кваліфікаційного рівня «бакалавр»

з напрямку «психологія»

Роботу виконала:

студентка IV курсу 1 групи
спеціальності 053 «Психологія»

Усиченко Євгенія Сергіївна

Науковий керівник:

доктор психологічних наук, професор

Коваленко Алла Борисівна

Допустити до захисту в ДЕК
кафедра соціальної психології

Протокол № _____ від _____

завідувач кафедри:

(підпис)

Київ-2022

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ I	8
ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ВИВЧЕННЯ ПРОБЛЕМИ ПРОКРАСТИНАЦІЇ, АНТИЦИПАЦІЇ ТА СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ	8
1.1. Історія поняття “прокрастинація” та підходи до його розуміння.....	8
1.2. Типи прокрастинації	12
1.3. Позитивний вплив прокрастинації	14
1.4. Соціально-психологічне благополуччя - як важлива складова особистості.....	15
1.5. Поняття антиципація в психології та історія його виникнення	16
РОЗДІЛ 2	20
ОРГАНІЗАЦІЯ, ПРОЦЕДУРА ТА МЕТОДИКА ДОСЛІДЖЕННЯ	20
2.1. Характеристика досліджуваної вибірки	20
2.2. Методика і процедура дослідження.....	20
РОЗДІЛ 3	39
РЕЗУЛЬТАТИ ДОСЛІДЖЕННЯ ЗВ’ЯЗКІВ МІЖ ПРОКРАСТИНАЦІЄЮ Й АНТИЦИПАЦІЄЮ ТА СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИМ БЛАГОПОЛУЧЧЯМ. ТИПОЛОГІЗАЦІЯ ВИБІРКИ	39
3.1. Порівняльний аналіз груп студентів та курсантів	39
3.2. Аналіз кореляційних зв’язків між досліджуваними показниками	42
3.3. Результати факторного аналізу вибірки	46
3.4. Результати кластерного аналізу вибірки	48
ВИСНОВКИ.....	52
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	56

ДОДАТКИ.....	61
ДОДАТОК А.....	61
ДОДАТОК Б.....	90
ДОДАТОК В.....	116

ВСТУП

В даній роботі представлений аналіз вираження рівня антиципації та соціально-психологічного благополуччя від прокрастинації у чоловіків та жінок 18-27 років – і проведено кореляційний, факторний та кластерний аналізи для виявлення прямих та обернених зв'язків між цими змінними і типологізації вибірки.

Тему обрано через актуальність проблеми підвищення рівня прокрастинації серед молоді, адже, особливо у студентський період як для чоловіків, так і для жінок, характерним є підвищення даного показника - через складність вибору майбутньої професії, навантаженість навчанням та підробітками і, враховуючи сучасну політичну ситуацію в Україні та світі, студенти можуть переживати прокрастинацію ще сильніше. Також для аналізу були взяті показники соціально-психологічного благополуччя та антиципації - через припущення можливої залежності його вираження від схильності до відкладання справ. Також припускається, що прояви цих залежностей можуть відрізнитись у студентів дистанційної та очної форм навчання.

Метою дослідження є доведення, або спростування за допомогою комплексного порівняльного та кореляційного аналізу зв'язків між загальною прокрастинацією, антиципацією та соціально-психологічним благополуччям, знаходження/спростування прямих та обернених кореляційних зв'язків між цими 3 показниками та типологізація отриманих варіантів завдяки факторному та кластерному аналізу.

Завдання дослідження:

1. Здійснити теоретичний аналіз проблем прокрастинації, антиципації та соціально-психологічного благополуччя.

2. З'ясувати особливості прояву прокрастинації, антиципації та соціально-психологічного благополуччя у чоловіків та жінок 18-27 років залежно від форми навчання.

3. З'ясувати основні відмінності між групами студентів та курсантів у проявах прокрастинації, антиципації та соціально-психологічного благополуччя.

4. Виявити зв'язки між шкалами загальної прокрастинації, антиципації та соціально-психологічного благополуччя у студентів та курсантів.

5. Типологізувати вибірку за виявленими психологічними особливостями.

Об'єкт – загальна прокрастинація, антиципація та соціально-психологічне благополуччя особистості.

Предмет - зв'язок між рівнем вираження загальної прокрастинації, антиципації та психологічного благополуччя у жінок та чоловіків 18-27 років.

Відповідно до мети дослідження висунуто наступні гіпотези:

1. Між рівнем загальної прокрастинації, антиципації та соціально-психологічного благополуччя наявний обернений зв'язок - при підвищенні одного показника - зменшується інший.

2. Між рівнем загальної прокрастинації антиципації та соціально-психологічного благополуччя наявний прямий зв'язок - при підвищенні одного показника буде підвищуватись й інший.

3. Між показниками загальної прокрастинації, антиципації та соціально-психологічного благополуччя немає вираженого ні прямого, ні оберненого зв'язку, проте кожен із показників окремо може залежати від інших наявних змінних - віку, біологічної статі, форми навчання, чи психологічних характеристик, представлених у дослідженні.

4. Між показниками загальної прокрастинації, антиципації та соціально-психологічного благополуччя немає вираженого ні прямого, ні оберненого зв'язку, і кожен із показників окремо не може залежати від інших наявних змінних - віку, біологічної статі, форми навчання, чи психологічних характеристик, представлених у дослідженні.

5. Є повторювані особливості зв'язків між загальною прокрастинацією, антиципацією та соціально-психологічним благополуччям, які можна типологізувати на 2, чи більше варіантів.

Для проведення емпіричного дослідження в даній роботі використовувались наступні методи: а) загальнонаукові: аналіз, синтез, теоретичне моделювання; б) емпіричні: «Шкала загальної прокрастинації К. Лей», «проективна методика Тест ейдос А», «Опитувальник втрати і здобуття персональних ресурсів», «тест-анкета «Емоційна спрямованість» та «Шкала соціального благополуччя Кіза»; в) математико-статистичні: статистичний аналіз в SPSS і якісна інтерпретація отриманих даних.

Емпіричною базою дослідження стала вибірка із генеральної сукупності жінок та чоловіків 18-27 років, котру склали 61 особа даного вікового діапазону, які навчаються в КНУ імені Тараса Шевченка на спеціальності «053 Психологія» та у Військовому інституті за спеціальністю 053 Психологія. Студенти факультету психології навчаються дистанційно, курсанти – очно.

Дана робота має наукову новизну, адже в найближчі кілька років не проводились дослідження з вивчення зв'язків між прокрастинацією, антиципацією та соціально-психологічним благополуччям, а також в нинішній ситуації нестабільності корисним буде розуміння, чи є вплив між цими ознаками.

Теоретичним значенням дослідження є вивчення однієї із 5 наведених гіпотез про наявність/відсутність зв'язку між такими змінними як показник загальної прокрастинації, антиципації та соціально-психологічного благополуччя, або отримання окремої залежності даних показників від інших незалежних змінних. Розгляд теорій прокрастинації, антиципації та соціально-психологічного благополуччя.

Практичне значення одержаних результатів - після проведення дослідження отримані результати можна застосувати для розуміння типів особистостей, у котрих є прояви прокрастинацій, а також можливість наявності/відсутності в них антиципації та відчуття соціально-психологічного благополуччя - що, у свою чергу, у подальшому можна буде розвинути та використовувати у побудові комунікацій із такими людьми - наприклад, при відборі на певні спеціальності, чи професії.

Надійність та достовірність результатів обумовлюється репрезентативністю вибірки, та використанням надійних психодіагностичних методик, результати яких передбачають точність вимірів, а також стійкість та стабільність результатів, коректним добором математико-статистичних методів аналізу даних тощо.

Структура роботи. Дипломна робота складається із вступу, трьох розділів із висновками до кожного із них, загальних висновків, списку використаних джерел та додатків. Загальний обсяг роботи складає 128 сторінок, з яких основного тексту – 54 сторінки.

РОЗДІЛ І

ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ВИВЧЕННЯ ПРОБЛЕМИ ПРОКРАСТИНАЦІЇ, АНТИЦИПАЦІЇ ТА СОЦІАЛЬНО- ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ

1.1. Історія поняття “прокрастинація” та підходи до його розуміння

Термін «прокрастинація» з’явився в англійській мові в середині-кінці 20 ст. і перекладається як «зволікання», «відкладання», «гаяння часу». Один із варіантів того, як саме слово з’явилося - це латинь. Згідно із етимологічним словником Е. Кляйна у слова є префікс “про-” (“pro-”) - який з латині перекладається як “вперед”, або “на користь” та основа “-кратінус-” (“-cratinus-”), переклад - “завтра” [27]. Проте поява самого слова в українській мові скоріше була спровокована його англійським варіантом «procrastination». Отже з етимологією розібратись досить легко. Проте що мається на увазі під цим словом? Очевидно, що мова йдеться саме про відкладання справ/розмов/будь-яких активностей на потім. Початок дослідження самого явища прокрастинації, як окремого феномену, починається з 1982 року, коли вийшла дисертація М.Айткен, в якій розглядалось таке когнітивне викривлення особистості, як неадекватне сприйняття часу, що пов’язане із неможливістю функціонального планування виконання задач [7]. В розробці даної дисертації допомагав її колега - Поль Рінгенбах. В переписці М.Айткен із ним був використаний випадковий термін «прокрастинація», котрим вирішили й назвати дане викривлення. Проте в мережі можна знайти інформацію про те, що у самого Поля Рінгенбаха вийшла книга «Прокрастинація в житті людини», але наразі неможливо відслідкувати чи була дійсно випущена книга, чи можливо був зроблений тільки анонс на науковій конференції, проте книга не була опублікована - інформація про наявність та посилання на книгу наявне в тексті роботи В.

Кнауса та А. Еліса – «Подолання прокрастинації» (1979 р.) [22], котре могло й спровокувати непорозуміння. Також в 1979 році вийшла книга Дж.Бурка та Л. Юена «Прокрастинація, що це таке та як із нею боротись» [14] - в даній книзі автор також посилається на вказану вище роботу П.Рінгенбаха. Вказані 2 книги були сконструйовані завдяки консультаційній практиці психологів-авторів - на основі окремих когнітивних викривлень у клієнтів - якщо говорити конкретно, то В. Кнаус та А. Еліс вбачали в даному явищі емоційний розлад особистості, пов'язаний із домінуванням ірраціонального типу мислення [22], котре, в свою чергу, може проявлятися у невмінні будувати логічні зв'язки між причинами та наслідками власних дій. Для Дж. Бурка та Л. Юена, прокрастинація представлялась як спеціальний механізм захисту особистості при наявності нестабільної самооцінки [14]. В одному випадку ми можемо побачити досить серйозний й комплексний розлад, котрий включає в себе як когнітивний компонент, так й емоційний. Для другого випадку - це відноситься до виду поведінкової реакції, котра виявляється при наявності умови нестабільної самооцінки, та стимулу у вигляді ситуації, яка зачіпає самооцінку особистості.

Розроблення теорій щодо походження та впливу прокрастинації на особистість також є в декількох основоположних психологічних підходах.

В біхевіоризмі прокрастинація розглядається як поведінковий механізм, або копінг-стратегія (в залежності від автора), котрий був підкріплений в минулому через наявність позитивного ефекту опісля. В результаті отримання такого ефекту, людина розглядає дану поведінку, або стратегію, як досить вигідне для себе рішення і кожен наступний позитивний ефект від нього тільки додає впевненості. І чим сильніше людина впевнена в даній стратегії, тим частіше вона стане її використовувати. Також ще одна представниця біхевіористичного напрямку - Дж.Ейнслі розглядала прокрастинацію як звичку, яка властива людям, котрі звикли виконувати короточасну роботу та отримувати за неї швидку нагороду, проте при

довгостроковій роботі вони скоріше будуть її відкладати, адже стимул, у вигляді нагороди, вони не можуть отримати одразу [8].

Крім того, поняття прокрастинації розглядалось у психодинамічному підході - в даному випадку, вона пояснюється як захисний механізм психіки, котрий підключається в разі, якщо людина відчуває, що результат її роботи може бути негативним для неї - робота не буде виконана достатньо якісно та не буде прийнята авторитетними для особистості людьми. Через прокрастинацію людина має можливість захистити власне «Его». В даному напрямі над явищем прокрастинації працювали такі вчені, як Х'ю Міссілдайн - котрий визначав прокрастинацію як наслідок травм у дитинстві та недостатньої близькості з батьками [35]. Також ще один психолог даного напрямку Нейл Фьоре - визначає прокрастинацію як захисний механізм від тривоги, яка може виникати при початку роботи, у її процесі, або завершенні [24].

Схожу думку мають й психологи психоаналітичного підходу, в котрому прокрастинація пояснюється як підсвідоме прагнення до вирішення внутрішньоособистісних конфліктів. Зокрема у праці Бірнера [10] приводиться думка про те, що людина може бути схильною до прокрастинації в ситуаціях, котрі мають схожі характеристики із ситуаціями конфлікту в минулому - схожі риси особистостей навколо, їх поведінка - наприклад, надмірна авторитарність, можуть нагадувати такий же прояв у батьків в дитинстві й провокувати у людини бажання відчуження та захисту. Тобто тут також мова йде про підсвідомий захисний механізм.

Отже при розгляді даних підходів можна виділити декілька основних компонентів прокрастинації:

- поведінковий компонент - відкладання справ чи будь-якої іншої активності, як звична стратегія поведінки у нових, або вже знайомих умовах, в котрих особистість оцінює дану стратегію, як успішну;
- когнітивний компонент - пов'язаний із поведінковим, в особистості зазвичай проявляється схильність до прокрастинації в результаті

когнітивних викривлень, що досліджували А. Еліс та В. Кнаус, прикладом таких когнітивних викривлень слугує сприймання часу, досліджуване Айткен - тобто для людини із високим рівнем прокрастинації характерно сприймати час неадекватно - при затугованні виконання завдання особистість зазвичай не може оцінити, скільки часу потрібно буде витратити на завдання та своєчасно спланувати діяльність;

- емоційний компонент - як вже було вказано, зазвичай прокрастинація може бути пов'язана з імпульсивністю особистості, а також страхом невдачі;
- підсвідомий компонент - котрий виділяється у психодинамічному та психоаналітичному напрямках та проявляється у наявних у підсвідомості внутрішньоособистісних конфліктах, котрі впливають на прояв такого захисного механізму, як прокрастинація у відповідних до конфліктних ситуаціях умовах та сприяють захисту «Его» від загрози.

Також у 2007 році Пірс Стіл висунув теорію тимчасової мотивації [35; 36]. За якою для людини природно прагнути до тієї діяльності, яка задовольнить по максимуму всі її потреби, а отже прокрастинація, як бажання відкласти роботу на потім, проявляється в тих ситуаціях, коли корисність діяльності особистістю оцінюється дуже низько. Вчений намагався, в дусі когнітивного напрямку, скласти формулу, котра б пояснювала, як визначити суб'єктивну корисність діяльності для особистості, ця формула називається "формулою Стіла" та виглядає наступним чином: впевненість в успіху діяльності (Expectancy) + передбачувана нагорода (Value) + витрачений на роботу час (Delay) + чутливість до затримок, імпульсивність, нетерпіння (G) - відповідно чим нижчі показники по всіх 4 компонентах формули, тим вищим буде вияв прокрастинації, як когнітивної стратегії в діяльності.

1.2. Типи прокрастинації

Одним із основоположників досліджень прокрастинації був американський соціальний психолог С.Мілгрем, який також визначав прокрастинацію як схильність до відкладання справ, з 1995 по 1998 роки він займався дослідженнями даного феномену у студентів Ізраїльського університету та їх батьків [32; 33; 34]. На основі його надбань у 1998 році була опублікована праця “Прокрастинація, узагальнена чи конкретна, у студентів коледжів та їх батьків” [32], в котрій було виділено 5 наступних типів прокрастинації:

- академічна прокрастинація - проявляється під час проходження навчального процесу у студентів, та в роботі наукових працівників в процесі написання дисертаційних робіт [9; 12];
- загальна, або рутинна прокрастинація - властива особистостям під час планування великої кількості домашньої роботи та виконання її у визначений час;
- прокрастинація у прийнятті рішень - проявляється під час прийняття особистістю важливих рішень у певних ситуаціях, частіше виникає при рішеннях з віддаленими у часі результатами;
- невротична прокрастинація - нездатність приймати рішення щодо важливих аспектів у житті, пов'язується із психологічними відхиленнями в особистості;
- компульсивна, або дисфункційна прокрастинація - спільний прояв прокрастинації в прийнятті рішень та поведінкової (невротичної) прокрастинації в особистості.

Для даної типологізації Мілгрем також використав вже наведене дослідження В. Кнаус та Л. Еліс [22] а також своєї колеги Ферарі, котра саме досліджувала останній тип - компульсивну прокрастинацію [23].

Проте згодом, для більш чіткої типологізації, С.Мілгрем разом із Р.Тенне [34], поєднав ці типи й розділив їх лиш на 2 основних:

- прокрастинація у виконанні завдань - проявляється в момент, коли перед особою стоїть комплексне та складне завдання, частіше проявляється в період планування роботи над завданням;
- прокрастинація у прийнятті рішень - зазвичай виникає під час прийняття складних та важливих у житті особистості рішень, зазвичай з відстроченим результатом.

Хоч існують й інші підходи до розуміння прокрастинації, не тільки як схильності до відкладання завдань, а й як емоційної реакції на поставлені/необхідні задачі, в даному випадку виділяється 2 типи прокрастинації [20]:

- вільна прокрастинація - зазвичай людина замінює необхідну діяльність на розваги/будь-які приємні для себе заняття - в такі моменти людина не відчуває тривоги чи сильного рівня незадоволення.
- напружена прокрастинація - проявляється під час виснаження психологічних ресурсів особистості, напруженій та монотонній роботі при наявності дефіциту часу - більш небезпечна, чим вільний тип, адже може вести до вигорання та серйозних психологічних розладів.

Отже, за даними типами, можна поділити прокрастинацію на буденну, не небезпечну для особистості, котра може проявлятися у випадку, якщо рішення задачі є комплексним, або сама задача на даний період для особистості є складною для виконання й потрібно змінювати стратегію поведінки для успішного вирішення проблеми та небезпечну для психічного здоров'я особистості - при наявності останньої варто звертатись до психолога/психотерапевта.

