

КИЇВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ ТАРАСА
ШЕВЧЕНКА

ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГІЇ
КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ РОЗВИТКУ

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА:

**ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ДУХОВНИХ ЦІННОСТЕЙ ТА РЕЗИЛЬЄНТНОСТІ У
ПІДЛІТКІВ**

на здобуття освітньо-кваліфікаційного рівня «магістр»

спеціальність: 053 – Психологія

Студентки ОКР «магістр»

Іванюк Оксани Сергіївни

Науковий керівник:

Доктор психологічних наук,

професор кафедри психології розвитку

Власова Олена Іванівна

Допустити до захисту в ЕК

кафедра психології розвитку

Протокол № _____ від _____

завідувач кафедри:

доктор психологічних наук, доцент

Дембицька Наталія Миколаївна

(підпис)

Київ – 2023

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ ДУХОВНИХ ЦІННОСТЕЙ ТА РЕЗИЛЬЄНТНОСТІ У ПІДЛІТКІВ	8
1.1 Становлення проблеми духовних цінностей в історичній перспективі.....	8
1.2 Психологічний зміст резильєнтності.....	17
1.3 Духовність як складова резильєнтності.....	22
Висновки до розділу 1.....	25
РОЗДІЛ 2. КОНЦЕПТУАЛЬНА МОДЕЛЬ ДОСЛІДЖЕННЯ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ ДУХОВНИХ ЦІННОСТЕЙ ТА РЕЗИЛЬЄНТНОСТІ У ПІДЛІТКІВ	27
2.1 Теоретичні концепції духовних цінностей.....	27
2.2 Теоретичні моделі резильєнтності.....	30
2.3 Концептуальна модель взаємозв'язку духовних цінностей та резильєнтності розроблена для даного дослідження.....	33
Висновки до розділу 2.....	35
РОЗДІЛ 3. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ ДУХОВНИХ ЦІННОСТЕЙ ТА РЕЗИЛЬЄНТНОСТІ У ПІДЛІТКІВ	37
3.1 Методи та організація дослідження.....	37
3.1.1 Організація дослідження.....	37
3.1.2 Методики дослідження.....	38
3.1.2 Психологічні особливості вибірки.....	43
3.2 Аналіз та інтерпретація даних.....	47
3.2.1 Результати емпіричного дослідження взаємозв'язку духовних цінностей та резильєнтності у підлітків.....	47
3.2.2 Результати кореляційного аналізу взаємозв'язку духовних цінностей та резильєнтності у підлітків.....	64
3.3 Умови оптимізації резильєнтності у підлітків.....	66
3.3.1 Розробка гри.....	66
Висновки до розділу 3.....	67
ВИСНОВКИ	69
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	71
ДОДАТКИ	80

ВСТУП

Актуальність дослідження. Глобальні соціальні зрушення з якими людство зіштовхнулось протягом останнього десятиліття призвели до суспільних перетворень, які так чи інакше можуть позначатися на психологічному стані суспільних систем. Технологізація середовища, пандемія Covid-19, російсько-українська війна та велика кількість інших подій, стали причинами зниження рівня психологічного благополуччя для багатьох людей по всьому світу. Безперервні стрімкі зміни, в світі який постійно розвивається, вимагають високого рівня підготовки до подолання різного роду проблем, вміння швидко адаптуватись до несприятливих ситуацій зберігаючи при цьому оптимальний рівень особистісної ефективності. Резильєнтність – це здатність пристосовуватись до негараздів, життєвих стресорів та вибудовувати при цьому повноцінне життя.

Дослідженням феномену резильєнтності займалися такі вітчизняні вчені як О. Чиханцова, К. Гуцол, З. Кіреєва, які досліджували особливості резильєнтності під час Covid-19, Т. Цюман, яка вивчала умови резильєнтності педагога під час воєнного стану, О. Односталко, що досліджувала властивості резильєнтності в складних та нетипових життєвих обставинах тощо. Серед зарубіжних вчених можна виділити Р. Atkinson, С. Martin, А. Sisto, які заклали фундамент теоретичного дослідження резильєнтності, К. Connor, J. Davidson, що розробили уніфіковану шкалу резильєнтності на основі власних досліджень та багато інших.