1.3. Позитивний вплив прокрастинації

Дискусійним залишається питання, чи може мати прокрастинація позитивний ефект на особистість та її життєдіяльність. Виділяється 2 окремих типи прокрастинації, які мають потенційно позитивні результати:

- активна прокрастинація - коли особистість навмисно відкладає діяльність, щоб повернутись до неї в умовах зовнішнього тиску від приближення до строку її виконання, використовуючи його як мотивацію до активних дій - позитивним результатом можуть бути високі академічні досягнення [18];
- продуктивна прокрастинація (або структурована прокрастинація) - в даному випадку особистість виділяє для себе більш та менш важливі активності, і навмисно відкладає останні задля ефективного виконання нагальних задач - позитивний результат, в даному випадку, здобуття навичок планування та виконання особисто важливих задач [49].

При цьому не виключається, наприклад, в стратегії студента підготовки до екзамену поєднання цих 2 типів - так, він/вона може відкладати до кінцевого строку не нагальні задачі, паралельно виконуючи більш важливіші і закінчити робити ті, які видаються не такими важливими/нудними до кінцевого терміну вже за рахунок мотивації ззовні - кінця строку.

Попри все у цього підходу є критика, як от праця Ф. Кровдхурі та Т. Пичил “Критика конструктивної валідності активної прокрастинації”. В ній автори доводять, що “виходячи із тих ознак (названих вище)...те, що називають активною прокрастинацією, зовсім не є прокрастинацією, оскільки активне зволікання не базується на іраціональних переконаннях, немає розриву між наміром та дією (лише відкладений намір діяти пізніше), і результат не є негативним ні з точки зору продуктивності, ні із суб’єктивного досвіду...” [19].

Як можна побачити, то в даній критиці дуже чітко прослідковується нахил до трактування прокрастинації як суто негативного явища для особистості.

1.4. Соціально-психологічне благополуччя - як важлива складова особистості

Соціально-психологічне благополуччя є ключовою складовою особистості, адже завдяки цьому вона може й надалі функціонувати та контактувати із соціумом, в свій час, воно забезпечується як внутрішнім (нормальним функціонуванням внутрішніх органів) так і зовнішнім (середовище, в якому особистість знаходиться). Психологічне благополуччя також можна пов'язати з почуттям задоволення та щастя, хоча прирівняти їх не можна - бо перше має більше граней [15; 39; 40]. За теорією К. Ріфф психологічним благополуччям є відчуття осмисленості, яке суб'єктивно переживається індивідом в процесі існування. Воно, як і попередні явища, не є статичним, адже існування як внутрішньо (вікові зміни в організмі), так і зовнішньо (середовище) є мінливим та динамічним. Існує два підходи до розуміння психологічного благополуччя - гедоністичний та евдемонічний. Щодо першого, він є ближчим до когнітивістського напрямку - тут благополуччя розглядається як переживання задоволення і вибір переживати тільки його в будь-якому випадку [25; 26]. Вся діяльність особистості будується через принцип задоволення [16; 50]. Другий же - евдемонічний (до нього відноситься й вищезгадана теорія Ріфф) полягає у тому, що особистість досягає психологічного благополуччя у певних сферах завдяки взаємодії із соціумом - і саме баланс між тим, що потребує середовище та до чого здатен індивід і дозволяє досягти цього самопочуття. Цей підхід відноситься до гуманістичного напрямку - він включає в себе не тільки внутрішні кореляти особистості (як у гедоністів), але й обов'язкові зовнішні (такі, як екологічність) і особливо важливий компонент - автономність.

Шлях досягнення психологічного благополуччя не виключає стресових, трагічних, нових для особистості подій - навпаки, деякі дослідники вважають, що прохід через такі події дозволяє відчутти його повноту [17; 29; 41; 46]. Тож із цього можна констатувати, що соціально-психологічне благополуччя

неможливе в умовах ізоляції, повного комфорту та всебічної допомоги (коли індивід отримує всі умови для власного виживання не завдяки власним діям, а через дії інших осіб і не приймає в тому абсолютно ніякої участі - тобто не маніпулює ними для досягнення своїх цілей).

1.5. Поняття антиципація в психології та історія його виникнення

Антиципація (від латинського *anticipatio* - заздалегідь складене поняття) - це явище, коли жива істота розуміє, що щось має статись у майбутньому і вона (істота) може почати щось із цього приводу робити в нинішній час [1; 51].

Це явище досліджували в рамках фізики, біології, філософії. Спершу досліджувати його почали біологи ще з 1932 - праці Е. Толмана щодо латентного навчання у пацюків (коли істота підсвідомо навчалась пересуватись по лабіринту). З 1980-х років ці надбання почали активно розглядати та досліджувати - зацікавились як влаштовані нейронні зв'язки у мозку, які включаються у процес прийняття рішень. Так, поступово, й у психології зацікавились дослідженням механізму антиципації. Дж. Герберт висунув ідею про ідеомоторний принцип - тобто людина готова до руху тоді, коли вона вже уявила, що вона рухається. Звісно, що він повністю суперечить принципам біхевіоризму (а саме у його руслі детально розглядається антиципація), тож ця ідея була розкритикована і відкинута [13]. Цікаве представлення антиципації я знайшла в наступній схемі (Схема 1) у праці Дж. Боера [13] :

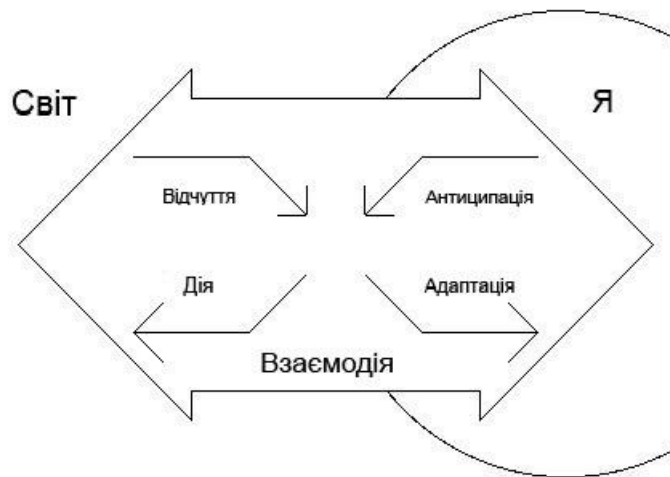


Схема 1.1. Механізм прокрастинації

Він, в свою чергу, взяв цю ідею з доробків Дж. Келлі. Суть цієї схеми в тому, що людина, яка потрапила у нову для неї ситуацію, буде використовувати всі свої надбання із попередніх, схожих, ситуацій і орієнтуватись по власним відчуттям. Якщо очікування не стають дійсністю, або їх результатом стають неефективні, за думкою людини, дії - тоді вона буде продукувати ще більше очікувань, щоб знайти шлях для найбільш комфортного становища в новій ситуації - тобто буде переходити до процесу адаптації. Є й інший шлях, коли попереднього досвіду замало для зміни плану - і тоді людина не може перейти до адаптації і застрягає в стражданнях [6; 37; 38; 44].

Також, досить детально, антиципацію розглядають у руслі психології спорту. Адже для здобуття бажаного результату спортсмену важливо наперед продумати стратегію і вже в час активних дій передбачати можливі зміни та коректувати її заздалегідь. Так у праці С. Котерілла та Н. Вестона вводиться 2 види антиципації: спрямована на орієнтацію та спрямована на провидіння [21; 36; 45]. Перша необхідна для того, щоб швидко орієнтуватися на місцевості, коли людина знаходиться у стані очікування чогось. Так для футболіста важливо передбачити за пару секунд, в який бік буде бігти його противник, щоб не дати йому можливість перехопити м'яч. Цей процес відбувається в півсвідомому стані. Антиципація спрямована на провидіння проявляється у

тому, що людина може уявити отриманий результат ще до того, як все відбудеться і оптимізувати свій план дій так, щоб цей результат з'явився в дійсності - це наочно можна побачити в аналітичних зведеннях різних експертів щодо економічних наслідків таких подій як дефолт [11; 30]. Так антиципація проходить через всі 5 рівнів психіки - підсвідомий (субсенсорний) (коли тільки побачили щось і потрібно вирішити, як діяти), сенсорний (коли, на основі відчуттів, приймаємо рішення щодо дій), рівень уявлень (коли потрібно зрозуміти результат дій) та рівень мови й мислення (коли те, що ми уявляли, починаємо реалізовувати). У кожній конкретній ситуації один із рівнів може стати головним, а інші - побічними. Тож можна зробити висновок, що це явище дуже важливе для виживання та адаптації людини.

Висновки до розділу 1

Попередньо було розглянуто історію становлення та суть таких теоретичних понять як прокрастинація, антиципація та психологічне благополуччя.

При розгляді і співставленні всіх 3 можна зробити висновок, що найбільш розгорнуто їх проблематику було розроблено в руслі наступнику біхевіоризму, когнітивістському напрямку. І варто зазначити, що в цій роботі не беруться до уваги патологічні стани, в яких можуть виникати прокрастинація та антиципація. Також не беруться до розгляду особи із психічними захворюваннями.

Теоретично, всі 3 явища можуть бути пов'язані між собою когнітивними викривленнями - так, при нижчому рівні соціально-психологічного благополуччя людина може використовувати прокрастинацію, як спосіб відтягування часу активних дій і перекладання відповідальності на інших осіб поряд, й антиципацію, як спосіб раціоналізації власних дій. Або, навпаки, при високому рівні соціально-психологічного благополуччя мати низький рівень прокрастинації, бо людина вміє

продуктивно розподіляти час між задачами та високий рівень антиципації задля ефективного передбачення результатів власних дій і подальшого планування.

РОЗДІЛ 2

ОРГАНІЗАЦІЯ, ПРОЦЕДУРА ТА МЕТОДИКА ДОСЛІДЖЕННЯ

2.1. Характеристика досліджуваної вибірки

Проведення дослідження відбувалось у соціальних мережах та популярних месенджерах, таких як Instagram, Telegram, Viber та Whatsapp за допомогою Google Forms серед студентів та курсантів вищого навчального закладу (КНУ імені Тараса Шевченка). Вік досліджуваних 18-27 роки. Середній вік – 22 роки.

За ознакою статі розподіл наступний –18 жінок та 12 чоловіків. Тож жінок істотно більше, що пояснюється вибором спеціальності, адже заповнювали студенти факультету психології, а саме на цій спеціальності жінок зазвичай більше, ніж чоловіків.

За віковою ознакою розподіл наступний: 20-21 рік – 18 людей, 22-23 роки – 11 людей, 24-25 років – 1 людина. Тож можна зробити висновок, що факультет психології частіше вибирали люди одразу після закінчення школи і рідше, як 2 освіти, або першу вищу через певний час після закінчення школи.

За ознакою форми навчання група студентів однорідна, так як, враховуючи умови пандемії, вони навчались всі у дистанційному форматі.

2.2. Методика і процедура дослідження

З метою дослідження рівнів вираження та зв'язків між загальною прокрастинацією, антиципацією та соціально-психологічним благополуччям та типологізацією вибірки було використано наступні опитувальники: «Шкала загальної прокрастинації К. Лей» на виявлення рівня вираженості прокрастинації, «проективна методика Тест ейдос А» для виявлення рівня вираженості антиципації, «Опитувальник втрати і здобуття персональних

ресурсів» для виявлення рівня ресурсності особистості, який пов'язується із соціально-психологічним благополуччям, «тест-анкета «Емоційна спрямованість» для виявлення афективних особливостей особистостей, що важливо для розуміння їх соціально-психологічного благополуччя та «Шкала соціального благополуччя Кіза» відповідно для виявлення рівня соціального благополуччя респондентів. В подальшому результати по кожному опитувальнику співставлялись та оброблювались через кореляційний, факторний та кластерний аналізи для виявлення зв'язків та типологізації вибірки.

Опитувальники було об'єднано в одну анкету, яка, в свою чергу, була поділена на частини, для простішого підрахунку результатів.

Перша частина опитувальника

На початку студентам була висловлена подяка за участь в опитуванні та пояснені часові рамки дослідження і його форма. Реальна мета дослідження не повідомляється, для уникнення впливу побічних змінних, таких як схильність досліджуваних давати соціально схвальні відповіді. Для них була надана інструкція відповідати якомога швидше та щиро. Також, як винагорода за проходження даного тесту, була запропонована інтерпретація індивідуальних результатів та надання рекомендацій власне експериментатором опісля дослідження.

Наступними наведені 4 основні питання, на котрі кожен учасник обов'язково повинен був дати відповідь: це питання про стать - із закритими відповідями, питання про вік - із відкритою відповіддю, щоб кожен респондент міг вписати свій вік, питання про зайнятість - із закритими відповідями та питання про досвід із Covid-19 - із закритими відповідями (Додаток А; Додаток В).

Варто зазначити, що, відповідно до шляхів розповсюдження даного опитувальника, експериментатором було штучно обмежено вікові рамки респондентів та їх форму навчання.

За ознакою наявності або відсутності захворювання COVID-19 група студентів поділилась наступним чином: люди, які не хворіли взагалі на COVID-19 – 2 відповіді; люди, які підозрюють, що не хворіли на COVID-19 – 5 відповідей; люди, які підозрюють, що хворіли на COVID-19 – 13 відповідей; люди, які точно впевнені, що хворіли на COVID-19 – 10 відповідей (Таблиця 2.1). Тож, як бачимо, більша частина респондентів вважає і знає, що вони відчували на собі прояви COVID-19.

Ті ж самі поля заповнювали і курсанти. За ознакою статі розподіл наступний – 20 жінок та 11 чоловіків. Тож жінок і на військовій кафедрі факультету психології, саме у представленій групі, істотно більше, ніж чоловіків.

За віковою ознакою серед курсантів розподіл наступний: 18-19 років – 26 людей; 20-21 рік – 2 людей; 22-23 роки – 1 людина; 24-25 років – 1 людина; 26-27 років – 1 людина. Тож, можна зробити висновок, що дана група складається переважно із колишніх випускників школи, які обрали для себе цей факультет та кафедру, як першу освіту.

За ознакою форми навчання група курсантів однорідна, так як, в момент проведення опитування, вони тільки пару днів тому назад вийшли в дистанційну форму через умови пандемії, до того всі навчались в очному форматі.

За ознакою наявності або відсутності захворювання COVID-19 група поділилась наступним чином: люди, які не хворіли взагалі на COVID-19 – 15 відповідей; люди, які підозрюють, що не хворіли на COVID-19 – 1 відповідь; люди, які підозрюють, що хворіли на COVID-19 – 6 відповідей; люди, які точно впевнені, що хворіли на COVID-19 – 9 відповідей (Таблиця 2.1). Тож, як бачимо, в даній групі порівно як могли не хворіти курсанти, так і хворіти.

Таблиця 2.1

Захворювання Covid-19 у студентів та курсантів

COVID19

	Студенти	Курсанти
Допустимо	Частота	
Ні	2	15
Не знаю (але здогадуюсь, що ні)	5	1
Не знаю (але здогадуюсь, що так)	13	6
Так	10	9
Всього	30	30

Друга частина опитувальника

Спочатку респондентам (студентам та курсантам) пропонувалось відповісти на 20 запитань методики «Шкала загальної прокрастинації К. Лей». Дана методика спрямована на визначення загального рівня вираженості прокрастинації в особистості. Була адаптована Т. Юдєєвою [3]. (Методика не була названою, щоб не розкрити мету дослідження). Також знову була використана установка на швидкі та щирі відповіді [Додаток А; Додаток В]. Із отриманих даних бачимо, що в групі студентів прокрастинація однорідно виражена на середньому рівні у 30 наявних респондентів (Таблиця 2.2). Це можна пояснити періодом збору даних адже це були січень-початок лютого. В цей період у студентів факультету психології вже закінчена зимова сесія і тільки починається навчання та перші модулі.

Початок 2 частини опитувальника і для курсантів був аналогічним – прояв прокрастинації. Із отриманих даних бачимо, що в цієї групи прокрастинація однорідно виражена на середньому рівні у 29 наявних респондентів і тільки у 2 був виявлений високий рівень прокрастинації (Таблиця 2.2). Це можна пояснити періодом збору даних адже це були січень-початок лютого. В цей період і у курсантів факультету психології вже закінчена зимова сесія і тільки починається навчання та перші модулі,

очевидно, що для більшості групи ці події на час збору даних не мали великого значення для психологічного стану.

Таблиця 2.2

Значення шкали загальної прокрастинації у студентів та курсантів

Прокрастинація		
Рівень вираження	Частота	
	Студенти	Курсанти
Середній	30	29
Високий	-	2
Всього	30	31

Третій розділ опитувальника

Після завершення шкали загальної прокрастинації респонденти (студенти) переходили до 3 розділу. У ньому міститься проєктивна методика на визначення рівня антиципації “Тест Ейдос А”. Методика базується на механізмі переробки інформації у людини, який пояснюється принципом сегментарною іннервації. Тест вимірює рівень особистісно-ситуативної антиципації [32; 48]. (Методика не була названою, щоб не розкрити мету дослідження). Респондентам було запропоновано розглянути малюнок [Додаток А] і вибрати 3 круги, які їм найбільше візуально сподобались. Далі було наведено місце для відкритої відповіді, щоб вони могли написати номери цих кругів.

Ця методика є проєктивною, використовується в психодіагностиці для виявлення рівня особистісно-ситуативної антиципації за допомогою ключа [Додаток В]. У третьому розділі була розташована методика на визначення рівня антиципації [Додаток А; Додаток Б]. Отримано наступні дані: 0-15 балів – 5 відповідей; 16-30 балів – 22 відповіді; 31-45 балів – 3 відповіді (Таблиця

2.3). Тож антиципація, як здатність до прогнозування майбутнього виражена у цієї групи студентів на середньому рівні із тенденцією до пониження.

Серед курсантів було отримано наступні дані по цій же методиці: 0-15 балів – 11 відповідей; 16-30 балів – 20 відповідей (Таблиця 2.3). Тож антиципація, як здатність до прогнозування майбутнього виражена у цієї групи на середньому рівні із тенденцією до пониження, схожим чином, як і в попередній групі.

Таблиця 2.3

Значення антиципації у студентів та курсантів

Антиципація		
Рівень вираження	Частота	
	Студенти	Курсанти
Низький	5	11
Середній	22	20
Високий	3	-
Всього	30	31

Четверта частина опитувальника

Далі досліджуваним пропонується пройти методику “Опитувальник втрати і здобуття персональних ресурсів”. Який діагностує співвідношення та динаміку персональних ресурсів людини за певний, заданий, проміжок часу [5]. Розроблений на основі ресурсної концепції стресу Хобфолла [26], за якою психологічний стрес та ризик хвороб адаптації виникає при порушенні балансу між втратами та здобуттями персональних ресурсів. Проміжок був заданий респондентам – останні півроку (методика не була названою, щоб не розкрити мету дослідження). Спочатку респонденти мали визначити ступінь вираженості наведених у питаннях відчуттів за останні півроку. Це стосувалось того, що вони втратили за цей час, а далі - того, що здобули.

Щодо четвертої частини опитувальника були записані такі дані серед студентів: здобуття – 51 – 100 балів – 23 особи; 101-150 балів – 7 осіб (Таблиця 2.4). Тож високих виражень у здобутті чогось за останній час у студентів, які проходили опитування у січні-лютому 2022 не було виявлено, що можна пояснити наслідками кризи від пандемії, а також нестабільною політичною ситуацією. Хоча і низьких значень у цій групі не було зафіксовано.

Щодо четвертої опитувальника, яка була представлена курсантам – вона була аналогічною, записані такі дані: здобуття – 0-50 балів – 6 осіб; 51 – 100 балів – 18 осіб; 101-150 балів – 7 осіб (Таблиця 2.4). Тож високих виражень у здобутті чогось за останній час у курсантів, які проходили опитування у січні-лютому 2022 не було виявлено, що можна пояснити наслідками кризи від пандемії, а також нестабільною політичною ситуацією. Хоча і низьких значень у цій групі не було зафіксовано.

Таблиця 2.4

Значення здобуттів у студентів та курсантів

Здобуття		
Вираження	Частота	
	Студенти	Курсанти
Низьке	-	6
Середнє	23	18
Високе	7	7
Всього	30	31

Щодо даних по втратах за останній час ситуація схожа – 51-100 балів – у 26 студентів та 101-150 балів у 4 студентів. Тож втрати і здобуття знаходяться приблизно на одному рівні, що можна прослідкувати із показника втрат та здобуттів далі, який розраховується через поділ суми балів по здобуттям на суму балів по втратах.

Щодо даних по втратам за останній час ситуація у курсантів трохи інша – 0-50 балів – 1 особа; 51-100 балів – у 16 респондентів та 101-150 балів у 14 респондентів (Таблиця 2.5). Тож в даній групі втрати переважають над здобуттями за останній час.

Таблиця 2.5

Значення втрат у студентів та курсантів

Втрати		
Вираження	Частота	
	Студенти	Курсанти
Низьке	-	1
Середнє	26	16
Високе	4	14
Всього	30	31

Індекс ресурсності – це коефіцієнт, який показує середнє значення між втратами та здобуттями. При низькому показнику – ресурсність у людини знаходиться на мінімальному рівні, при високому – відповідно – на максимальному. Дані студентів наступні – 0-0,7 низький рівень ресурсності – у 1 респондента; 0,8-1,1 середній рівень ресурсності – у 24 респондентів; 1,2 і більше високий рівень ресурсності – у 5 респондентів (Таблиця 2.9). Тож ресурсність у даної групи респондентів переважно знаходиться на середньому, непоказовому рівні, що можна пояснити періодом, коли тільки закінчилась зимова сесія і свята, і починається новий навчальний семестр, але особливо високого навантаження немає.

Дані курсантів щодо індекса ресурсності наступні – 0-0,7 низький рівень ресурсності – у 9 респондентів; 0,8-1,1 середній рівень ресурсності – у 22 респондентів (Таблиця 2.6). Тож ресурсність у даної групи переважно знаходиться на низькому рівні, на протигагу студентам, які мають очевидно вищий рівень ресурсності.

Індекс ресурсності у студентів та курсантів

Індекс ресурсності		
Рівень	Частота	
	Студенти	Курсанти
Низький	1	9
Середній	24	22
Високий	5	-
Всього	30	31

5 частина опитувальника

Передостанній розділ включав Тест-анкету “Емоційна спрямованість” (Методика не була названою, щоб не розкрити мету дослідження) [2]. Класифікація розроблена на основі емпіричних даних автором Б.І. Додоновим: альтруїстичні емоції (виникають на основі потреби в сприянні, допомозі, заступництві), комунікативні емоції (виникають на основі потреби в спілкуванні), глоричні емоції (пов’язані із потребою в самоствердженні та славі), праксичні емоції (пов’язані із діяльністю та її успішністю/неуспішністю), пугнічні емоції (пов’язані із потребою в подоланні небезпеки, на основі якої потім виникає інтерес до боротьби), романтичні емоції (виникають на основі прагнення до всього незвичайного, таємничого), акізитивні емоції (пов’язані з інтересом до накопичення, «колекціонування» речей), гедоністичні емоції (виникають завдяки отриманню задоволення потреби в тілесному та душевному комфорті), гностичні емоції (виникають від потреби в отриманні нової інформації, задоволення когнітивних потреб), естетичні емоції (з’являються завдяки потребі в гармонії із навколишнім світом). Респондентам було надано інструкцію - уважно прочитати перелік приємних переживань і записати номер того з них, яке їм найбільше подобається відчувати, якщо абсолютно

впевнені в правильності своєї відповіді, поставити його на 1 місце, решту номерів розташувати вправо по рядку в порядку переваги, яке вони віддають одній емоції перед іншою. Якщо він/вона не впевнений_на, що на перше місце поставив_ла дійсно найбажаніше для них переживання - тоді зазначити це після всіх цифр.

Щодо 5 частини опитувальника, в якому студенти мали пройти методику на емоційну спрямованість на визначення домінуючих емоційних проявів у даній групі отримано наступні дані: гностичні емоції – у 7 респондентів; акізитивні емоції – у 4 респондентів; праксичні емоції – у 9 респондентів; глоричні емоції – у 2 респондентів; гедоністичні емоції – у 2 респондентів; естетичні емоції у 4 респондентів; комунікативні емоції – у 1 респондента; пугнічні емоції у 1 респондента (Таблиця 2.7). Як можна побачити, спектр емоційної спрямованості досить вузький, адже не всі із виділених емоційних переживань у групі зачеплені. Із домінуючих спрямованостей можна зробити висновок, що особистості в групі знаходяться в пошуку ресурсу. Адже більше праксичних емоцій (спрямованих на розуміння діяльності), гностичних емоцій (потреба в пізнанні), акізитивних емоцій (накопичення чогось) і меншість в прояві комунікативних емоцій (соціальні зв'язки) та пугнічних емоцій (інтерес до боротьби із чимось). Тут можна прослідкувати тенденцію до звернення до свого внутрішнього світу в пошуку ресурсу, на противагу із зовнішнім.

Щодо 5 частини опитувальника, представленій для курсантів - у даній групі отримано наступне: гностичні емоції – у 1 респондента; акізитивні емоції – у 5 респондентів; праксичні емоції – у 5 респондентів; глоричні емоції – у 2 респондентів; гедоністичні емоції – у 5 респондентів; естетичні емоції у 2 респондентів; комунікативні емоції – у 2 респондентів; пугнічні емоції у 2 респондентів; альтруїстичні у 4 респондентів; романтичні – у 3 респондентів (Таблиця 2.7) [Додаток А; Додаток В]. Визначити домінуючий емоційний фон у представленій групі досить складно, але тут можемо прослідкувати те, що, в порівнянні із студентами, курсанти мають більш

різноманітний емоційний фон. Можливо це пов'язано із їх спільним проживанням у гуртожитку та постійними активностями, які були під час очного навчання. Чого, відповідно, не було у студентів, навіть, якщо вони проживали у гуртожитку.

Таблиця 2.7

Емоційна спрямованість у студентів та курсантів

Емоційна спрямованість		
Категорії	Частота	
	Студенти	Курсанти
Гностичні емоції	7	1
Акзигитивні емоції	4	5
Праксичні емоції	9	5
Глоричні емоції	2	2
Гедоністичні емоції	2	5
Естетичні емоції	4	2
Комуникативні емоції	1	2
Пугнічні емоції	1	2
Альтруїстичні емоції	-	4
Романтичні емоції	-	3
Всього	30	31

Шоста частина опитувальника

В завершальній частині респондентам була представлена методика «Шкала соціального благополуччя Кіза», адаптована А.Г. Четвериком-

Бурчаком (методика не була названою, щоб не розкрити мету дослідження) [4]. Методика розроблена на основі п'ятифакторної структури соціального благополуччя, яка включає соціальне прийняття - індивідууми з розвиненим соціальним прийняттям довіряють навколишнім, визнають їхню здатність проявляти доброту, зазначають їхню працелюбність. Інакше вони характеризуються позитивним ставленням до людської природи та відчують себе комфортно в оточенні інших. Соціальне прийняття виступає у ролі особливого соціального аналогу до самоприйняття. Соціальну актуалізацію – оцінку потенціалу й траєкторії руху суспільства. Вона визначає упевненість в еволюції суспільства, відчуття того, що суспільство володіє певним потенціалом, що реалізується через соціальні інститути та громадянське суспільство. Соціально здорові індивідууми розуміють, що вони разом з громадянами, які знаходяться навколо них, несуть відповідальність за розвиток суспільства. Узгодженість із суспільством - сприйняття якості, організації та структури соціального світу. Здорові особистості не тільки піклуються про світ в якому живуть, але й розуміють сутність процесів, які відбуваються в ньому. Справді, такі індивідууми не вводять себе в оману з приводу того, що вони живуть в ідеальному світі, вони стимулюють пошук сенсу життя у реальному світі, соціальний внесок і соціальну інтеграцію. Їм потрібно було прочитати наведені твердження та надати відповідь, наскільки вони співвідносяться із їх особистостями.

Щодо останнього, шостого розділу, зі шкалою соціального благополуччя Кіза, по субшкалам отримані наступні дані серед групи студентів - субшкала «Соціальне прийняття», яка відповідає за рівень відчуття прийняття суспільством особистості: низьке вираження – 1 респондент; середнє вираження – 23 респонденти; високе вираження – 6 респондентів (Таблиця 2.8). Тож, як бачимо, у даної групи студентів відчуття, що їх приймає суспільство виражено на середньому рівні – що можна пояснити статусом студента, який і дає більш чітку громадянську позицію, але ще має обмеження в області професійних компетенцій та особливостями

вікового періоду – адже в більшості в групі представлені особи юнацького віку, які характеризуються нестабільністю через внутрішній та зовнішній стан.

Серед курсантів по шкалою соціального благополуччя Кіза та по субшкалам отримані наступні дані - субшкала «Соціальне прийняття», яка відповідає за рівень відчуття прийняття суспільством особистості: низьке вираження – 3 респонденти; середнє вираження – 23 респонденти; високе вираження – 5 респондентів (Таблиця 2.8). Тож, як бачимо, у даної групи курсантів відчуття, що їх приймає суспільство виражено на середньому рівні – що можна пояснити статусом студента, який і дає більш чітку громадянську позицію, але ще має обмеження в області професійних компетенцій та особливостями вікового періоду – адже в більшості в групі представлені особи юнацького віку, які характеризуються нестабільністю через внутрішній та зовнішній стан.

Таблиця 2.8

Значення соціального прийняття у студентів та курсантів

Прийняття		
Вираження	Частота	
	Студенти	Курсанти
Низьке	1	3
Середнє	24	23
Високе	6	5
Всього	30	31

По субшкалі «Актуалізація соціальних потреб», яка відповідає за актуалізацію наявних в особистостей студентів ресурсів було отримано наступні дані: низьке вираження – 3 респонденти; середнє вираження – 12 респондентів; високе вираження – 15 респондентів (Таблиця 2.9). Отже, по наявним даним можна зробити висновок, що у цієї групи студентів є

тенденція до використання всіх ресурсів по максимуму, адже наразі їм важливо закріпитись у суспільстві як незалежним одиницям, по максимуму отримати потрібні соціальні зв'язки та навички для тієї ж таки цілі, підготувати підґрунтя для самостійного життя – подальшу роботу після закінчення навчання.

По субшкалі «Актуалізація соціальних потреб», яка відповідає за актуалізацію наявних в особистостей курсантів ресурсів було отримано наступні дані: низьке вираження – 13 респондентів; середнє вираження – 18 респондентів (Таблиця 2.9). Отже, по наявним даним, можна зробити висновок, що у цієї групи курсантів досить низький рівень актуалізації власних ресурсів, що може бути пов'язано із тим, що у групі переважна більшість – 18-19-річні юнаки та дівчата, які ще тільки визначились із майбутнім напрямком професійної діяльності (або на шляху до цього) і не мають чіткого розуміння, які ресурси мають задіяти задля досягнення поставленої цілі.

Таблиця 2.9

Значення актуалізації соціальних потреб у студентів та курсантів

Актуалізація		
Вираження	Частота	
	Студенти	Курсанти
Низьке	3	13
Середнє	12	-
Високе	15	18
Всього	30	31

Субшкала «Узгодженість із суспільством» відповідає за баланс між внутрішніми потребами та зовнішнім середовищем. По ній в групі студентів отримано такі дані: низьке вираження – 1 респондент; середнє вираження – 18 респондентів; високе вираження – 11 респондентів (Таблиця 2.10). Тож,

враховуючи всі значення, можна побачити тенденцію до подальшого розвитку серед студентів для досягнення балансу між власними потребами та запитами суспільства, як зовнішнього середовища, бо низьке вираження було тільки у 1 людини із групи, інші знаходяться на середньому, або високому рівнях вираження.

Субшкала «Узгодженість із суспільством» так само була представлена і у курсантів. По ній отримано такі дані: середнє вираження – 10 респондентів; високе вираження – 21 респондент (Таблиця 2.10). Тож, як бачимо, відповідність внутрішнього і зовнішнього у цієї групи курсантів більш збалансована, ніж групи студентів, що можна пояснити визначеними наперед активностями під час навчання та специфікою розпорядку дня курсантів.

Таблиця 2.10

Значення узгодженості із суспільством у студентів та курсантів

Узгодженість		
Вираження	Частота	
	Студенти	Курсанти
Низьке	1	-
Середнє	18	10
Високе	11	21
Всього	30	31

Субшкала «Соціальний внесок» показує відчуття того, наскільки студенти відчувають себе активними суб'єктами в суспільстві. Дані наступні: низьке вираження – 1 респондент; середнє вираження – 10 респондентів; високе вираження – 19 респондентів (Таблиця 2.11). Тобто у цій групі досить соціально активні особистості, важливим фактором є особливість спеціальності, на якій навчаються студенти, адже психологія – це саме та спеціальність, яка включає в себе взаємодію із великою кількістю людей задля як навчання, так і роботи, так і пізнання самої науки.

Субшкала «Соціальний внесок» показує відчуття того, наскільки і курсанти відчують себе активними суб'єктами в суспільстві. Дані наступні: низьке вираження – 1 респондент; середнє вираження – 16 респондентів; високе вираження – 14 респондентів (Таблиця 2.11). Тобто у цій групі курсантів досить соціально активні особистості, важливим фактором є особливість спеціальності, на якій навчаються курсанти, адже психологія – це саме та спеціальність, яка включає в себе взаємодію із великою кількістю людей задля як навчання, так і роботи, так і пізнання самої науки.

Таблиця 2.11

Значення соціального внеску у студентів та курсантів

Внесок		
Вираження	Частота	
	Студенти	Курсанти
Низьке	1	1
Середнє	10	16
Високе	19	14
Всього	30	31

Передостання шкала «Соціальна інтеграція» відповідає за повноцінне включення особистості в усі суспільні процеси і відчуття цього самою особистістю. Дані із групи студентів: низьке вираження – 4 респонденти; середнє вираження – 20 респондентів; високе вираження – 6 респондентів (Таблиця 2.12). Тож, враховуючи соціальний статус студентів, можна пояснити те, що вони ще не повністю відчують себе інтегрованими у всі суспільні процеси.

Шкала «Соціальна інтеграція» була представлена і для курсантів. Дані: низьке вираження – 1 респондент; середнє вираження – 13 респондентів; високе вираження – 17 респондентів (Таблиця 2.12). Таку відмінність результатів із студентами (які показали нижчі результати по інтеграції)

можна, знову ж таки, пояснити специфікою навчання у курсантів, де більша частина їхнього дня наперед визначена розпорядком.

Таблиця 2.12

Значення соціальної інтеграції у студентів та курсантів

Інтеграція		
Вираження	Частота	
	Студенти	Курсанти
Низьке	4	1
Середнє	20	13
Високе	6	17
Всього	30	31

Останній показник – це саме показник соціального благополуччя опитаних. Отримані такі значення у групі студентів: середнє значення – 21 респондент; високе значення – 9 респондентів (Таблиця 2.13). Тож, в цілому, у групі прослідковується позитивна тенденція, адже немає жодного респондента із низьким рівнем соціального благополуччя. Що може в подальшому допомогти у професійній діяльності, адже психологічні консультації потребують гарного психічного здоров'я, воно ж в свою чергу напряду залежить і від соціального благополуччя.

Останній показник і для курсантів - соціальне благополуччя опитаних. Отримані такі значення: середнє значення – 2 респонденти; високе значення – 29 респондентів (Таблиця 2.13). Тож, в цілому, у групі прослідковується позитивна тенденція, адже немає жодного респондента із низьким рівнем соціального благополуччя, так само, як і у студентів. Що може в подальшому допомогти у професійній діяльності, адже психологічні консультації потребують гарного психічного здоров'я, воно ж в свою чергу напряду залежить і від соціального-психологічного благополуччя.

Таблиця 2.13

Значення показника соціального благополуччя у студентів та курсантів

Показник соціального благополуччя		
Вираження	Частота	
	Студенти	Курсанти
Середнє	21	2
Високе	9	29
Всього	30	31

Підсумовуючи опис двох вибірок можна сказати, що вони схожі по статевій ознаці, по ознаці соціального благополуччя, ознаці прокрастинації, ознаці співвідношення втрат та здобуттів, але відрізняються по віковій ознаці (студенти – старші за курсантів на 1-2 роки), по емоційній спрямованості (у курсантів більш різноманітний емоційний спектр, що видно при співставленні таблиць (Таблиця 2.7), ніж у студентів) та відмінності прослідковуються у субшкалах соціального благополуччя – в таких як «Узгодженість із суспільством» (у курсантів вона вища за студентів) та «Соціальна актуалізація» (у курсантів вона нижча за студентів) – що можна пояснити відмінностями у формах навчання, вікових відмінностях та характерних рисах характеру, притаманних особистостям, які обирають представлені програми навчання.