Важливими складовими резильєнтності є зв'язок з цінностями та духовністю. Основу будь якої людської активності складають ціннісні орієнтації яким ця людина віддає перевагу і саме вони є фундаментом того, які рішення вона буде приймати на своєму життєвому шляху. Цінності засвоюються в процесі соціалізації під впливом виховання та обставин в яких формується особистість, вони є гнучкими, здатні змінюватись залежно від потреби та волі людини. Цінності мають свій культурний контекст, залежать

від традицій, історичних подій тощо. Особливої уваги заслуговують духовні цінності, які втілюють моральні ідеали людства і є вершинним досягненням еволюції людської психіки.

Духовні цінності є зразками морального розвитку цивілізацій, вони визначають життєві орієнтири та підходи до трактування сенсу існування окремої особистості та цілих націй. Дослідження духовності та духовних цінностей допомагають людині краще зрозуміти себе, світ в якому вона знаходиться та інших. Духовність – це основа людського буття, це відповідь на питання про сутність людини і та особливість яка вирізняє нас поміж інших істот.

До числа вітчизняних вчених, які досліджували духовні цінності можна віднести роботи Е. Помиткіна, О. Шкіренко, О. Олексюк, І. Беха та ін. Серед зарубіжних науковців феномен духовних цінностей привертав найбільшу увагу саме філософів та психологів до числа яких можна віднести І. Канта, Г. Рікєрта, Е. Фромма, С. Грофа тощо.

Сенситивний період для формування духовних цінностей – це підлітковий вік, який характеризується переосмисленням раніше засвоєваних конструктів та синтезом власних цінностей і переконань. Підлітковий вік – це період формування ідентичності, життєвий етап на якому відбуваються трансформаційні процеси пов'язані з дорослішанням, як на фізіологічному рівні так і на особистісному. Дослідження духовних цінностей та резильєнтності, а також їхнього взаємозв'язку у підлітковому віці дасть глибше розуміння процесів, що відбувається з психікою підлітка, та може сприяти впровадженню ефективних методів навчання і виховання молоді.

З огляду на перелічені вище причини вважаємо доречним дослідити взаємозв'язок духовних цінностей та резильєнтності у підлітків.

Об'єкт: духовні цінності та резильєнтність у підлітків.

Предмет: взаємозв'язок духовних цінностей та резильєнтності у підлітків

Мета: дослідити особливості взаємозв'язку духовних цінностей та резильєнтності у підлітків.

Гіпотеза:

H0: високі показники резильєнтності не взаємопов'язані з високими показниками розвитку духовних цінностей.

H1: високі показники резильєнтності взаємопов'язані з високими показниками розвитку духовних цінностей.

Основні завдання дослідження.

1) Здійснити теоретико-методологічний аналіз взаємозв'язку духовних цінностей та резильєнтності у підлітків.

2) Сформулювати теоретичну модель взаємозв'язку духовних цінностей та резильєнтності у підлітків.

3) Емпірично дослідити особливості взаємозв'язку духовних цінностей та резильєнтності у підлітків.

4) Розробити корекційну гру для оптимізації резильєнтності у підлітків.

Експериментальна база дослідження: дослідження проводилось серед учнів Андрушівського ліцею №1, Житомирської області. До участі в дослідженні було залучено 52 підлітка віком від 12 до 14 років та 50 осіб віку ранньої юності віком 15-16 років. Загальна чисельність вибірки склала 102 особи.

Методи дослідження:

Для проведення дослідження використовувались загальнонаукові методи, а для проведення опитування - наступні методики: «Духовний потенціал особистості» Е.Помиткіна; «Визначення своїх сильних сторін

(цінностей) та чеснот» К. Петерсона, М.Селігмана (адаптація Г.Лаптева, О.Власова); «Здійснення бажань» Е.Помиткіна; CD-RISC-10 (адаптація Односталко О.С.). Методи математичної статистики обробки даних – кореляційний аналіз Пірсона та Т-критерій Стьюдента. Обрахунок здійснювався за використання комп'ютерної програми MS Excel.

Наукова новизна та теоретичне значення отриманих результатів:

1) Отримано дані щодо особливостей резильєнтності, духовного потенціалу особистості, духовних цінностей та сильних сторін особистості серед українських підлітків та осіб віку ранньої юності.

2) Розроблено теоретичну модель, що представляє взаємозв'язки між резильєнтністю та духовними цінностями

3) Було розширено концептуалізацію феномену резильєнтності та духовних цінностей в україномовній науковій літературі, а також створено умови для подальшого наукового дискурсу.

4) Виявлено взаємозв'язки між резильєнтністю, духовними цінностями та сильними сторонами особистості.

5) Розроблено практичний інструмент для оптимізації показників резильєнтності у вигляді настільної карткової гри.

Практичне значення:

Дослідження взаємозв'язку духовних цінностей та резильєнтності у підлітків є корисним для впровадження ефективних методик оптимізації психічного здоров'я молоді та розробки дієвих педагогічних методик спрямованих на підвищення загального рівня духовності серед підлітків та осіб віку ранньої юності. Окрім цього отримані результати можуть бути використані з метою проведення просвітницьких заходів та курсів пов'язаних з покращенням ментального здоров'я підлітків.

Апробація результатів дослідження: основні теоретичні положення та практичні результати дослідження було представлено у збірнику матеріалів

XXV міжнародної конференції молодих науковців «Проблеми особистості в сучасній науці: результати та перспективи дослідження (PPMSRPR)» 20-21 квітня 2023 р., м. Київ («Взаємозв'язок духовних цінностей та резильєнтності у підлітків»); У збірнику матеріалів IV Всеукраїнської студентської наукової конференції «Формування сучасної науки: методика і практика» 17 листопада 2023 р. м. Львів («Дослідження взаємозв'язку духовних цінностей та резильєнтності у підлітків»).

Особистий внесок магістрантки:

- 1) Проведення теоретичного аналізу літературних джерел з проблеми резильєнтності, духовності та духовних цінностей.
- 2) Розробка теоретичної моделі взаємозв'язку резильєнтності та духовних цінностей.
- 3) Організація та проведення емпіричного дослідження, аналіз даних та оформлення висновків.
- 4) Розробка практичного інструменту з оптимізації резильєнтності на основі емпіричної моделі дослідження.

Структура та обсяг роботи: Робота складається зі вступу, трьох розділів, висновку, списку використаних джерел (102 найменування), 8 додатків на 5 сторінках.

РОЗДІЛ 1.

ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ ДУХОВНИХ ЦІННОСТЕЙ ТА РЕЗИЛЬЄНТНОСТІ У ПІДЛІТКІВ

1.1 Становлення проблеми духовних цінностей в історичній перспективі

Початок 2022 року сколихнув увесь світ. Жахлива неспровокована війна, розпочата Російською Федерацією в 2014 році, набула нових обертів. Новини про звірства та знущання, які прогрімали по всьому світу, змотивували людей з абсолютно різних країн та культур об'єднатися для боротьби з жорстокістю якій немає виправдання у сучасному цивілізованому світі. Особливо важко це випробування далось українцям, які максимально мобілізувались і стали на захист не лише права на своє існування, а й глобальних людських цінностей. Демократія, свобода, повага до гідності, захист від насильства, патріотизм – наведені цінності формувалися століттями і сьогодні відіграють важливу роль для людей в різних куточках світу.

Поняття «цінність» прийшло із філософії І.Канта (1724-1804). У «Критиці практичного розуму» він підкреслює, що моральна цінність – це вчинки людини які визначаються доброю волею і саме вони є еталоном всіх цінностей (Кант, 2004). Вони визначають ідеї які людина сповідує, а отже впливають на прийняття рішень та життєвий шлях особистості.

До осмислення феномену та ролі ціннісних орієнтацій долучались такі відомі мислителі, як Ф. Бекон, Т. Гоббс, Р. Декарт, Г. Лейбніц та ін.. Вони обґрунтовували цінності з точки зору раціонального підходу, як певні взірці, які мають приносити людям практичну користь, до них відносяться свобода волі, розум, наука, прогрес тощо. Р. Декарт у своїй праці «Міркування про метод» писав таким чином: «Наша воля схильна до чогось прагнути або чогось уникати тільки через те, що вона уявляє наше розуміння, або позитивним, або негативним, тобто цінності визначають розум» (Декарт, 2001). Цінності прийнято узгоджувати з поняттям духовності, які є

складовими внутрішнього світу людини і відображенням її моральних ідеалів. Духовність є змістовим наповнення психічної реальності і знаходить своє практичне втілення в цінностях.

На думку Платона світ це печера в якій ми можемо бачити лише тіні «божественного світла» тобто істини, тоді як вищі сутності залишаються поза межами нашого сприйняття. З ним не погоджувався Арістотель який вважав, що пізнати Бога людина може ще за життя, адже він подарував нам свідомість і через пізнання світу, ми пізнаємо самого Бога (Грицак, 2021).