Висновки до розділу 2

Отже, дослідження складалось із 6 етапів, котрі повинні були пройти респонденти:

- прочитати первинну інструкцію та відповісти на 4, основних для опису вибірки, питання;
- відмітити 3 малюнки у “Тесті Ейдос А”;
- оцінити 60 тверджень в опитувальник втрати і здобуття персональних ресурсів;

- розставити твердження в індивідуальному порядку в тест-анкеті “Емоційна спрямованість”;
- оцінити твердження в шкала соціального благополуччя Кіза.

Досліджувані мали повну інструкцію для розуміння того, як правильно пройти опитування.

РОЗДІЛ 3

РЕЗУЛЬТАТИ ДОСЛІДЖЕННЯ ЗВ'ЯЗКІВ МІЖ ПРОКРАСТИНАЦІЄЮ Й АНТИЦИПАЦІЄЮ ТА СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИМ БЛАГОПОЛУЧЧЯМ. ТИПОЛОГІЗАЦІЯ ВИБІРКИ

3.1. Порівняльний аналіз груп студентів та курсантів

Наступним кроком було виявлення статистично значимих відмінностей за досліджуваними показниками між двома групами (студентами та курсантами). З цією метою було використано статистичний непараметричний критерій U-Мана-Уїтні для двох незалежних вибірок невеликих розмірів (Таблиця 3.1).

При аналізі відмінностей по прояву прокрастинації у студентів та курсантів значимість критерію U-Мана-Уїтні дорівнює 0,16, що є більшим за 0,05, тобто суттєвих відмінностей між цими групами у прояві прокрастинації не виявлено.

Щодо вираження антиципації у групі знайдено відмінності, так як показник U-Мана-Уїтні дорівнює 0,04, що є меншим за 0,05, але наближеним до цього значення, тож відмінності наявні, але не суттєві.

Щодо ресурсності виявлені деякі відмінності між групами студентів та курсантів. Критерій U-Мана-Уїтні не показав відмінностей у здобутті персональних ресурсів, бо дорівнює 0,21, що є значно більшим за 0,05. Проте є відмінності у втратах персональних ресурсів між групами, так критерій U-Мана-Уїтні дорівнює 0,02, що є значно меншим за 0,05 – відмінності наявні, та в індексі ресурсності також показало відмінність – тому що критерій U-Мана-Уїтні дорівнює 0,001, що є значно меншим за 0,05.

Останньою для перевірки відмінностей між групами була методика на соціальне благополуччя. Між студентами та курсантами було виявлено

наступне. У субшкалі «Соціальне прийняття» відмінностей не виявлено, тому що критерій U-Мана-Уїтні дорівнює 0,43, що є значно більшим за 0,05, у субшкалі «Актуалізація соціальних потреб» також не виявлено відмінностей - критерій U-Мана-Уїтні дорівнює 0,35, що є значно більшим за 0,05 і остання субшкала, де не було виявлено відмінностей – це «Соціальний внесок», бо критерій U-Мана-Уїтні дорівнює 0,18, що є значно більшим за 0,05. Проте не можна констатувати, що групи по рівню соціального благополуччя не відрізняються, тому що по субшкалі «Узгодженість із суспільством» є відмінності, тому що критерій U-Мана-Уїтні дорівнює 0,01, що є значно меншим за 0,05, по субшкалі «Соціальна інтеграція» також є відмінність через критерій U-Мана-Уїтні, що дорівнює 0,004, що є значно меншим за 0,05 і в цілому по показнику соціального благополуччя є відмінності між курсантами та студентами, адже критерій U-Мана-Уїтні дорівнює 0, що є значно меншим за 0,05.

Таблиця 3.1

Порівняння середніх показників прокрастинації, антиципації, втрат і здобуттів персональних ресурсів та шкали соціального благополуччя у студентів та курсантів

Загальні показники	Студенти	Курсанти	U-критерій Мана-Уїтні	p
Загальна прокрастинація	2	2,06	0,16	>0,05
Особистісно-ситуативна антиципація	1,93	1,65	0,04	<0,05
Втрати та здобуття персональних ресурсів				
Здобуття	2,23	2,03	0,21	>0,05
Втрати	2,13	2,42	0,02	<0,05
Індекс ресурсності	2,13	1,71	0,001	<0,05
Шкала соціального благополуччя				
Соціальне прийняття	2,17	2,06	0,43	>0,05

Актуалізація соціальних потреб	2,4	2,58	0,35	>0,05
Узгодженість із суспільством	2,33	2,68	0,01	<0,05
Соціальний внесок	2,6	2,42	0,18	>0,05
Соціальна інтеграція	2,07	2,52	0,004	<0,05
Показник соціального благополуччя	2,3	3,06	0	<0,05

Отже, при остаточних висновках, варто враховувати те, що у групах немає відмінностей по рівню вираження прокрастинації, тому що в період проведення опитування тільки починалось навчання і відповідно ще не було настільки великої кількості завдань, що могло стимулювати прокрастинацію, а також респонденти нещодавно були на канікулах. Також відмінності не було знайдено по рівню вираженості здобуттів персональних ресурсів між респондентами, соціальним прийняттям, актуалізацією соціальних потреб та соціальним внеском. Тобто за останні півроку і студенти, і курсанти мали приблизно однаковий рівень нових, або відновлених, ресурсів, як матеріальних, так і ментальних, та можуть не відрізнятися по соціальним показникам, тому що знаходяться у статусі студентів, які ще тільки навчаються та готуються до майбутніх внесків у суспільство під час роботи. Але були виявлені відмінності у втратах персональних ресурсів, так у курсантів за останні півроку вони вищі. І, в цілому, індекс ресурсності, що пов'язується з втратами, у курсантів є нижчим. Це може пояснюватись нестабільною політичною ситуацією в країні. Крім того, виявлено відмінності в узгодженості між суспільством серед респондентів – у курсантів вона є вищою, ніж у студентів, можливо, за рахунок того, що вони навчались очно та мали змогу тісніше і більш якісно контактувати із друзями та знайомими, навіть у випадку, якщо вони не покидали територію гуртожитку. Є

відмінність і у соціальній інтеграції – вона знову є вищою у курсантів, по аналогії із узгодженістю. В цілому рівень соціально-психологічного благополуччя є вищим у курсантів в порівнянні із студентами, що може пояснюватись більш простою стратегією будування майбутнього – адже курсанти зазвичай працюють за спеціальністю після університету, а також у них з самого початку навчання є чіткий розпорядок дня, розуміння того, які задачі вони мають виконувати, а які ні. Це позитивно впливає на самовідчуття індивіда, тому що все за нього/неї визначено, тоді ж як у студентів все складніше – не обов'язково всі будуть працювати за спеціальністю, розпорядок дня фіксується тільки за рахунок розкладу занять, а все інше вже розподіляється на розсуд самих студентів.

3.2. Аналіз кореляційних зв'язків між досліджуваними показниками

З огляду на те, що кореляційні таблиці отримані досить об'ємні, в даній роботі будуть наведені тільки частини, які мають значимі кореляції. При використанні для інтерпретації таблиці Чеддока, в якій кореляції із значенням від 0,7 до 0,9 і вище вважаються високими можна побачити наступні спостереження. У студентів серед значимих кореляцій (Таблиця 3.2) виявлено прямий зв'язок між соціальним прийняттям та антиципацією (значущість 0,759 - висока), тобто при підвищенні соціального прийняття особистості їй легше спрогнозувати майбутнє, також прямий зв'язок виявлено між соціальним внеском та антиципацією (значущість 0,707 – висока), що пояснюється за аналогією із попереднім. Прямий кореляційний зв'язок виявлено між показниками здобуття персональних ресурсів та соціальною інтеграцією (значущість 0,731- висока), тобто чим краще інтегрована особистість в суспільство, тим більше ресурсів для себе вона отримує. Останньою значимою кореляцією серед значень студентів став обернений зв'язок між індексом ресурсності та соціальним благополуччям – тобто при зменшенні одного показника, підвищується інший, це можна пояснити тим,

що при зниженні рівня соціального благополуччя студенти активізують всі свої ресурси для відновлення його і навпаки, коли соціальне благополуччя знаходиться на високому рівні, то ресурсність знижується – тобто студенти вважають, що досягли всього, чого мали досягти і не бачать сенсу у мобілізації власних ресурсів для подальших здобуттів. Щодо інших показників, наведених у таблиці, значимість їх або досить низька для інтерпретації, або це субшкали однієї шкали, тож в їх інтерпретації немає сенсу.

Таблиця 3.2

Коефіцієнти кореляцій між антиципацією, соціальною інтеграцією, індексом ресурсності та соціальним прийняттям, внеском, здобуттям персональних ресурсів та соціальним благополуччям у студентів

	К/к*	Р**	К/к*	Р**	К/к*	Р**	К/к*	Р**
	Соціальне прийняття		Соціальний внесок		Здобуття персональних ресурсів		Соціальне благополуччя	
Антиципація	0,058	0,759	0,072	0,707	-0,076	0,688	0,098	0,608
Соціальна інтеграція	-0,044	0,818	-0,263	0,16	0,066	0,731	0,05	0,791
Індекс ресурсності	-0,13	0,492	-0,471	0,009	0,386	0,035	-0,042	0,824

*К/к – коефіцієнт кореляції Спірмена;

**Р – рівень статистичної значущості.

Щодо показників курсантів, було отримано наступні (Таблиця 3.3): пряма кореляція між прокрастинацією та соціальним благополуччям (значимість 0,712 – висока), тобто у курсантів при досягненні соціального благополуччя починає зникати потреба в своєчасному виконанні завдань і відповідно вони можуть їх відкладати, або прокрастинація використовується

як відновлення своїх ресурсів і відповідно, вона сприяє соціальному благополуччю особистості, також є пряма кореляція між соціальним внеском та прокрастинацією (значимість 0,858 – висока), тут відповідно до попереднього – схожа особливість. Далі, заперечуючи положення про відновлення, йде обернена кореляція між здобуттям персональних ресурсів та прокрастинацією (значимість 0,93 – висока). Тож при підвищенні прокрастинації, знижуються персональні ресурси у курсантів. Щодо антиципації, виявлена обернена кореляція між нею та індексом ресурсності у курсантів (значимість 0,878 – висока). Тож для даної групи характерно при підвищенні здатності до прогнозування майбутнього зниження відчуття ресурсності – можна припустити, що це пов'язано із нестабільною політичною ситуацією в країні, тому що опитування проводилось за декілька тижнів до початку війни в Україні. Із значимих кореляцій також слід відмітити, що є прямий зв'язок між здобуттям персональних ресурсів та актуалізацією соціальних потреб (значимість 0,779) – відповідно, чим більше у індивіда ресурсів, тим краще він/вона зможе актуалізувати власні та суспільні потреби. Цікавою є обернена кореляція між здобуттям персональних ресурсів та узгодженістю із суспільством (значимість 0,727 – висока). Можна припустити, що це пов'язано із специфікою навчання на військовій кафедрі, адже є різниця між сприйняттям світу цивільними людьми та військовими, тож чим менше курсанти в цій групі відчувають себе узгодженими із суспільством (мова йде про цивільне суспільство), тим більше ресурсів для власної діяльності вони здобувають і навпаки.

Щодо інших показників, наведених у таблиці – значимість їх або досить низька для інтерпретації, або це субшкали однієї шкали, тож в їх інтерпретації немає сенсу.

Таблиця 3.3

Коефіцієнти кореляцій між прокрастинацією, антиципацією, актуалізацією соціальних потреб, соціальною інтеграцією, узгодженістю

**із суспільством та соціальним благополуччям, внеском, здобуттям
персональних ресурсів та індексом ресурсності у курсантів**

	К/к*	Р**	К/к*	Р**	К/к*	Р**	К/к*	Р**
	Соціальне благополуччя		Соціальний внесок		Здобуття персональних ресурсів		Індекс ресурсності	
Прокрастинація	0,069	0,712	0,033	0,858	-0,017	0,93	-0,12	0,516
Антиципація	-0,2	0,294	-0,03	0,873	-0,4	0,036	-0,03	0,878
Актуалізація соціальних потреб	0,309	0,091	0,399	0,026	-0,054	0,775	-0,4	0,026
Соціальна інтеграція	0,269	0,143	0,28	0,127	0,053	0,779	-0,3	0,101
Узгодженість із суспільством	0,381	0,035	0,119	0,525	-0,065	0,727	-0,29	0,114

*К/к – коефіцієнт кореляції Спірмена;

**Р – рівень статистичної значимості.

Тож, при порівнянні кореляцій у курсантів і студентів, не було виявлено ні обернених, ні прямих кореляційних зв'язків між антиципацією та прокрастинацією, але виявлено, що антиципація може пов'язуватись із соціально-психологічним благополуччям у студентів через прямий зв'язок, тоді ж як у курсантів цей показник є оберненим до соціального внеску (субшкала соціального благополуччя) та до індекса ресурсності – можна припустити, що це пов'язано із політичною ситуацією в країні, так як на військовій кафедрі могли частіше обговорювати можливість війни в Україні та готувати курсантів до цього. Також відмінність є у тому, що для студентів соціальна інтеграція має прямий зв'язок із здобуттям персональних ресурсів, а у курсантів є обернений зв'язок між узгодженістю із суспільством та

здобуттям персональних ресурсів. Так як інтеграція без узгодженості неможлива, тож можна припустити, що така відмінність є саме через специфіку навчання.

3.3. Результати факторного аналізу вибірки

Задля проведення факторного аналізу спочатку перевірили показники КМО та критерію Бартлетта. Відповідно до даних проведення факторного аналізу допускається, адже критерій Бартлетта дорівнює 0, а КМО дорівнює 0,5 (Таблиця 3.4).

Таблиця 3.4

Показники КМО та критерію Бартлетта

КМО і критерій Бартлетта	
Міра адекватності вибірки Кайзера-Майера Олкіна (КМО).	0,533
Критерій сферичності Бартлетта	
Значимість	0,000

Для визначення того, який відсоток варіації пояснює факторна модель зроблено аналіз таблиць спільностей (Таблиця 3.5). За ними найбільше навантаження на модель несуть індекс втрат та здобуттів (0,798), «Узгодженість із суспільством» (0,775), «Актуалізація соціальних потреб» (0,77), емоційна спрямованість (0,76) та антиципація (0,721).

Таблиця 3.5

Значення спільностей (навантаження на факторну модель)

Спільності	
	Вилучення
Зайнятість	0,848
Антиципація	0,721
Прокрастинація	0,494

Здобуття	0,661
Втрати	0,702
Показник1	0,798
Спрямованість	0,760
Прийняття	0,716
Актуалізація	0,770
Узгодженість	0,775
Внесок	0,625
Інтеграція	0,689
Показник2	0,681

Для розуміння якості факторної моделі оцінимо відсоток дисперсії факторів за методом Кайзера - якість складає приблизно 72%, що не є дуже високим показником, але дозволяє проінтерпретувати отриману факторну модель.

І у фінальному аналізі таблиць проінтерпретуємо для моделі лише 2 фактори, виділені за 2 способом екстракції факторів (Таблиця 3.6). 1 фактор – сюди увійшли: узгодженість із суспільством (0,6), соціальне благополуччя (0,721) та індекс ресурсності (-0,707). Даний фактор можна назвати «Орієнтація на нинішній час»

2 фактор – сюди увійшли: соціальне прийняття (0,753), антиципація (0,59) та актуалізація соціальних потреб (0,575). Даний фактор можна назвати «Орієнтація на майбутній час».

Таблиця 3.6

Матриця компонентів факторного аналізу

Матриця компонентів			
Компонент	Модель (значення)	Компонент	Модель (значення)
	1		2

Узгодженість	0,6	Прийняття	0,753
Показник соціального благополуччя	0,721	Антиципація	0,59
Індекс ресурсності	-0,707	Актуалізація	0,575

Після факторного аналізу, можна припустити, що для даної групи характерні 2 типи розвитку життєвих сценаріїв – це орієнтація на нинішній час та орієнтація на майбутній час.

3.4. Результати кластерного аналізу вибірки

Після проведення факторного аналізу, щоб отримати конкретну картину відмінностей було проведено кластерний аналіз за допомогою методу К-середніх. Із важливих таблиць для аналізу, які було отримано варто відмітити таблицю дисперсійного аналізу (Таблиця 3.7), яка дозволяє подальший аналіз через відмінності між визначеними показниками. За нею всі показники мають відмінності, бо значимість по всім менше 0,05.

Таблиця 3.7

Дисперсійний аналіз (ANOVA)

Показник	Статистична значимість
Узгодженість	0,028
Показник соціального благополуччя	0
Індекс ресурсності	0,007
Прийняття	0,001
Антиципація	0
Актуалізація	0,049

І фінальна таблиця (Таблиця 3.8) для висновку про типологізацію груп показує, що для 1 стратегію для життя вибирає більше осіб у цій групі без залежності від форми навчання – 37 осіб, а 2 стратегію 24 особи.

Таблиця 3.8

Спостереження у групі

Число спостережень у кожному кластері		
Кластеризувати	1	37
	2	24
Допустимо		61
Пропущені		0

Тобто для даної групи більш характерним є орієнтація на нинішній час і власні почуття в ньому, ніж планування подальшого майбутнього та забезпечення актуалізації соціальних потреб.

Висновки до розділу 3

Після проведення повноцінного опису 2 груп, які знаходились у вибірці – студентів та курсантів факультету психології; кореляційного, факторного та кластерного аналізу даних в групах бали виявлені такі схожі риси як середній рівень прокрастинації, середній рівень антиципації, середній рівень ресурсності, середній рівень соціального прийняття, високий рівень соціальної актуалізації – такі дані можна пояснити як періодом, в який проводився відбір даних, адже це був тільки початок 2 семестру, коли ще немає екзаменів і студенти не отримують жорстких дедлайнів, які викликають прокрастинацію та вимагають планування майбутніх дій, також важлива і спеціальність даних респондентів, адже вона високо цінується у суспільстві, що і впливає на відчуття соціально-психологічного благополуччя. Відмінності між групами наступні – це те, що серед курсантів більше представлено осіб чоловічої статі, ніж студентів, хоч все одно більше жінок

всередині групи, у курсантів представлені молодші курси і особи віком 18-19 років, яких немає в групі студентів цивільних, а також курсанти навчались очно та менше хворіли Covid-19, що є цікавою знахідкою, тоді як цивільні навчались дистанційно та тільки більше підозрювали, що хворіли, але не вибирали точну відповідь. Відмінна й емоційна спрямованість: у групи курсантів вона більш різнобарвна, в порівнянні із студентами. Проте домінуючі емоції залишаються досить схожими – це праксичні емоції, які пов'язані із діяльністю (в даному випадку навчання та/або роботою), акізитивні емоції – накопичення (можливо, ресурсів психологічних та матеріальних). Відмінності є в тому, що для представлених груп студентів більш характерні гностичні емоції, пов'язані із потребою в новій інформації, що може пояснюватись спеціалізацією в такій сфері, яка дуже швидко розвивається та естетичні емоції. В той час як для курсантів більш характерні гедоністичні емоції, пов'язані із встановленням комфорту як зовнішнього, так і внутрішнього (можливо, це наслідок досить жорстких умов, в яких їм потрібно проживати під час навчання). Також у курсантів вища узгодженість із суспільством, в порівнянні із студентами – що може бути пов'язано із більш реалістичним сприйняттям світу, в зв'язку із жорсткістю умов, в яких курсантам потрібно перебувати. Також для курсантів цієї групи більш характерна висока соціальна інтеграція і вищий, ніж у звичайних студентів показник соціального благополуччя – вони можуть мати більше практики через високу потребу у військових психологах через АТО та мають чітко визначені умови, за рахунок військової кафедри, тож краще розуміють свою роль та майбутнє у суспільстві. Проте відчуття соціального внеску у курсантів середнє, тоді як у студентів – він високий – але, для розуміння причинно-наслідкових зв'язків, в цьому випадку варто дослідити глибше.

З приводу кореляційного аналізу – між прокрастинацією та антиципацією помітних кореляційних зв'язків не виявлено ні в групі студентів, ні в групі курсантів, проте виявлено прямий зв'язок між антиципацією та показником соціального благополуччя у студентів, тоді як у

курсантів антиципація має обернений зв'язок до соціального внеску та здобуттів персональних ресурсів, що може бути пов'язано із нестабільною політичною ситуацією – відповідно курсанти, як військові, могли більше цікавитись цим та більш реалістично сприймати ситуацію, тоді як студенти не мали цієї інформації в університеті – проте ця змінна не була дослідженою, тож, в даному випадку, це є припущенням. Також цікавими кореляціями є прямий зв'язок між здобуттям персональних ресурсів та соціальною інтеграцією у студентів і, навпаки, обернений кореляційний зв'язок між узгодженістю із суспільством та здобуттям соціальних ресурсів. Тобто є особливість у специфіці сприйняття суспільства серед студентів та курсантів, яка може бути пов'язаною із програмою навчання, проте це знову є припущенням, тому що дана змінна так глибоко не досліджувалась у цій роботі.

Факторний та кластерний аналізи проводились додатково, щоб зробити типологізацію вибірки. Було отримано 2-факторну модель: 1 фактор – орієнтація на теперішнє; 2 фактор – орієнтація на майбутнє. Кластерний аналіз показав, що більшість респондентів все ж таки орієнтується на теперішнє, ніж планує як буде жити в найближчому майбутньому, тож можна припустити, що рівень антиципації розвинутий слабо у цих особистостей.

ВИСНОВКИ

На основі аналізу психологічної літератури щодо питання прокрастинації зроблено висновок, що це - психологічний феномен. Його розуміння розділяється на патологічне та непатологічне - в даному дослідженні розглядався саме непатологічний прояв прокрастинації як схильності до відкладання справ/зустрічей/дій - котрий може бути мотивованим як лінню особистості, так і небажанням виконувати малоцінну для людини роботу, або якщо сама робота пов'язана з неприємними емоціями/почуттями. Прокрастинація може бути пов'язаною як із конкретними завданнями, так і з ситуаціями - тобто може бути наявним не тільки уникання роботи, але й, наприклад, комунікації з іншими людьми. Вона може супроводжуватись або позитивними емоціями - в разі, коли людина відкладає малоцінну роботу й заміняє свій час приємними для себе справами; або негативними емоціями - в разі, якщо у людини є когнітивні викривлення в сфері сприймання часу й відповідно - вона не може оцінити скільки часу варто витратити на успішне виконання завдання, або також негативні емоції можуть виникати в разі, якщо відкладення справи поєднується із почуттям вини за це. Прокрастинація властива більшості людей й може проявлятись в різні періоди, незалежно від віку, проте вона більш характерна людям із пониженим рівнем дисципліни, а також під час великих ментальних навантажень - наприклад, екзаменаційні періоди, виконання роботи з відстроченим результатом та пов'язаної із поетапним плануванням й діями.

Щодо антиципації – вона також розглядалась як суто психологічний феномен – здатність передбачати власне майбутнє. Екстрасенсорний аспект не зачіпався. Вона полягає в тому, що особистість може, завдяки власному досвіду/досвіду від інших людей, яких він/вона знає, передбачати наперед своє найближче майбутнє та далі. Це відбувається на когнітивному рівні через співставлення причинно-наслідкових зв'язків. В даній роботі

розглядалась особистісно-ситуативна антиципація і дослідження показало, що у представленої групи вона виражена слабо, можливо це пов'язано із досить юним віком респондентів.

Остання характеристика, яка розглядалась – це був рівень соціально-психологічного благополуччя. Це явище важливе, так як напряду пов'язане із спеціалізацією особистостей (психологією) адже вони мають враховувати динаміку цього показника у своїх клієнтів (якщо далі будуть працювати за спеціальністю, як психологи, коучі, чи консультанти), так і мати досить високий рівень самі, для того, щоб мати ресурс працювати. Як показало дослідження - результати по індексу ресурсності коливаються між середнім та високим показниками – що можна прийняти як задовільний результат.

Підводячи підсумок – була підтверджена гіпотеза про те, що немає зв'язку між прокрастинацією та антиципацією – ні оберненого, ні прямого. Проте знайдено прямий зв'язок у групи студентів між антиципацією та показником соціально-психологічного благополуччя, тобто при достатньому соціальному статусі та ментальному стані для особистостей простіше прогнозувати своє майбутнє. В той самий час у групи курсантів виявлено обернений зв'язок антиципації зі субшкалою «Соціальний внесок» та індексом ресурсності. Можливо це пов'язано із політичною ситуацією, яка, на момент проведення опитування, була в Україні. Цікавим є також те, що у студентів знайдено прямий зв'язок між здобуттям персональних ресурсів та соціальною інтеграцією, тоді як у курсантів зв'язок між здобуттям ресурсів та узгодженістю із суспільством є оберненим. При цьому у курсантів узгодженість вища за студентів, тож, можливо, згадуючи про нестабільну політичну ситуацію в країні, така узгодженість із суспільством негативно впливала на стан курсантів саме через панічні настрої у ньому.

Крім того, додатково було проведено порівняльний аналіз, який дав можливість знайти основні відмінності між групою студентів та групою курсантів – вони полягають у віці, тому що курсанти в більшості молодші на 1-2 роки, у формі зайнятості, тому що вони навчались в очному форматі, тоді

як студенти вчилися тільки дистанційно довгий проміжок часу – і тут також виявилась цікава особливість, що при цьому менше курсантів в представленій групі хворіло на COVID-19, ніж студентів, які навчались дистанційно саме для того, щоб не контактувати часто один з одним і не наражати себе на хворобу. Також важливо відмітити те, що у курсантів нижчий рівень вираженості антиципації, що можна пов'язати із віком, більш різноманітний емоційний фон у групі, в порівнянні із цивільними студентами, які в своїй більшості мають емоційну спрямованість «всередину» себе – це може бути пов'язаним із формою навчання та можливістю курсантів частіше контактувати між собою і проводити разом час. Також показовим є те, що рівень соціального благополуччя у студентів-курсантів вищий за звичайних студентів.

Далі проведено факторний та кластерний аналізи і типологізовано вибірку наступним чином: 1 - концентрація на теперішньому (на розумінні власної ролі тут і зараз у суспільстві та накопиченні ресурсів для життя нині); 2 - концентрація на майбутньому (тобто для них важливо, як їх дії будуть впливати на життя далі). Респондентів, які притримуються стратегії орієнтації на теперішнє більше, ніж тих, хто надає перевагу 2, що було виявлено за допомогою кластерного аналізу. Дані особливості можна глибше дослідити у майбутньому.

Враховуючи отримані здобутки, ми можемо вважати, що завдання, поставлені в ході роботи, були успішно виконаними.

Перспективним дослідженням може бути дослідження специфіки життєвих стратегій у студентів та курсантів з урахуванням прокрастинації, соціально-психологічного благополуччя та антиципації в нинішній час та глибокий аналіз відмінностей між ними.

Цікавим також може бути розробка та проведення формуючого експерименту на вибірці студентів та курсантів, які виїхали закордон, та залишились на території України, в основу якого буде закладено роботу із

антиципацією та соціально-психологічним благополуччям на основі існуючих смисложиттєвих орієнтацій.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Бродовська, В. Й., Патрик, І. П., & Яблонко, В. Я. (2005). Тлумачний словник психологічних термінів в українській мові. К.: ВД «Професіонал», 224.
2. ВАРЕ, І. С. Психологічний аналіз взаємозв'язку між смисложиттєвими орієнтаціями і емоційною спрямованістю майбутніх психологів. Вісник Одеського національного університету. Психологія, 2016, 21.3 (41).
3. Дворник, М. С. (2018). Прокрастинація в конструюванні особистісного майбутнього.
4. Четверик-Бурчак, А. Г. (2014). Опис та адаптація опитувальника шкала соціального благополуччя К. Кіза. Вісник Харківського національного університету імені ВН Каразіна. Серія: Психологія, (54), 28-33.
5. Штепа, О. С. (2015). Аналіз та інтерпретація емпіричної багатофакторної моделі психологічної ресурсності особистості. Збірник наукових праць "Проблеми сучасної психології", (28).
6. Adams, V., Murphy, M., & Clarke, A. E. (2009). Anticipation: Technoscience, life, affect, temporality. *Subjectivity*, 28(1), 246-265.
7. Aitken, M. E. (1982). A personality profile of the college student procrastinator. *Dissertation Abstracts International*, Vol 43 (3-A).
8. Ainslie, G., & Haslam, N. (1992). Hyperbolic discounting.
9. Baranauskienė, I., Bohucharova, O., & Kovalenko, A. (2021, March). THE PECULIARITIES OF ACADEMIC PROCRASTINATION OF STUDENTS-FUTURE POLICE OFFICERS. In *Proceedings of INTED2021 Conference* (Vol. 8, p. 9th).
10. Birner, L. (1993). Procrastination: Its role in transference and countertransference. *Psychoanalytic Review*, 80(4), 541-5
11. Blaikie, N., & Priest, J. (2019). *Designing social research: The logic of anticipation*. John Wiley & Sons.

12. Blatt S. J. Punctual and procrastinating students: A study of temporal parameter s/ S. J. Blatt, P. Quinn // *Journal of Consulting Psychology*. – 1967. – № 31. – P. 169–174.
13. Boeree, C. G. (2009). *Causes and reasons: the mechanics of anticipation*.
14. Burka, J., & Yuen, L. M. (2007). *Procrastination: Why you do it, what to do about it now*. Da Capo Lifelong Books.
15. Burke, M., Marlow, C., & Lento, T. (2010, April). Social network activity and social well-being. In *Proceedings of the SIGCHI conference on human factors in computing systems* (pp. 1909-1912).
16. Carruthers, C., & Hood, C. D. (2004). The power of the positive: Leisure and well-being. *Therapeutic Recreation Journal*, 38(2), 225-245.
17. Chandola, T., Britton, A., Brunner, E., Hemingway, H., Malik, M., Kumari, M., ... & Marmot, M. (2008). Work stress and coronary heart disease: what are the mechanisms?. *European heart journal*, 29(5), 640-648.
18. Choi, J. N., & Moran, S. V. (2009). Why not procrastinate? Development and validation of a new active procrastination scale. *The Journal of social psychology*, 149(2), 195-212.
19. Chowdhury, S. F., & Pychyl, T. A. (2018). A critique of the construct validity of active procrastination. *Personality and Individual Differences*, 120, 7-12.
20. Chun Chu, A. H., & Choi, J. N. (2005). Rethinking procrastination: Positive effects of "active" procrastination behavior on attitudes and performance. *The Journal of social psychology*, 145(3), 245-264.
21. Cotterill, S., Weston, N., & Breslin, G. (Eds.). (2016). *Sport and exercise psychology: practitioner case studies*. John Wiley & Sons.
22. Ellis A., Knaus W.J. (1979) *Overcoming Procrastination*. New York: Signet.

23. Ferrari, J. R. (1991). Compulsive procrastination: Some self-reported characteristics. *Psychological reports, 68*(2), 455-458.
24. Fiore, N. (2007). *The now habit: A strategic program for overcoming procrastination and enjoying guilt-free play*. Penguin.
25. Haslam, S. A., Jetten, J., Postmes, T., & Haslam, C. (2009). Social identity, health and well-being: An emerging agenda for applied psychology. *Applied Psychology, 58*(1), 1-23.
26. Hobfoll, S. E. (2002). Social and psychological resources and adaptation. *Review of general psychology, 6*(4), 307-324.
27. Klein, E.. (1971). *A comprehensive etymological dictionary of the Hebrew language for readers of English*. Tyndale House Publishers.
28. Kunde, W., Elsner, K., & Kiesel, A. (2007). No anticipation–no action: the role of anticipation in action and perception. *Cognitive Processing, 8*(2), 71-78.
29. Lee, H. R., Lee, H. E., Choi, J., Kim, J. H., & Han, H. L. (2014). Social media use, body image, and psychological well-being: A cross-cultural comparison of Korea and the United States. *Journal of health communication, 19*(12), 1343-1358.
30. MacLeod, A. K., & Byrne, A. (1996). Anxiety, depression, and the anticipation of future positive and negative experiences. *Journal of abnormal psychology, 105*(2), 286.
31. Mendelovich, V. D. (2003). The test of anticipatory consistency (prognostic competence)-an experimental-psychological technique to assess the readiness for neurotic frustration. *Social and clinical psychiatry, (1)*, 35-40.
32. Milgram, N. N., Mey-Tal, G., & Levison, Y. (1998). Procrastination, generalized or specific, in college students and their parents. *Personality and Individual Differences, 25*(2), 297-316.
33. Milgram, N. N., & Naaman, N. (1996). Typology in procrastination. *Personality and Individual Differences, 20*(6), 679-683.

34. Milgram, N., & Tenne, R. (2000). Personality correlates of decisional and task avoidant procrastination. *European journal of Personality*, 14(2), 141-156.
35. Missildine, W. H. (1962). The Mutual Respect Approach to Child Guidance: A Report of Ninety-Seven Cases from Private Practice. *American Journal of Diseases of Children*, 104(2), 116-121.
36. Ojala, M. (2017). Hope and anticipation in education for a sustainable future. *Futures*, 94, 76-84.
37. Poli, R. (2010). An introduction to the ontology of anticipation. *Futures*, 42(7), 769-776.
38. Poli, R. (2010). The many aspects of anticipation. foresight.
39. Ryan, R. M., Bernstein, J. H., & Brown, K. W. (2010). Weekends, work, and well-being: Psychological need satisfactions and day of the week effects on mood, vitality, and physical symptoms. *Journal of social and clinical psychology*, 29(1), 95-122.
40. Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American psychologist*, 55(1), 68.
41. Sirgy, M. J. (2002). *The psychology of quality of life (Vol. 12)*. Dordrecht: Kluwer Academic Publishers.
42. Steel P., Konig C.J. Integrating theories of motivation // *Academy of management review*. 2006. № 31 (4). P. 889-913.
43. Steel P. The Nature of Procrastination: A Meta-Analytic and Theoretical Review of Quintessential Self-Regulatory Failure // *Psychological Bulletin*. 2007. P. 7.
44. Suddendorf, T., & Redshaw, J. (2017). Anticipation of future events. *Encyclopedia of animal cognition and behavior*, 1-9.
45. Van Boven, L., & Ashworth, L. (2007). Looking forward, looking back: anticipation is more evocative than retrospection. *Journal of Experimental Psychology: General*, 136(2), 289.

46. Vázquez, C., Hervás, G., Rahona, J. J., & Gómez, D. (2009). Psychological well-being and health. Contributions of positive psychology. *Annuary of clinical and health psychology*, 5(2009), 15-27.

48. VORONOV, I. Theoretical aspects of anticipation and prevention of errors in decision-making by using the means of psycho-technology “the Pulsar”. *Norwegian Journal of Development of the International Science*, 2018, 18-3: 46-50.

49. Westgate, E. C., Wormington, S. V., Oleson, K. C., & Lindgren, K. P. (2017). Productive procrastination: academic procrastination style predicts academic and alcohol outcomes. *Journal of applied social psychology*, 47(3), 124-135.

50. Winefield, H. R., Winefield, A. H., & Tiggemann, M. (1992). Social support and psychological well-being in young adults: The Multi-Dimensional Support Scale. *Journal of personality assessment*, 58(1), 198-210.

51.

<https://www.oxfordlearnersdictionaries.com/definition/english/anticipation>

ДОДАТКИ

ДОДАТОК А

Бланки опитувальника

Бланк 1.1

Перша частина

Дослідження для диплому

Дякую, що готові пройти це опитування - далі чимало питань, але всі вони досить прості.

Правильних і неправильних відповідей тут немає!

Відповідь важливо дати швидко і широко!

Ваша стать *

Чоловік

Жінка

Скільки вам повних років *

Текст запитання з короткими відповідями

Ваша зайнятість в даний проміжок часу *

Навчаюсь дистанційно

Навчаюсь в очному форматі (навчався_лась пару днів назад)

Чи хворіли ви на Covid-19 *

Так

Ні

Не знаю (але здогадуюсь, що так)

Не знаю (але здогадуюсь, що ні)

Бланк 1.2

Друга частина

Тут вже починається опитування (інструкція ↓)

Головне - відповідайте швидко і не задумуйтеся!

На вас тут чекає 20 досить легких запитань.