Поєднання ідей А. Августина та Т. Аквінського призвело до створення поняття «Божественного Духа» та трактування духовності через призму релігії, так йдеться про те, що людина може досягнути духовної єдності лише через одухотворення згори, а задля спасіння їй потрібно докласти духовних зусиль тобто віри, надії та любові (Наконечна, 2020), що в свою чергу поміщає духовність в контекст християнства і наділяє її, його рисами.

Г. Сковорода, в своїх працях висловлює думку, що людина мусить перш за все пізнати себе, усвідомити, що вона є складовою чогось більшого та всеосяжного, прожити своє життя діючи на благо іншим людям. Він вважав, що через пізнання самого себе, ми маємо можливість сягнути вищого промислу та сутності світу. Сковорода, беручи за основу філософію східного християнства, розумів акт самопізнання як шлях яким людина може наблизитися до Бога, а результатом цього є перетворення внутрішнього світу людини, її «обоження». На його думку, людське щастя визначається здатністю людини збагнути істину та пізнати світ (Сковорода, 1994). Основою філософської теорії Сковороди є концепція самопізнання. Самопізнання сприяє досягненню людиною душевного благополуччя та рівноваги, щастя, пошуку сенсу свого існування та вирішення питання про призначення людини в цьому світі.

Розмаїття концепцій світових філософських та наукових систем представляє нам абсолютно різні підходи до обґрунтування «духовних цінностей». До дослідження цього явища долучались такі науковці як: М. Боришевський, Е. Помиткін, О. Шкіренко, В. Франкл, Е. Фромм, С. Гроф та багато інших.

За визначенням Е. Помиткіна: «Духовні цінності — це вершинні досягнення людства й окремих його представників, що являють собою цілеорієнтовані зразки для прогресивного розвитку особистості та цивілізації в цілому. Трансформуючись у особистісні якості високодуховної людини, вони спонукають, регулюють високодуховні вчинки, поведінку, є предметом розвитку і саморозвитку, підготовки до нових вершинних досягнень — як суб'єктивних, для себе, так і об'єктивних, для людства» (Помиткін, 1998).

На думку О. Шкіренко «Духовні цінності – конструктивні орієнтири людської свідомості, які визначають норми поведінки особистості і мають індивідуально-суспільну основу, являють собою основу вирішення питання про призначення людини, про сенс життя, вершинні досягнення людства, вищі життєві вартості, котрі зумовлюють успіхи суспільства: економічні, ідеологічні, політичні тощо та являють собою джерело смислоутворюючої основи людського діяння і цілеорієнтовані ідеали Добра, Краси, Істини для прогресивного розвитку особистості і цивілізації в цілому» (Шкіренко, 2012).

Духовні цінності – це продукт психічної діяльності втілений у формі системи, яка визначає суб'єктивне бачення глобальних моральних ідеалів, а створення цієї системи детермінується умовами життєвого шляху людини та її соціальним оточенням. Духовність може визначатись фундаментальними та швидкоплинними ідеями. Перші є відносно сталими і не змінюються з часом, другі існують в історичному та культурному контексті, а отже є більш гнучкими і можуть пристосовуватись до вимог суспільства в якому існують.

На думку С. Ставицької, духовність – це стан єдності зовнішнього та внутрішнього буття, який досягається людиною через прагнення до гармонії (Ставицька, 2012). А за визначенням Ж. Маценко: «Духовність — це сукупність системно інтегрованих особливостей когнітивно-інтелектуальної, почуттєво-емоційної та вольової сфер, яка забезпечує людині здатність до психічно-особистісного вдосконалення та самовдосконалення. Інакше кажучи, духовність, з одного боку, є системно-інтегрованою складовою психіки, з іншого — синергетичним чинником взаємодії різних психічних сфер людини» (Маценко, 2011).

С. Гроф вказував, що науковці які мають матеріалістичний світогляд переконані, що духовний вимір є ірраціональним, аналізуючи постулати західної академічної науки дійшов висновку, що вона є переважно матеріалістичною і розвивається навколо ідеї того, що первинне джерело свідомості – це матерія (Гроф, 2019). Такий погляд став особливо популярним з початком епохи індустріалізації, що стала наслідком науково-технічного прориву, винайдення нових машинних засобів праці, а отже спричинила широке коло економічних, соціальних та політичних змін у всьому світі. ХІХ та ХХ століття характеризувалось цілою низкою трансформацій, які так чи інакше проникали майже у всі сфери людського життя включаючи погляди на сутність «духовності». Отже, ми можемо виділити три основні етапи з точки зору яких проаналізуємо історичний розвиток підходів до трактування феномену «духовності» та «духовних цінностей»: доіндустріальний, індустріальний та постіндустріальний.

Доіндустріальне суспільство – це форма колективного співжиття, яка панувала до початку промислової революції (Wright, 2015). Характеризувалось дане суспільство доволі жорсткою соціальною ієрархією в якій людина займала фіксоване місце і дуже рідко могла вийти за межі визначеної їй ролі. Розподіл праці визначався з народження традиціями родини, а не за здібностями і навичками (Pålsson, 1992). Робота переважно була фізичною,

пов'язаною з сільським господарством або різними ремеслами; уявлення про мораль залежали від культури та віри до якої людина належала. Для людей того часу був властивий парохіалізм, тобто зосередженість радше на вузькому колі проблем ніж на глобальних питаннях, що було безпосередньо пов'язано з обмеженими можливостями подорожувати. Величезну роль в аграрних суспільствах відіграла релігія, саме вона була тим засобом який давав відповідь на питання про людське призначення, а також доволі часто ставала інструментом політичного впливу (Crone, 1989).

Доіндустріальні суспільства вели насичене духовними практиками та ритуальними обрядами життя. Відголоски цих практик ми можемо побачити навіть сьогодні в традиційній культурі. Кожна нація має власні духовні обряди, що відображають різні аспекти життя їхніх предків. Наприклад, в українській культурі важливу роль займають ритуали пов'язані з слов'янським язичництвом, що набувало форми поклоніння різним божествам або «божкам», що уособлюють сили природи; таким чином люди пояснювали собі сутність оточуючого їх світу, і цим давали відповідь на питання про свій сенс життя. Прийнято вважати, що слов'янське язичництво є пантеїстичним вченням, однак М. Костомаров аналізуючи різні історичні джерела аргументує, що слов'яни визнавали Бога і більшість відомих нам на сьогодні божків таких як, наприклад Перун були вторинними, створеними руками єдиного Господа (Костомаров, 2014). Дані ідеї становили важливу основу для формування національної свідомості українців, наших духовних ідеалів та сенсів. Вони ж і могли ставати причиною різних історичних подій, до таких наприклад, можна віднести Хрещення Русі, передумовою якого стало бажання тодішніх князів до інтеграції нової держави в світовий історичний контекст (Грицак, 2021). Становлення нової релігії поклато початок нового історичного періоду який спричинив зміну форми духовних ідей слов'ян.

Як писав Г. Лебон в своїй відомій праці «Психологія мас»: «...ідеї можна розділити на два гатунки. До першого ми зараховуємо тимчасові та

швидкоплинні ідеї, що зародились під впливом хвилини: схиляння перед якимось індивідом чи доктриною, наприклад; до другого – всі панівні ідеї, котрим середовище, спадковість, суспільна думка надають дуже великої стійкості, такими є старі релігійні вірування й нинішні соціальні та демократичні ідеї» (Лебон, 2021). Духовні цінності уособлюють другий тип ідей, так, як вони відображають усталені та довговічні системи поглядів на людину, як на істоту, що має здатність до трансцендентальних переживань та морального зростання, а отже є активним суб'єктом соціокультурної діяльності.

На противагу аграрному суспільству в якому були досить поширеними різні духовні практики прийшла епоха нової науки, яка і стала початком індустріалізації. Саме епоха індустріалізації була періодом виникнення психології як наукової галузі коли в 1879 році В. Вундт відкрив першу психологічну лабораторію (Варій, 2007). З цього періоду ми можемо розглядати феномен духовності через призму психології, тоді як до цього це явище в основному цікавило філософів та педагогів.

Індустріальне суспільство характеризувалося домінування промислового виробництва над аграрним, почався активний видобуток корисних копалин, що мало вплив на екологію, відбувалась стрімка урбанізація, централізація тощо (Smelser, 2001). Індустріальна революція зіграла важливу роль в створенні нових соціальних класів, що призводило до важливих політичних змін в суспільстві, а пізніше і в духовному житті всієї людської цивілізації.