На них можна дати одну із 5 відповідей (обов'язково подивіться на цю розшифровку):

1 - Неправда

2 - Зазвичай неправда

3 - (ноді) так / (ноді) ні

4 - Переважно правда

5 - Правда

1. Я часто виконую завдання, які мав(-ла) намір зробити на кілька днів *

	1	2	3	4	5	
Неправда	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Правда

2. Я часто пропускаю концерти, спортивні матчі або подібні заходи, бо не вдається придбати квитки вчасно. *

	1	2	3	4	5	
Неправда	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Правда

3. Плануючи свято/вечірку, я завчасно роблю необхідні організаційні *

	1	2	3	4	5	
Неправда	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Правда

4. Зранку я встаю найчастіше в потрібний *

	1	2	3	4	5	
Неправда	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Правда

5. Написаний мною лист може лежати протягом декількох днів, доки я відішлю *

	1	2	3	4	5	
Неправда	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Правда

6. Я швидко відповідаю на пропущені телефонні *

	1	2	3	4	5	
Неправда	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Правда

7. Я не виконую швидко навіть ту роботу, яка вимагає просто сидіти та робити *

	1	2	3	4	5	
Неправда	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Правда

8. Я намагаюся приймати рішення якомога *

	1	2	3	4	5	
Неправда	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Правда

9. Я маю звичку відкладати початок роботи, яку потрібно *

	1	2	3	4	5	
Неправда	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Правда

10. Подорожуючи, я зазвичай маю квапитися, аби дістатися вокзалу/станції *

	1	2	3	4	5	
Неправда	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Правда

11. Готуючись до виходу з дому, я рідко роблю щось в останню *

	1	2	3	4	5	
Неправда	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Правда

12. Очікуючи настання граничного строку виконання необхідного завдання, я часто витрачаю час на інші справи. *

	1	2	3	4	5	
Неправда	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Правда

13. Якщо приходить рахунок на невелику суму, я одразу сплачую *

	1	2	3	4	5	
Неправда	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Правда

14. Отримавши запит під грифом «Дайте, будь ласка, відповідь», я відповідаю в найкоротший термін. *

	1	2	3	4	5	
Неправда	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Правда

15. Я часто завершую завдання раніше, ніж *

	1	2	3	4	5	
Неправда	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Правда

16. Здається, ніби я завжди готую подарунки до днів народжень/свят в останню *

	1	2	3	4	5	
Неправда	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Правда

17. Зазвичай я купую навіть найважливішу річ в останню *

	1	2	3	4	5	
Неправда	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Правда

18. Я звик(-ла) виконувати заплановані справи протягом одного дня, не розтягуючи їх на тиждень. *

	1	2	3	4	5	
Неправда	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Правда

19. Я помічаю, що постійно кажу собі або іншим: «Я зроблю це» *

	1	2	3	4	5	
Неправда	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Правда

20. Зазвичай я намагаюся виконати всі справи до того, як прийду додому і *

	1	2	3	4	5	
Неправда	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Правда

Бланк 1.3

Третя частина

Подивіться уважно на кожне зображення і виберіть 3, які, візуально, вам більше подобаються (не беручи до уваги значення цих символі)



Напишіть 3 номери вибраних *

Текст запитання з короткими відповідями

.....

Четверта частина

Інструкція ↓

Будь-ласка, оцініть ступінь вираженості наведених нижче відчуттів у вас за останні півроку

!!! За останні півроку я втратив_ла:

Опис (необов'язково)

1. Відчуття, що я успішний_на *

- 1 - немає такого відчуття
- 2 - низьке вираження
- 3 - середнє вираження
- 4 - сильне вираження
- 5 - дуже сильне вираження

2. Можливість нормально висипатись (відпочивати) *

- 1 - немає такого відчуття
- 2 - низьке вираження
- 3 - середнє вираження
- 4 - сильне вираження
- 5 - дуже сильне вираження

3. Можливість одягатись відповідно до мого соціального статусу (так, як я хочу) *

- 1 - немає такого відчуття
- 2 - низьке вираження
- 3 - середнє вираження
- 4 - сильне вираження
- 5 - дуже сильне вираження

4. Відчуття, що я потрібен_на іншим людям *

- 1 - немає такого відчуття
- 2 - низьке вираження
- 3 - середнє вираження
- 4 - сильне вираження
- 5 - дуже сильне вираження

5. Стабільність в сім'ї *

- 1 - немає такого відчуття
- 2 - низьке вираження
- 3 - середнє вираження
- 4 - сильне вираження
- 5 - дуже сильне вираження

6. Відчуття гордості за себе (свої успіхи та досягнення) *

- 1 - немає такого відчуття
- 2 - низьке вираження
- 3 - середнє вираження
- 4 - сильне вираження
- 5 - дуже сильне вираження

7. Впевненість, що я досягаю своїх цілей *

- 1 - немає такого відчуття
- 2 - низьке вираження
- 3 - середнє вираження
- 4 - сильне вираження
- 5 - дуже сильне вираження

8. Хороші відносини із ближніми родичами (чоловіком/дружиною, дітьми, батьками) *

- 1 - немає такого відчуття
- 2 - низьке вираження
- 3 - середнє вираження
- 4 - сильне вираження
- 5 - дуже сильне вираження

9. Важливі побутові предмети *

- 1 - немає такого відчуття
- 2 - низьке вираження
- 3 - середнє вираження
- 4 - сильне вираження
- 5 - дуже сильне вираження

10. Впевненість у тому, що моє майбутнє залежить від мене *

- 1 - немає такого відчуття
- 2 - низьке вираження
- 3 - середнє вираження
- 4 - сильне вираження
- 5 - дуже сильне вираження

11. Власне здоров'я *

- 1 - немає такого відчуття
- 2 - низьке вираження
- 3 - середнє вираження
- 4 - сильне вираження
- 5 - дуже сильне вираження

12. Житлові умови, необхідні для достойного життя в сучасних соціальних умовах *

- 1 - немає такого відчуття
- 2 - низьке вираження
- 3 - середнє вираження
- 4 - сильне вираження
- 5 - дуже сильне вираження

13. Відчуття оптимізму *

- 1 - немає такого відчуття
- 2 - низьке вираження
- 3 - середнє вираження
- 4 - сильне вираження
- 5 - дуже сильне вираження

14. Можливість здорового і повноцінного харчування *

- 1 - немає такого відчуття
- 2 - низьке вираження
- 3 - середнє вираження
- 4 - сильне вираження
- 5 - дуже сильне вираження

15. Відчуття стабільності своєї роботи *

- 1 - немає такого відчуття
- 2 - низьке вираження
- 3 - середнє вираження
- 4 - сильне вираження
- 5 - дуже сильне вираження

16. Впевненість, що я контролюю події у власному житті *

- 1 - немає такого відчуття
- 2 - низьке вираження
- 3 - середнє вираження
- 4 - сильне вираження
- 5 - дуже сильне вираження

17. Визнання моїх досягнень зі сторони значимих для мене людей *

- 1 - немає такого відчуття
- 2 - низьке вираження
- 3 - середнє вираження
- 4 - сильне вираження
- 5 - дуже сильне вираження

18. Мої заощадження, вклади *

- 1 - немає такого відчуття
- 2 - низьке вираження
- 3 - середнє вираження
- 4 - сильне вираження
- 5 - дуже сильне вираження

19. Мотивацію (бажання) щось робити *

- 1 - немає такого відчуття
- 2 - низьке вираження
- 3 - середнє вираження
- 4 - сильне вираження
- 5 - дуже сильне вираження

20. Підтримку від колег *

- 1 - немає такого відчуття
- 2 - низьке вираження
- 3 - середнє вираження
- 4 - сильне вираження
- 5 - дуже сильне вираження

21. Стабільний дохід, достатній для достойного життя *

- 1 - немає такого відчуття
- 2 - низьке вираження
- 3 - середнє вираження
- 4 - сильне вираження
- 5 - дуже сильне вираження

22. Відчуття незалежності *

- 1 - немає такого відчуття
- 2 - низьке вираження
- 3 - середнє вираження
- 4 - сильне вираження
- 5 - дуже сильне вираження

23. Дружбу (друзів) *

- 1 - немає такого відчуття
- 2 - низьке вираження
- 3 - середнє вираження
- 4 - сильне вираження
- 5 - дуже сильне вираження

24. Знання про те, куди я йду в житті (сенс життя) *

- 1 - немає такого відчуття
- 2 - низьке вираження
- 3 - середнє вираження
- 4 - сильне вираження
- 5 - дуже сильне вираження

25. Відчуття, що моє життя має значення *

- 1 - немає такого відчуття
- 2 - низьке вираження
- 3 - середнє вираження
- 4 - сильне вираження
- 5 - дуже сильне вираження

26. Позитивну думку про себе *

- 1 - немає такого відчуття
- 2 - низьке вираження
- 3 - середнє вираження
- 4 - сильне вираження
- 5 - дуже сильне вираження

27. Людей, які могли б бути мені опорою *

- 1 - немає такого відчуття
- 2 - низьке вираження
- 3 - середнє вираження
- 4 - сильне вираження
- 5 - дуже сильне вираження

28. Можливість отримувати медичну допомогу при необхідності *

- 1 - немає такого відчуття
- 2 - низьке вираження
- 3 - середнє вираження
- 4 - сильне вираження
- 5 - дуже сильне вираження

29. Можливості для освіти та самоосвіти (в тому числі й матеріальні) *

- 1 - немає такого відчуття
- 2 - низьке вираження
- 3 - середнє вираження
- 4 - сильне вираження
- 5 - дуже сильне вираження

30. Приналежність до організацій, в яких є люди зі схожими з моїми інтересами (церкви, клуби, спортивні/волонтерські організації та ін.) *

- 1 - немає такого відчуття
- 2 - низьке вираження
- 3 - середнє вираження
- 4 - сильне вираження
- 5 - дуже сильне вираження

Інструкція ↓



Будь-ласка, оцініть ступінь вираженості наведених нижче відчуттів у вас за останні півроку

!!! За останні півроку я здобув_ла:

Опис (необов'язково)

Інструкція ↓



Будь-ласка, оцініть ступінь вираженості наведених нижче відчуттів у вас за останні півроку

!!! За останні півроку я втратив_ла:

Опис (необов'язково)

1. Відчуття, що я успішний_на *

- 1 - немає такого відчуття
- 2 - низьке вираження
- 3 - середнє вираження
- 4 - сильне вираження
- 5 - дуже сильне вираження

2. Можливість нормально висипатись (відпочивати) *

- 1 - немає такого відчуття
- 2 - низьке вираження
- 3 - середнє вираження
- 4 - сильне вираження
- 5 - дуже сильне вираження

3. Можливість одягатись відповідно до мого соціального статусу (так, як я хочу) *

- 1 - немає такого відчуття
- 2 - низьке вираження
- 3 - середнє вираження
- 4 - сильне вираження
- 5 - дуже сильне вираження

4. Відчуття, що я потрібен_на іншим людям *

- 1 - немає такого відчуття
- 2 - низьке вираження
- 3 - середнє вираження
- 4 - сильне вираження
- 5 - дуже сильне вираження

5. Стабільність в сім'ї *

- 1 - немає такого відчуття
- 2 - низьке вираження
- 3 - середнє вираження
- 4 - сильне вираження
- 5 - дуже сильне вираження

6. Відчуття гордості за себе (свої успіхи та досягнення) *

- 1 - немає такого відчуття
- 2 - низьке вираження
- 3 - середнє вираження
- 4 - сильне вираження
- 5 - дуже сильне вираження

7. Впевненість, що я досягаю своїх цілей *

- 1 - немає такого відчуття
- 2 - низьке вираження
- 3 - середнє вираження
- 4 - сильне вираження
- 5 - дуже сильне вираження

8. Хороші відносини із ближніми родичами (чоловіком/дружиною, дітьми, батьками) *

- 1 - немає такого відчуття
- 2 - низьке вираження
- 3 - середнє вираження
- 4 - сильне вираження
- 5 - дуже сильне вираження

9. Важливі побутові предмети *

- 1 - немає такого відчуття
- 2 - низьке вираження
- 3 - середнє вираження
- 4 - сильне вираження
- 5 - дуже сильне вираження

10. Впевненість у тому, що моє майбутнє залежить від мене *

- 1 - немає такого відчуття
- 2 - низьке вираження
- 3 - середнє вираження
- 4 - сильне вираження
- 5 - дуже сильне вираження

11. Власне здоров'я *

- 1 - немає такого відчуття
- 2 - низьке вираження
- 3 - середнє вираження
- 4 - сильне вираження
- 5 - дуже сильне вираження

12. Житлові умови, необхідні для достойного життя в сучасних соціальних умовах *

- 1 - немає такого відчуття
- 2 - низьке вираження
- 3 - середнє вираження
- 4 - сильне вираження
- 5 - дуже сильне вираження

13. Відчуття оптимізму *

- 1 - немає такого відчуття
- 2 - низьке вираження
- 3 - середнє вираження
- 4 - сильне вираження
- 5 - дуже сильне вираження

14. Можливість здорового і повноцінного харчування *

- 1 - немає такого відчуття
- 2 - низьке вираження
- 3 - середнє вираження
- 4 - сильне вираження
- 5 - дуже сильне вираження

15. Відчуття стабільності своєї роботи *

- 1 - немає такого відчуття
- 2 - низьке вираження
- 3 - середнє вираження
- 4 - сильне вираження
- 5 - дуже сильне вираження

16. Впевненість, що я контролюю події у власному житті *

- 1 - немає такого відчуття
- 2 - низьке вираження
- 3 - середнє вираження
- 4 - сильне вираження
- 5 - дуже сильне вираження

17. Визнання моїх досягнень зі сторони значимих для мене людей *

- 1 - немає такого відчуття
- 2 - низьке вираження
- 3 - середнє вираження
- 4 - сильне вираження
- 5 - дуже сильне вираження

18. Мої заощадження, вклади *

- 1 - немає такого відчуття
- 2 - низьке вираження
- 3 - середнє вираження
- 4 - сильне вираження
- 5 - дуже сильне вираження

19. Мотивацію (бажання) щось робити *

- 1 - немає такого відчуття
- 2 - низьке вираження
- 3 - середнє вираження
- 4 - сильне вираження
- 5 - дуже сильне вираження

20. Підтримку від колег *

- 1 - немає такого відчуття
- 2 - низьке вираження
- 3 - середнє вираження
- 4 - сильне вираження
- 5 - дуже сильне вираження

21. Стабільний дохід, достатній для достойного життя *

- 1 - немає такого відчуття
- 2 - низьке вираження
- 3 - середнє вираження
- 4 - сильне вираження
- 5 - дуже сильне вираження

22. Відчуття незалежності *

- 1 - немає такого відчуття
- 2 - низьке вираження
- 3 - середнє вираження
- 4 - сильне вираження
- 5 - дуже сильне вираження

23. Дружбу (друзів) *

- 1 - немає такого відчуття
- 2 - низьке вираження
- 3 - середнє вираження
- 4 - сильне вираження
- 5 - дуже сильне вираження

24. Знання про те, куди я йду в житті (сенс життя) *

- 1 - немає такого відчуття
- 2 - низьке вираження
- 3 - середнє вираження
- 4 - сильне вираження
- 5 - дуже сильне вираження

25. Відчуття, що моє життя має значення *

- 1 - немає такого відчуття
- 2 - низьке вираження
- 3 - середнє вираження
- 4 - сильне вираження
- 5 - дуже сильне вираження

26. Позитивну думку про себе *

- 1 - немає такого відчуття
- 2 - низьке вираження
- 3 - середнє вираження
- 4 - сильне вираження
- 5 - дуже сильне вираження

27. Людей, які могли б бути мені опорою *

- 1 - немає такого відчуття
- 2 - низьке вираження
- 3 - середнє вираження
- 4 - сильне вираження
- 5 - дуже сильне вираження

28. Можливість отримувати медичну допомогу при необхідності *

- 1 - немає такого відчуття
- 2 - низьке вираження
- 3 - середнє вираження
- 4 - сильне вираження
- 5 - дуже сильне вираження

29. Можливості для освіти та самоосвіти (в тому числі й матеріальні) *

- 1 - немає такого відчуття
- 2 - низьке вираження
- 3 - середнє вираження
- 4 - сильне вираження
- 5 - дуже сильне вираження

30. Приналежність до організацій, в яких є люди зі схожими з моїми інтересами (церкви, клуби, спортивні/волонтерські організації та ін.) *

- 1 - немає такого відчуття
- 2 - низьке вираження
- 3 - середнє вираження
- 4 - сильне вираження
- 5 - дуже сильне вираження

П'ята частина

Інструкція ↓



Уважно прочитайте нижченаведений перелік приємних переживань і запишіть номер того з них, яке Вам найбільше подобається відчувати, якщо абсолютно впевнені в правильності своєї відповіді. Поставте його на 1 місце

Решту номерів розташуйте вправо по рядку в порядку переваги, яке ви віддаєте одній емоції перед іншою.

Якщо не впевнені, що на перше місце поставили дійсно найбажаніше для вас переживання - тоді зазначте це після всіх цифр

Приклад: 8 2, 3, 5, 7, 6/9, 10, 1, 4

Читаємо уважно:

1. Почуття незвичайного, таємничого, незвіданого, що з'являється в незнайомій місцевості, обстановці.
2. Радісне хвилювання, нетерпіння при придбанні нових речей, предметів колекціонування, задоволення від думки, що скоро їх стане ще більше.
3. Радісне збудження, підйом, захопленість, коли робота йде добре, коли бачиш, що добиваєшся успішних результатів.
4. Задоволення, гордість, підйом духу, коли можеш довести свою цінність як особистості або перевагу над суперниками, коли тобою щиро захоплюються.
5. Веселощі, безтурботність, хороше фізичне самопочуття, насолоду смачною їжею, відпочинком, невимушеній обстановкою, безпекою, безтурботністю життя.
6. Радість і задоволення, коли вдається зробити що-небудь хороше для дорогих тобі людей.
7. Гарячий інтерес, насолоду при пізнанні нового, при знайомстві з вражаючими науковими фактами. Радість і глибоке задоволення при досягненні суті явищ, підтвердженні ваших здогадок і припущень.
8. Бойове збудження, почуття ризику, захоплення їм, азарт, гострі відчуття в хвилину боротьби, небезпеки.
9. Радість, гарний настрій, симпатія, вдячність, коли звертаєшся з людьми, яких поважаєш і любиш; коли бачиш дружбу і взаєморозуміння, коли сам отримуєш допомогу і схвалення з боку інших людей.
10. Своєрідне солодке і красиве почуття, що виникає при сприйнятті природи або музики, віршів і живопису.

Зазначте ваш список *

Текст запитання з короткими відповідями

.....

Шоста частина

Останній ривок ↓



Уважно прочитайте кожне твердження.
Визначте ступінь його відповідності саме Вам.
Відзначте позначкою варіант відповіді, з яким Ви згодні.