Науково-технічна революція стала початком епохи великих змін, вона посилила та популяризувала науковий вплив знизивши релігійний, а отже і погляди на духовні цінності зазнали певного перетворення. Не менш важливу роль в цьому відіграли і хвилі соціальних протестів за рівні права та можливості для різних категорій людей. Змінювалися часи, а отже змінювалося відношення до моралі, це в свою чергу продукувало нові ідеї та нові цінності.

Е. Фромм вважає, що та визначеність соціальної позиції яка була властива людям доіндустріального устрою давала їм відчуття стабільності, а втративши цю визначену роль, людина втратила і відповідь на запитання про своє життєве призначення, що призвело до кризи пошуку себе. З іншого боку, посилення впливу ринку та капіталу зробили її відчуженою та самотньою, змусили бачити конкурента в тих кого вважають близькими, а отже ізолювали та призвели до страждань (Фромм, 1941).

На думку Г. Маркузе індустріальне суспільство повністю впливає на людину, детермінує її поведінку та заважає індивідуальним проявам. А знеособлення, як наслідок ідеї колективізму називає «глобальною катастрофою» (Маркузе, 1995). Таким чином можна зробити висновок, що домінування ідей, які мають на меті поставити продуктивність в абсолют є деструктивними для людини, як творчої духовної особистості.

Н. Лазарович, яка аналізувала стадіальну концепцію розвитку західноєвропейської техногенної цивілізації, вбачала в індустріалізації, яка характеризувалась такими рисами як орієнтація на системне виробництво, інструментальна раціональність, централізація, стандартизація та тотальний технологічний детермінізм, загрозу «...втрати людиною загальногуманістичних морально-етичних принципів, нівелювання власної субстанційної сутності під впливом процесів глобалізації, поширення стандартів масової культури і цінностей споживання, універсалізації, стандартизації стилів мислення, моделей діяльності та соціальних ролей» (Лазарович, 2017).

В минулому столітті відомий американський математик Т. Качинський, який був викладачем в Університеті Каліфорнії в Берклі став відомим через свою підривну діяльність, як спосіб критики індустріального суспільства. Він був переконаний, що індустріалізація погубила людину, вона відкинула її від своєї істинної природи, змусила підкорятися системі яка в кінцевому результаті її знищить. Індустріалізація призвела до культу матеріальних

цінностей зробивши людину бездуховною та ницою. Окрім безумовної шкоди для людини він підкреслює, що індустріальне суспільство приносить шкоду живій природі та всім живим істотам. Ідея Т. Качинського хоч і є його суб'єктивним баченням дійсності, але все ж несе важливий посил про те, що пріоритет глобального над індивідуальним, матеріального над духовним є деструктивним для людини. Називаючи більшість видів зайнятості «сурогатною діяльністю» яка спрямована обслуговувати «штучні потреби», він підкреслює наскільки людина епохи індустріалізації не рефлексує актуальний стан речей в суспільній системі.

Досвід ХХ століття який вразив весь світ, а саме дві світові війни, винайдення ядерної зброї, техногенні катастрофи тощо, залишив свій відбиток на цінностях великої кількості людей. В кінці ХХ та на початку ХХІ століття все частіше почали з'являтися проекологічні та просоціальні настрої. Поступово погляд на індустріалізацію, як на джерело змін та можливостей змінився на розчарування, що в свою чергу потребувало і досі потребує глибокого перегляду підвалин суспільного устрою. По мірі того, як змінювались технології та підхід до їх використання почали змінюватись і форми організації праці, так з'явився термін «постіндустріальне суспільство».

Вперше термін постіндустріальне суспільство запропонував Д. Рісмен у 1958 році. Пізніше цю ідею обґрунтував Д. Белл у 1973 році в своїй праці «Прихід постіндустріального суспільства: ініціатива в соціальному прогнозуванні». Постіндустріальне суспільство характеризується переходом від економіки, заснованої на виробництві, до економіки, що базується на послугах, що також пов'язано з подальшою реструктуризацією суспільства (Robinson, 2016).

Паралельно економічним змінам відбувається трансформація моральних цінностей суспільства та моделей соціальної взаємодії. Наприклад аутсорсинг промислових товарів змінює погляд на іноземців та іммігрантів, глобалізація дає можливість подорожувати та пізнавати різні культури, це також впливає і

на сприйняття себе як на члена «спільноти», тепер термін «спільнота» асоціюється не так із географічною близькістю, а більше з розрізненими, але однодумцями. Розвиток телекомунікацій дає можливості дистанційного навчання та роботи, що впливає на побудову соціальних контактів. Все це в сумі позначається на сприйнятті людиною свого місця в світовій ієрархії та в системі міжособистісних стосунків. Зміна позиції в суспільстві формує інший горизонт знання про світ, який видозмінює погляд на те, що є істинним та духовним.

Епоха постіндустріального суспільства через наростаючу потребу в професіоналах та фахівцях вузьких спеціальностей, вимушена повернутися до гуманістичних цінностей та соціальної орієнтованості так, як залучення вмотивованих та гарно підготовлених фахівців, що розумітимуть які цілі та цінності вони переслідують, має більше позитивних впливів на економіку та розвиток технологій, ніж примусова праця. Таким чином, це сприяє розкриттю індивідуальності окремих людей однак маргіналізує особистостей котрі не знаходять свого призначення серед пропонованих ринком можливостей самореалізації.

Е. Тофлер, який був ідейним начинателем поняття «суспільство Третьої хвилі» запропонував феномен «футурошоку», тобто стрімких суспільних перетворень, які виникають через накладання нової культури на стару (Тофлер, 2000). Через інформаційне перенасичення, постійно мінливі умови буття сучасна людина вимушена пристосовуватись до різних культур, що є носіями певних ціннісних ідеалів. Таким чином стрімка соціальна динаміка техногенного суспільства сприяє актуалізації питання формування особистості та її духовної складової.

В різні історичні періоди в різних культурах культивувались певні ідеї, наприклад любов до сім'ї, патріотизм, честь або пізнання. Сучасна людина вимушена жити в реальності вседоступності інформації та глобальних змагань за світове домінування держав. Таким чином, держава яка змогла нав'язати

свої цінності, отримує більше впливу і здатна визначати стратегії до планування майбутнього людства. Це включає в себе економічні впливи, наприклад глобальні рухи за екологію сприяли популяризації електрокарів, популяризація воєнних загарбницьких ідей призводить до нарощування військового потенціалу, а отже кожна ідея і цінність яка пропагується великій масі людей має свої наслідки.

В епоху «постправди» інформаційне перенасичення занадто високе і зрозуміти, що Істинне і персонально важливе для людини часом буває дуже важко. В такі історичні періоди феномен духовних цінностей стає особливо актуальним, тому що розібратися в тому, що таке мораль і благо стає майже неможливим. Відомий письменник Дж. Орвелл в своєму художньому творі «Колгосп тварин» вміло підкреслював наскільки можна змінювати «правду» маніпулюючи слоганами. Так наприклад, слоган «Всі тварини рівні» через багаторазове переписування ідеї перетворюється на «Всі тварини рівні, але деякі рівніші» (Орвелл, 2018).

Даний аналіз спрямований на те, щоб дослідити широку картину того як культурний, історичний та політичний контекст детермінує наслідування певним духовним цінностям та сенсам і таким чином краще зрозуміти як саме ми можемо впливати на формування духовних цінностей та дослідження цього феномену.

Підсумовуючи все вище сказане, можна зробити висновок, що духовні цінності – це доволі складне малодосліджене явище, підходи до трактування якого залежать від певної наукової парадигми та конкретного суспільно-історичного контексту. Духовність – це втілення глобальних моральних ідей які становлять засади функціонування суспільства, а отже прямо чи опосередковано на нього впливають. Духовність реалізується в духовних цінностях.

1.2 Психологічний зміст резильєнтності

Протягом останніх років була помітна тенденція до зростання кількості досліджень феномену «резильєнтності». За 2022 рік дослідження цього явища на PubMed перевищили позначку 12 тисяч (PubMed, 2022). Серед основних груп наукових зацікавлень можна виділити: роль резильєнтності у соціально-психологічному вимірі, резильєнтність під час COVID-19, вплив резильєнтності на психічне здоров'я та фізіологія резильєнтності.

Саме поняття резильєнтність (resilience) є словом латинського походження: *resilire* означає відображення, відскок, повернення до початку, відновлення рівноваги (Сікорська, 2017). Як вказував О. Романчук на українську мову термін «resilience» перекладається, як стресостійкість або резильєнтність (Дядуш, 2020).