1. Світ занадто складний для мене *

- Абсолютно незгоден_на
- Незгоден_на
- Скоріше незгоден_дна
- Важко відповісти
- Скоріше згоден_дна
- Згоден_дна
- Абсолютно згоден_дна

2. Я не відчуваю себе частиною спільноти. *

- Абсолютно незгоден_на
- Незгоден_на
- Скоріше незгоден_дна
- Важко відповісти
- Скоріше згоден_дна
- Згоден_дна
- Абсолютно згоден_дна

3. Люди, які допомагають один-одному не чекають нічого взамін *

- Абсолютно незгоден_на
- Незгоден_на
- Скоріше незгоден_дна
- Важко відповісти
- Скоріше згоден_дна
- Згоден_дна
- Абсолютно згоден_дна

4. Я можу зробити важливий внесок у суспільство *

- Абсолютно незгоден_на
- Незгоден_на
- Скоріше незгоден_дна
- Важко відповісти
- Скоріше згоден_дна
- Згоден_дна
- Абсолютно згоден_дна

5. Світ стає кращим для кожного *

- Абсолютно незгоден_на
- Незгоден_на
- Скоріше незгоден_дна
- Важко відповісти
- Скоріше згоден_дна
- Згоден_дна
- Абсолютно згоден_дна

6. Я маю близькі стосунки з оточуючими *

- Абсолютно незгоден_на
- Незгоден_на
- Скоріше незгоден_дна
- Важко відповісти
- Скоріше згоден_дна
- Згоден_дна
- Абсолютно згоден_дна

7. Моя повсякденна діяльність не створює нічого цінного для моєї спільноти. *

- Абсолютно незгоден_на
- Незгоден_на
- Скоріше незгоден_дна
- Важко відповісти
- Скоріше згоден_дна
- Згоден_дна
- Абсолютно згоден_дна

8. Я не можу зрозуміти сенс подій, що відбуваються в світі. *

- Абсолютно незгоден_на
 - Незгоден_на
 - Скоріше незгоден_дна
 - Важко відповісти
 - Скоріше згоден_дна
 - Згоден_дна
 - Абсолютно згоден_дна
-

9. Прогрес у суспільстві припинився. *

- Абсолютно незгоден_на
 - Незгоден_на
 - Скоріше незгоден_дна
 - Важко відповісти
 - Скоріше згоден_дна
 - Згоден_дна
 - Абсолютно згоден_дна
-

10. Людям байдужі проблеми оточуючих *

- Абсолютно незгоден_на
 - Незгоден_на
 - Скоріше незгоден_дна
 - Важко відповісти
 - Скоріше згоден_дна
 - Згоден_дна
 - Абсолютно згоден_дна
-

11. Моя спільнота - це джерело комфорту *

- Абсолютно незгоден_на
- Незгоден_на
- Скоріше незгоден_дна
- Важко відповісти
- Скоріше згоден_дна
- Згоден_дна
- Абсолютно згоден_дна

12. Мені легко прогнозувати зміни в суспільному житті *

- Абсолютно незгоден_на
- Незгоден_на
- Скоріше незгоден_дна
- Важко відповісти
- Скоріше згоден_дна
- Згоден_дна
- Абсолютно згоден_дна

13. Суспільство не змінюється на краще для таких людей, як я. *

- Абсолютно незгоден_на
- Незгоден_на
- Скоріше незгоден_дна
- Важко відповісти
- Скоріше згоден_дна
- Згоден_дна
- Абсолютно згоден_дна

14. Я вірю в те, що оточуючі - добрі *

- Абсолютно незгоден_на
- Незгоден_на
- Скоріше незгоден_дна
- Важко відповісти
- Скоріше згоден_дна
- Згоден_дна
- Абсолютно згоден_дна

15. Мені нічого запропонувати суспільству *

- Абсолютно незгоден_на
- Незгоден_на
- Скоріше незгоден_дна
- Важко відповісти
- Скоріше згоден_дна
- Згоден_дна
- Абсолютно згоден_дна

Дякую велике, ви дуже допомогли мені нарешті написати цей клятий диплом ♥♥♥



ДОДАТОК Б

Дані респондентів з конвертацією в дані для SPSS

Таблиця 4.1.1

Основні характеристики групи студентів

№	Стать	Дані в SPSS	Вік	Дані в SPSS	Зайнятість	Дані в SPSS	Covid-19	Дані в SPSS
1	Жінка	1	20	2	Навчаюсь дистанційно	1	Не знаю (але здогадуюсь, що так)	3
2	Жінка	1	20	2	Навчаюсь дистанційно	1	Так	4
3	Жінка	1	20	2	Навчаюсь дистанційно	1	Не знаю (але здогадуюсь, що так)	3
4	Чоловік	2	21	2	Навчаюсь дистанційно	1	Так	4
5	Жінка	1	22	3	Навчаюсь дистанційно	1	Так	4
6	Чоловік	2	21	2	Навчаюсь дистанційно	1	Так	4
7	Чоловік	2	20	2	Навчаюсь дистанційно	1	Не знаю (але здогадуюсь, що так)	3
8	Жінка	1	22	3	Навчаюсь	1	Ні	1

					дистанційно			
9	Чоловік	2	22	3	Навчаюсь дистанційно	1	Не знаю (але здогадуюсь, що так)	3
10	Чоловік	2	23	3	Навчаюсь дистанційно	1	Не знаю (але здогадуюсь, що ні)	2
11	Жінка	1	22	3	Навчаюсь дистанційно	1	Не знаю (але здогадуюсь, що так)	3
12	Жінка	1	20	2	Навчаюсь дистанційно	1	Ні	1
13	Жінка	1	21	2	Навчаюсь дистанційно	1	Не знаю (але здогадуюсь, що ні)	2
14	Жінка	1	21	2	Навчаюсь дистанційно	1	Не знаю (але здогадуюсь, що так)	3
15	Жінка	1	24	4	Навчаюсь дистанційно	1	Не знаю (але здогадуюсь, що так)	3
16	Жінка	1	23	3	Навчаюсь дистанційно	1	Не знаю (але	3

							здогадуюсь, що так)	
17	Жінка	1	21	2	Навчаюсь дистанційно	1	Не знаю (але здогадуюсь, що так)	3
18	Жінка	1	21	2	Навчаюсь дистанційно	1	Так	4
19	Жінка	1	22	3	Навчаюсь дистанційно	1	Так	4
20	Жінка	1	21	2	Навчаюсь дистанційно	1	Не знаю (але здогадуюсь, що ні)	2
21	Чоловік	2	23	3	Навчаюсь дистанційно	1	Не знаю (але здогадуюсь, що ні)	2
22	Жінка	1	20	2	Навчаюсь дистанційно	1	Не знаю (але здогадуюсь, що так)	3
23	Чоловік	2	21	2	Навчаюсь дистанційно	1	Так	4
24	Чоловік	2	21	2	Навчаюсь дистанційно	1	Так	4
25	Чоловік	2	23	3	Навчаюсь дистанційно	1	Не знаю (але здогадуюсь,	2

							що ні)	
26	Чоловік	2	20	2	Навчаюсь дистанційно	1	Не знаю (але здогадуюсь, що так)	3
27	Жінка	1	22	3	Навчаюсь дистанційно	1	Так	4
28	Чоловік	2	20	2	Навчаюсь дистанційно	1	Не знаю (але здогадуюсь, що так)	3
29	Чоловік	2	20	2	Навчаюсь дистанційно	1	Не знаю (але здогадуюсь, що так)	3
30	Жінка	1	22	3	Навчаюсь дистанційно	1	Так	4

Таблиця 4.1.2

Основні характеристики курсантів

№	Стать	Дані в SPSS	Вік	Дані в SPSS	Зайнятість	Дані в SPSS	Covid-19	Дані в SPSS
1	Жінка	1	18	1	Навчаюсь в очому форматі (навчався_лась пару днів назад)	2	Не знаю (але здогадуюсь, що так)	3

2	Чоловік	2	19	1	Навчаюсь в очому форматі (навчався_лась пару днів назад)	2	Не знаю (але здогадуюсь, що так)	3
3	Чоловік	2	19	1	Навчаюсь в очому форматі (навчався_лась пару днів назад)	2	Так	4
4	Жінка	1	18	1	Навчаюсь в очому форматі (навчався_лась пару днів назад)	2	Ні	1
5	Чоловік	2	23	3	Навчаюсь в очому форматі (навчався_лась пару днів назад)	2	Ні	1
6	Чоловік	2	19	1	Навчаюсь в очому форматі (навчався_лась пару днів назад)	2	Так	4
7	Жінка	1	18	1	Навчаюсь в очому форматі (навчався_лась пару днів назад)	2	Ні	1

					назад)			
8	Жінка	1	19	1	Навчаюсь в очому форматі (навчався_лась пару днів назад)	2	Так	4
9	Жінка	1	19	1	Навчаюсь в очому форматі (навчався_лась пару днів назад)	2	Не знаю (але здогадуюсь, що так)	3
10	Жінка	1	18	1	Навчаюсь в очому форматі (навчався_лась пару днів назад)	2	Ні	1
11	Жінка	1	19	1	Навчаюсь в очому форматі (навчався_лась пару днів назад)	2	Так	4
12	Чоловік	2	18	1	Навчаюсь в очому форматі (навчався_лась пару днів назад)	2	Не знаю (але здогадуюсь, що так)	3
13	Чоловік	2	19	1	Навчаюсь в очому форматі (навчався_лась	2	Ні	1

					пару днів назад)			
14	Жінка	1	18	1	Навчаюсь в очому форматі (навчався_лась пару днів назад)	2	Не знаю (але здогадуюсь, що ні)	2
15	Жінка	1	18	1	Навчаюсь в очому форматі (навчався_лась пару днів назад)	2	Не знаю (але здогадуюсь, що так)	3
16	Чоловік	2	18	1	Навчаюсь в очому форматі (навчався_лась пару днів назад)	2	Ні	1
17	Чоловік	2	24	4	Навчаюсь в очому форматі (навчався_лась пару днів назад)	2	Ні	1
18	Жінка	1	18	1	Навчаюсь в очому форматі (навчався_лась пару днів назад)	2	Ні	1
19	Чоловік	2	27	5	Навчаюсь в очому форматі	2	Ні	1

					(навчався_лась пару днів назад)			
20	Жінка	1	19	1	Навчаюсь в очому форматі (навчався_лась пару днів назад)	2	Ні	1
21	Жінка	1	18	1	Навчаюсь в очому форматі (навчався_лась пару днів назад)	2	Так	4
22	Чоловік	2	21	2	Навчаюсь в очому форматі (навчався_лась пару днів назад)	2	Ні	1
23	Жінка	1	19	1	Навчаюсь в очому форматі (навчався_лась пару днів назад)	2	Ні	1
24	Жінка	1	19	1	Навчаюсь в очому форматі (навчався_лась пару днів назад)	2	Не знаю (але здогадуюсь, що так)	3
25	Жінка	1	18	1	Навчаюсь в	2	Так	4

					очому форматі (навчався_лась пару днів назад)			
26	Жінка	1	22	2	Навчаюсь в очому форматі (навчався_лась пару днів назад)	2	Ні	1
27	Жінка	1	18	1	Навчаюсь в очому форматі (навчався_лась пару днів назад)	2	Так	4
28	Жінка	1	19	1	Навчаюсь в очому форматі (навчався_лась пару днів назад)	2	Ні	1
29	Чоловік	2	18	1	Навчаюсь в очому форматі (навчався_лась пару днів назад)	2	Так	4
30	Жінка	1	19	1	Навчаюсь в очому форматі (навчався_лась пару днів назад)	2	Ні	1

31					Навчаюсь в очому форматі (навчався_лась пару днів назад)			
	Жінка	1	18	1		2	Так	4

Таблиця 4.2.1

Показники загальної прокрастинації у студентів

№	Показник загальної прокрастинації	Дані в SPSS
1	65	2
2	65	2
3	65	2
4	66	2
5	64	2
6	64	2
7	63	2
8	65	2
9	71	2
10	70	2
11	64	2
12	67	2
13	63	2
14	69	2
15	67	2
16	71	2
17	67	2
18	68	2
19	64	2

20	63	2
21	70	2
22	65	2
23	66	2
24	64	2
25	70	2
26	63	2
27	64	2
28	63	2
29	63	2
30	64	2

Таблиця 4.2.2

Показники загальної прокрастинації у курсантів

№	Показник загальної прокрастинації	Дані в SPSS
1	69	2
2	70	2
3	61	2
4	52	2
5	71	2
6	67	2
7	64	2
8	65	2
9	61	2
10	59	2
11	56	2
12	61	2

13	68	2
14	66	2
15	65	2
16	57	2
17	69	2
18	69	2
19	68	2
20	67	2
21	75	3
22	74	2
23	67	2
24	66	2
25	65	2
26	66	2
27	75	3
28	66	2
29	82	2
30	62	2
31	65	2

Таблиця 4.3.1

Показник антиципації у студентів

№	Показник антиципації	Дані в SPSS
1	31	3
2	17	2
3	31	3
4	15	2
5	10	1

6	24	2
7	17	2
8	26	2
9	13	1
10	18	2
11	19	2
12	27	2
13	16	2
14	19	2
15	19	2
16	19	2
17	19	2
18	24	2
19	10	1
20	16	2
21	18	2
22	31	3
23	15	2
24	24	2
25	18	2
26	17	2
27	10	1
28	17	2
29	17	2
30	10	1

Таблиця 4.3.2

Показник антиципації у курсантів

№	Показник антиципації	Дані в SPSS
1	20	2
2	14	1
3	8	1
4	20	2
5	22	2
6	22	2
7	12	1
8	23	2
9	19	2
10	9	1
11	25	2
12	18	2
13	20	2
14	18	2
15	22	2
16	22	2
17	3	1
18	19	2
19	18	2
20	17	2
21	17	2
22	24	2
23	15	1
24	19	2
25	3	1
26	3	1
27	17	2
28	12	1

29	18	2
30	11	1
31	15	1

Таблиця 4.4.1

Показник ресурсності студентів

№	Втрати персональних ресурсів	Дані в SPSS	Здобуття персональних ресурсів	Дані в SPSS	Індекс ресурсності	Дані в SPSS
1	94	2	84	2	0,8936170213	2
2	60	2	78	2	1,3	3
3	94	2	90	2	0,9574468085	2
4	91	2	80	2	0,8791208791	2
5	116	3	97	2	0,8362068966	2
6	93	2	95	2	1,021505376	2
7	96	2	119	3	1,239583333	2
8	83	2	84	2	1,012048193	2
9	61	2	104	3	1,704918033	3
10	79	2	76	2	0,9620253165	2
11	91	2	93	2	1,021978022	2
12	96	2	56	2	0,5833333333	1
13	75	2	104	3	1,386666667	3
14	87	2	86	2	0,9885057471	2
15	87	2	88	2	1,011494253	2
16	87	2	88	2	1,011494253	2
17	87	2	86	2	0,9885057471	2
18	59	2	109	3	1,847457627	3
19	116	3	97	2	0,8362068966	2

20	75	2	100	2	1,333333333	3
21	79	2	76	2	0,9620253165	2
22	94	2	90	2	0,9574468085	2
23	81	2	80	2	0,987654321	2
24	93	2	95	2	1,021505376	2
25	79	2	76	2	0,9620253165	2
26	96	2	119	3	1,239583333	2
27	116	3	97	2	0,8362068966	2
28	96	2	119	3	1,239583333	2
29	96	2	119	3	1,239583333	2
30	116	3	97	2	0,8362068966	2

Таблиця 4.4.2

Показник ресурсності курсантів

№	Втрати персональних ресурсів	Дані в SPSS	Здобуття персональних ресурсів	Дані в SPSS	Індекс ресурсності	Дані в SPSS
1	72	2	82	2	1,138888889	2
2	98	2	97	2	0,9897959184	2
3	91	2	82	2	0,9010989011	2
4	88	2	90	2	1,022727273	2
5	139	3	124	3	0,8920863309	2
6	129	3	31	1	0,2403100775	1
7	114	3	109	3	0,9561403509	2
8	56	2	58	2	1,035714286	2
9	69	2	64	2	0,9275362319	2
10	101	3	56	2	0,5544554455	1
11	148	3	134	3	0,9054054054	2

12	30	1	30	1	1	2
13	95	2	78	2	0,8210526316	2
14	108	3	44	1	0,4074074074	1
15	91	2	95	2	1,043956044	2
16	56	2	94	2	1,678571429	2
17	112	3	88	2	0,7857142857	1
18	96	2	90	2	0,9375	2
19	87	2	94	2	1,08045977	2
20	131	3	43	1	0,3282442748	1
21	91	2	87	2	0,956043956	2
22	128	3	30	1	0,234375	1
23	81	2	64	2	0,7901234568	1
24	110	3	40	1	0,3636363636	1
25	109	3	107	3	0,9816513761	2
26	84	2	89	2	1,05952381	2
27	100	2	63	2	0,63	1
28	116	3	114	3	0,9827586207	2
29	113	3	116	3	1,026548673	2
30	100	2	109	3	1,09	2
31	109	3		2	0,9082568807	2

Таблиця 4.5.1

Таблиця емоційної спрямованості студентів

№	Емоційна спрямованість	Дані в SPSS
1	праксічні, глоричні, гедоністичні	3
2	гностичні, естетичні, комунікативні	1

3	практичні, глоричні, гедоністичні	3
4	практичні, комунікативні, глоричні	3
5	естетичні, пугнічні, комунікативні	6
6	гедоністичні, альтруїстичні, гностичні	5
7	гностичні, пугнічні, комунікативні	1
8	гностичні, комунікативні, естетичні	1
9	комунікативні, естетичні, акізитивні	7
10	акізитивні, гедоністичні, альтруїстичні	2
11	акізитивні, прасичні, гедоністичні	2
12	пугнічні, альтруїстичні, гностичні	8
13	глоричні, гедоністичні, альтруїстичні	4
14	практичні, романтичні, глоричні	3
15	практичні, акізитивні, романтичні	3
16	практичні, акізитивні, глоричні	3
17	практичні, акізитивні,	3

	романтичні	
18	гностичні, пугнічні, глоричні	1
19	естетичні, пугнічні, комунікативні	6
20	глоричні, гедоністичні, альтруїстичні	4
21	акізитивні, гедоністичні, альтруїстичні	2
22	праксичні, глоричні, гедоністичні	3
23	праксичні, комунікативні, глоричні	3
24	гедоністичні, альтруїстичні, гностичні	5
25	акізитивні, гедоністичні, альтруїстичні	2
26	гностичні, пугнічні, комунікативні	1
27	естетичні, пугнічні, комунікативні	6
28	гностичні, пугнічні, комунікативні	1
29	гностичні, пугнічні, комунікативні	1
30	естетичні, пугнічні, комунікативні	6

Таблиця 4.5.2

Таблиця емоційної спрямованості курсантів

№	Емоційна спрямованість	Дані в SPSS
1	пугнічні, акізитивні, романтичні	8
2	гедоністичні, естетичні, гностичні	5
3	практичні, гедоністичні, альтруїстичні	3
4	акізитивні, глоричні, гедоністичні	2
5	альтруїстичні, пугнічні, естетичні	9
6	практичні, пугнічні, глоричні	3
7	естетичні, комунікативні, альтруїстичні	6
8	гедоністичні, комунікативні, гедоністичні	5
9	естетичні, гедоністичні, альтруїстичні	6
10	альтруїстичні, комунікативні, пугнічні	9
11	практичні, глоричні, альтруїстичні	3
12	акізитивні, гедоністичні, глоричні	2
13	гедоністичні, практичні, глоричні	5

14	романтичні, альтруїстичні, комунікативні	10
15	комунікативні, глоричні, естетичні	7
16	пугнічні, комунікативні, романтичні	8
17	романтичні, комунікативні, гедоністичні	10
18	акізитивні, глоричні, пугнічні	2
19	гедоністичні, праксичні, гностичні	5
20	праксичні, акізитивні, альтруїстичні	3
21	акізитивні, праксичні, гедоністичні	2
22	альтруїстичні, пугнічні, праксичні	9
23	комунікативні, альтруїстичні, гедоністичні	7
24	гедоністичні, комунікативні, естетичні	5
25	глоричні	4
26	романтичні, естетичні, пугнічні	10
27	акізитивні, праксичні,	2

	глоричні	
28	глоричні, комунікативні, акізитивні	4
29	праксичні, гедоністичні, комунікативні	3
30	альтруїстичні, комунікативні, пугнічні	9
31	гностичні	1

Таблиця 4.6.1

Соціальне благополуччя студентів

№	Соціальне прийняття	Дані в SPSS	Соціальна актуалізація	Дані в SPSS	Узгодженість із суспільством	Дані в SPSS
1	10	2	21	3	14	2
2	12	2	12	2	10	2
3	8	2	21	3	14	2
4	7	1	3	1	13	2
5	13	2	9	1	15	3
6	16	3	19	3	17	3
7	13	2	14	2	18	3
8	16	3	10	2	10	2
9	13	2	16	3	12	2
10	15	2	15	3	13	2
11	8	3	20	3	14	2
12	11	2	9	2	16	3
13	15	2	14	2	13	2
14	11	3	19	3	13	2

15	13	3	19	3	12	2
16	17	2	19	3	12	2
17	18	2	18	3	12	2
18	14	2	8	2	5	1
19	14	2	10	2	15	3
20	8	2	18	3	13	2
21	13	2	15	3	13	2
22	13	2	21	3	14	2
23	11	2	4	1	13	2
24	10	3	17	3	17	3
25	13	2	15	3	13	2
26	16	2	13	2	18	3
27	11	2	10	2	15	3
28	13	2	13	2	18	3
29	13	2	13	2	18	3
30	13	2	10	2	15	3
№	Соціальний внесок	Дані в SPSS	Соціальна інтеграція	Дані в SPSS	Індекс соціального благополуччя	Дані в SPSS
1	15	3	6	1	66	2
2	9	2	10	2	53	2
3	15	3	8	2	66	2
4	8	2	10	2	41	2
5	15	3	13	2	65	2
6	16	3	5	1	73	3
7	15	3	9	2	69	2
8	18	3	16	3	69	2

9	7	1	12	2	55	2
10	14	2	16	3	69	2
11	12	2	10	2	71	3
12	9	2	6	1	51	2
13	12	2	17	3	69	2
14	17	3	11	2	77	3
15	17	3	11	2	77	3
16	15	3	12	2	72	3
17	16	3	12	2	72	3
18	13	2	8	2	42	2
19	15	3	13	2	66	2
20	12	2	17	3	73	3
21	16	3	16	3	71	3
22	15	3	6	1	66	2
23	8	2	10	2	48	2
24	16	3	13	2	79	3
25	14	2	16	3	69	2
26	15	3	9	2	68	2
27	15	3	13	2	66	2
28	15	3	9	2	68	2
29	15	3	9	2	68	2
30	15	3	13	2	66	2

Таблиця 4.6.2

Соціальне благополуччя студентів

№	Соціальне прийняття	Дані в SPSS	Соціальна актуалізація	Дані в SPSS	Узгодженість із суспільством	Дані в SPSS
1	7	1	11	2	12	2
2	9	2	8	2	15	3
3	12	2	12	2	17	3
4	10	2	11	2	12	2
5	5	1	9	2	17	3
6	9	2	18	3	17	3
7	9	2	18	3	18	3
8	11	2	11	2	9	2
9	10	2	12	2	16	3
10	13	2	16	3	15	3
11	21	3	21	3	21	3
12	10	2	8	2	16	3
13	12	2	15	3	13	2
14	16	2	19	3	15	3
15	12	2	12	2	15	3
16	11	2	18	3	11	2
17	11	2	17	3	19	3
18	14	2	10	2	12	2
19	11	2	15	3	13	2
20	15	3	18	3	15	3
21	16	3	15	3	11	2
22	18	3	19	3	17	3
23	12	2	15	3	12	2
24	16	3	18	3	17	3
25	12	2	12	2	15	3
26	7	1	13	2	17	3

27	11	2	13	2	16	3
28	10	2	19	3	16	3
29	12	2	15	3	12	2
30	14	2	16	3	17	3
31	12	2	18	3	18	3
№	Соціальний внесок	Дані в SPSS	Соціальна інтеграція	Дані в SPSS	Індекс соціального благополуччя	Дані в SPSS
1	13	2	11	2	54	3
2	11	2	16	3	59	3
3	10	2	12	2	63	3
4	12	2	14	2	59	3
5	13	2	8	2	52	3
6	20	3	20	3	84	3
7	14	2	18	3	77	3
8	6	1	10	2	47	2
9	14	2	13	2	65	3
10	15	3	16	3	75	3
11	15	3	21	3	99	3
12	13	2	16	3	63	3
13	13	2	16	3	69	3
14	13	2	10	2	73	3
15	12	2	14	2	65	3
16	19	3	6	1	65	3
17	18	3	17	3	82	3
18	16	3	10	2	62	2
19	15	3	13	2	67	3

20	19	3	18	3	85	3
21	17	3	17	3	76	3
22	19	3	19	3	92	3
23	14	2	14	2	67	3
24	16	3	16	3	83	3
25	17	3	18	3	74	3
26	16	3	11	2	64	3
27	12	2	16	3	68	3
28	14	2	16	3	75	3
29	14	2	19	3	72	3
30	17	3	15	3	79	3
31	14	2	13	2	75	3

ДОДАТОК В

Методики та інтерпретація даних для аналізу

Таблиця 4.7.1

Пункти методики «Шкала загальної прокрастинації К. Лей»

Пункти методики
1. Я часто виконую завдання, які мав(-ла) намір зробити на кілька днів раніше
2. Я часто пропускаю концерти, спортивні матчі або подібні заходи, бо не вдається придбати квитки вчасно
3. Плануючи свято/вечірку, я завчасно роблю необхідні організаційні приготування.
4. Зранку я встаю найчастіше в потрібний час
5. Написаний мною лист може лежати протягом декількох днів, доки я відішлю його
6. Я швидко відповідаю на пропущені телефонні дзвінки

7. Я не виконую швидко навіть ту роботу, яка вимагає просто сидіти та робити її
8. Я намагаюся приймати рішення якомога раніше
9. Я маю звичку відкладати початок роботи, яку потрібно зробити
10. Подорожуючи, я зазвичай маю квапитися, аби дістатися вокзалу/станції вчасно
11. Готуючись до виходу з дому, я рідко роблю щось в останню хвилину
12. Чекаючи настання граничного строку виконання необхідного завдання, я часто витрачаю час на інші справи
13. Якщо приходить рахунок на невелику суму, я одразу сплачую його
14. Отримавши запит під грифом «Дайте, будь ласка, відповідь», я відповідаю в найкоротший термін
15. Я часто завершую завдання раніше, ніж потрібно
16. Здається, ніби я завжди готую подарунки до днів народжень/свят в останню хвилину
17. Зазвичай я купую навіть найважливішу річ в останню хвилину
18. Я звик(-ла) виконувати заплановані справи протягом одного дня, не розтягуючи їх на тиждень
19. Я помічаю, що постійно кажу собі або іншим: «Я зроблю це завтра»
20. Зазвичай я намагаюся виконати всі справи до того, як прийду додому і зможу розслабитись

Таблиця 4.7.2

Інтерпретація балів методики «Шкала загальної прокрастинації К. Лей»

Бали	Інтерпретація
75-100	висока схильність до прокрастинації
44-74	середня схильність до прокрастинації

0-44	низька схильність до прокрастинації
<p>Відповіді респондентів оцінюються по 5-ти бальній шкалі Лайкерта. В ній наявні прямі та обернені твердження. Відповідно, чим більше балів набрав досліджуваний, тим вищим в нього є вираження прокрастинації.</p> <p>Максимальна сума балів – 100.</p>	

Таблиця 4.7.3

Інтерпретація кодування в SPSS балів методики «Шкала загальної прокрастинації К. Лей»

Бал SPSS	Бали згідно з методикою
1	0-44
2	45-74
3	75-100

Таблиця 4.8.1

Ключ до методики «Тест Ейдос А»

Круги	Інтерпретація
Круги 9, 11, 6 (у порядку спадання)	вказують на високий ступінь розвитку особистісно-ситуативної антиципації
Круги 7, 8, 12, 4 (у порядку спадання)	вказують на середній (нормальний) ступінь розвитку особистісно-ситуативної антиципації
Круги 3, 1, 2, 5, 10 (у порядку спадання)	вказують на низький (нормальний) ступінь розвитку особистісно-ситуативної антиципації

Таблиця 4.8.2

Переведення номерів кругів у бали в методиці «Тест Ейдос А»

Рівень	Високий			Середній				Низький				
№ круга	9	11	6	7	8	12	4	3	1	2	5	10
Бал	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1

Таблиця 4.8.3

Бали вираженості антиципації за методикою «Тест Ейдос А»

Бали	Інтерпретація
0-15	низький рівень вираженості
16-30	середній рівень вираженості
31-45	високий рівень вираженості

Таблиця 4.8.4

Інтерпретація кодування в SPSS балів методики «Тест Ейдос А»

Бал SPSS	Бали згідно з методикою
1	0-15
2	16-30
3	31-45

Таблиця 4.9.1

Пункти методики «Опитувальник втрати і здобуття персональних ресурсів»

<p>Пункти методики</p> <p>*однакові для частини здобуттів та частини втрат</p>
1. Відчуття, що я успішний_а
2. Можливість нормально виспатися (або відпочивати)
3. Можливість одягатися відповідно до мого соціального статусу
4. Відчуття, що я потрібен_а іншим людям
5. Стабільність у сім'ї
6. Почуття гордості за себе (свої успіхи і досягнення)
7. Впевненість, що я досягаю своїх цілей
8. Хороші стосунки з близькими родичами (батьками, дружиною, чоловіком)
9. Важливі побутові предмети
10. Впевненість у тому, що моє майбутнє залежить від мене
11. Власне здоров'я
12. Житлові умови, необхідні для гідного життя в сучасних соціальних умовах
13. Почуття оптимізму
14. Можливість здорового і повноцінного харчування
15. Відчуття стабільності своєї роботи
16. Впевненість, що я контролюю події мого життя
17. Визнання моїх досягнень з боку важливих для мене людей
18. Мої заощадження, вклади
19. Мотивацію (бажання) щось робити
20. Підтримку від колег
21. Стабільний дохід, достатній для гідного життя
22. Відчуття незалежності
23. Дружбу (друзів)

24. Знання того, чого я хочу в житті (сенсу життя)
25. Відчуття, що моє життя має сенс
26. Позитивну думку про себе
27. Людей, на яких я міг би покластись
28. Можливість за необхідності отримувати медичну допомогу
29. Можливості для освіти і самоосвіти (у тому числі і матеріальні)
30. Належність до організацій, у яких є люди з подібними інтересами (церква, клуби, спортивні організації тощо)

Таблиця 4.9.2

**Інтерпретація балів та визначення індекса ресурсності методики
«Опитувальник втрати і здобуття персональних ресурсів»**

Кожний пункт можна оцінити по шкалі Лайкерта від 1 до 5, де 1 відповідає значенню - “неправда”, а 5 відповідає значенню- “правда”.	
Рівень ресурсності - баланс між надбаннями та втратами	Значення індекса ресурсності
Високий	>1,2
Середній	0,8-1,2
Низький	<0,8

Таблиця 4.9.3

Інтерпретація кодування в SPSS балів методики «Опитувальник втрати і здобуття персональних ресурсів»

Бал SPSS	Бали згідно з методикою
----------	-------------------------

Здобуття	
1	0-50
2	51-100
3	101-150
Втрати	
1	50
2	100
3	150
Показник ¹ , або Індекс ресурсності	
1	0
2	0,8
3	1,2 і більше

Таблиця 4.10.1

Пункти методики тест-анкету «Емоційна спрямованість»

Пункти методики
1. Почуття незвичайного, таємничого, незвіданого, що з'являється в незнайомій місцевості, обстановці
2. Радісне хвилювання, нетерпіння при придбанні нових речей, предметів колекціонування, задоволення від думки, що скоро їх стане ще більше
3. Радісне збудження, підйом, захопленість, коли робота йде добре, коли бачиш, що добиваєшся успішних результатів
4. Задоволення, гордість, підйом духу, коли можеш довести свою цінність як особистості або перевагу над суперниками, коли тобою щиро захоплюються
5. Веселощі, безтурботність, хороше фізичне самопочуття, насолоду смачною їжею, відпочинком, невимушеній обстановкою, безпекою, безтурботністю

ЖИТТЯ
6. Радість і задоволення, коли вдається зробити що-небудь хороше для дорогих тобі людей
7. Гарячий інтерес, насолоду при пізнанні нового, при знайомстві з вражаючими науковими фактами. Радість і глибоке задоволення при осягненні суті явищ, підтвердженні ваших здогадок і припущень
8. Бойове збудження, почуття ризику, захоплення їм, азарт, гострі відчуття в хвилину боротьби, небезпеки
9. Радість, гарний настрій, симпатія, вдячність, коли звертаєшся з людьми, яких поважаєш і любиш; коли бачиш дружбу і взаєморозуміння, коли сам отримуєш допомогу і схвалення з боку інших людей
10. Своєрідне солодке і красиве почуття, що виникає при сприйнятті природи або музики, віршів і живопису

Таблиця 4.10.2

Ключ до тест-анкети «Емоційна спрямованість»

Види емоційних переживань	Порядковий номер в переліку
Романтичні	1
Акзитивні	2
Праксичні	3
Глоричні	4
Гедоністичні	5
Альтруїстичні	6
Гностичні	7

Пугнічні	8
Комунікативні	9
Естетичні	10

Таблиця 4.10.3

Інтерпретація кодування в SPSS балів тест-анкети «Емоційна спрямованість»

Бал SPSS	Бали згідно з методикою
1	гностичні емоції
2	акізитивні емоції
3	практичні емоції
4	гноричні емоції
5	гедоністичні емоції
6	естетичні емоції
7	комунікативні емоції
8	пугнічні емоції
9	альтруїстичні емоції
10	романтичні емоції

Таблиця 4.11.1

Пункти методики «Шкала соціального благополуччя Кіза»

Пункти методики
1.Світ занадто складний для мене*
2. Я не відчуваю себе частиною спільноти*
3. Люди які допомагають один-одному не чекають нічого взамін

4. Я можу зробити важливий внесок у суспільство
5. Світ стає кращим для кожного
6. Я маю близькі стосунки з оточуючими
7. Моя повсякденна діяльність не створює нічого цінного для моєї спільноти*
8. Я не можу зрозуміти сенс подій, що відбуваються в світі*
9. Прогрес у суспільстві припинився*
10. Людям байдужі проблеми оточуючих*
11. Моя спільнота - це джерело комфорту
12. Мені легко прогнозувати зміни в суспільному житті
13. Суспільство не змінюється на краще для таких людей, як я*
14. Я вірю в те, що оточуючі добрі
15. Мені нічого запропонувати суспільству*

Таблиця 4.11.2

Бали відповідей на методику «Шкала соціального благополуччя Кіза»

Відповідь	Бал
Абсолютно згоден_на	7
Згоден_на	6
Скоріше згоден_на	5
Важко відповісти_на	4
Скоріше не згоден_на	3
Не згоден_на	2
Абсолютно не згоден_на	1

Підраховуючи бали необхідно інвертувати їх за зворотними питаннями (вони відмічені * в методиці). Загальний показник рівня соціального благополуччя розраховується шляхом сумування балів за всіма субшкалами

Бали методики «Шкала соціального благополуччя Кіза»

Бали	Інтерпретація
Прийняття, або Прийняття суспільством	
1-7	низьке вираження
8-14	середнє вираження
15-21	високе вираження
Актуалізація, або Соціальна актуалізація	
1-7	низьке вираження
8-14	середнє вираження
15-21	високе вираження
Узгодженість, або Узгодженість із суспільством	
1-7	низьке вираження
8-14	середнє вираження
15-21	високе вираження
Внесок, або Соціальний внесок	
1-7	низьке вираження
8-14	середнє вираження

15-21	високе вираження
Інтеграція, або Соціальна інтеграція	
1-7	низьке вираження
8-14	середнє вираження
15-21	високе вираження
Показник2, або Загальний показник рівня соціального благополуччя	
1-35	низьке вираження
36-70	середнє вираження
71-105	високе вираження

Таблиця 4.11.4

Інтерпретація кодування в SPSS балів методики «Шкала соціального благополуччя Кіза»

Бал SPSS	Бали згідно з методикою
Прийняття, або Прийняття суспільством	
1	1-7 балів
2	8-14 балів
3	15-21 бал
Актуалізація, або Соціальна актуалізація	
1	1-7 балів

2	8-14 балів
3	15-21 бал
Узгодженість, або Узгодженість із суспільством	
1	1-7 балів
2	8-14 балів
3	15-21 бал
Внесок, або Соціальний внесок	
1	1-7 балів
2	8-14 балів
3	15-21 бал
Інтеграція, або Соціальна інтеграція	
1	1-7 балів
2	8-14 балів
3	15-21 бал
Показник2, або Загальний показник рівня соціального благополуччя	
1	1-35 балів
2	36-70 балів
3	71-105 балів