Американська психологічна асоціація визначає резильєнтність як здатність відновлюватись після стресових ситуацій та адаптуватись до складних життєвих випробувань через ментальну, емоційну та поведінкову гнучкість (APA, 2012). Автори публікації виділяють такі фактори які сприяють підвищенню резильєнтності або психологічної стійкості: фізичне здоров'я, наявність значущих соціальних зв'язків та близьких стосунків з іншими людьми, наявність життєвих цілей та формування позитивного світогляду. Серед психологічних факторів, які позитивно позначаються на резильєнтності виділяють: оптимізм (Ong, et al., 2006), самоефективність (Sapienza, et al., 2011), високі інтелектуальні показники (Waller, 2001), наявність адаптивних копінг-стратегій (Cai, et al., 2017).

В Україні резильєнтність ставала предметом досліджень таких науковців, як О. Чиханцова та К. Гуцол «Психологічні основи розвитку резильєнтності особистості в період пандемії Covid-19», Г. Лазос «Теоретико-методологічна модель резильєнтності як основа побудови психотехнології її розвитку», З. Кіреєва «Предиктори резильєнтності та оптимізму у осіб різного

віку під час проживання пандемії SARS-COV-2», Т. Цюман «Психологічні умови резильєнтності педагога в умовах воєнного стану», О. Односталко «Ресурси стійкості особистості в умовах складних та нетипових ситуацій життя» та багато інших.

Ряд досліджень покладають в основу фізіологічного механізму резильєнтності гальмівний контроль (Schäfer, et al., 2015; Dias, et al., 2017), тобто здатність мозку критично оцінювати і відсіювати нерелевантну інформацію, саме цей механізм відповідає за здатність людини до цілеспрямованої діяльності (Miyake, et al., 2012). Окрім цього високу резильєнтність пов'язують з вищою активністю мигдалеподібного тіла та орбітофронтальної кори головного мозку (Reynaud, et al., 2013), яка включає вентральну поверхню лобової частки і відповідає за нашу соціальну поведінку та емоційну регуляцію.

Найбільш ранні дослідження феномену резильєнтності стосувалися здатності людини до адаптації до несприятливих умов та питання того чому одні люди вбачають в труднощах нові можливості тоді як інші страждають (Fletcher, et al., 2013). Особливої популярності цей феномен набув після Другої світової війни. Дослідження постравматичного стресового розладу ветеранів війни та інших патологій, які виникли як наслідок пережитих травматичних подій вказували на те, що значна частина з досліджуваних змогла ефективно справитись з негативними психологічними наслідками та інтегрувати травматичні спогади в психічну реальність (Sisto, et al., 2019). Пізніше резильєнтність стала предметом дослідження психології розвитку з точки зору того як різні життєві стратегії впливали на формування резильєнтності.

Аналіз літератури проведений групою дослідників A. Sisto та ін. дозволив їм виділити 5 макрообластей, що характеризує певну особливість конструкції резильєнтності, серед яких:

- здатність до відновлення;

- тип функціонування, що характеризує особистість;
- здатність відновитися від несприятливих обставин;
- динамічний процес, що розвивається в часі;
- позитивна адаптація до умов життя (Sisto, et al., 2019).

Чимало науковців визначали резильєнтність як здатність до відновлення, так наприклад, Р. Atkinson писав, що «резильєнтність – це здатність відновлюватись після екстремальних травм, позбавлень, загроз або стресу» (Atkinson, et al., 2009). Схожим чином висловлювався S. Patel «Стійкість – це здатність відновлюватись після передбачуваних несприятливих або мінливих ситуацій через динамічний процес адаптації, що залежить від особистих характеристик, сімейних і соціальних ресурсів і проявляється позитивним подоланням, контролем та інтеграцією» (Patel, et al., 2017).

Інших підхід який використовували для визначення резильєнтності – це тип функціонування, що характеризує особистість. Прихильники цього підходу вважають, що резильєнтність – це особистісна навичка людини, яка характеризується наявністю відповідних адаптивних переконань, якостей та властивостей нервової системи. Такі вчені як К. Connor, J. Davidson, M. Evers, T. McAllister та багато інших переконані, що резильєнтність – це здатність людини справлятися зі стресом, на яку впливають генетичні, епігенетичні, нейрохімічні та психосоціальні фактори (Sisto, et al., 2019).

Дослідники G. Bonanno, J. Davidson, M. Rutter тощо, визначали резильєнтність – як здатність відновитись та одночасно розвивати власні ресурси та потенціал не дивлячись на труднощі (Sisto, et al., 2019). «Резильєнтність – це здатність адаптуватись до стресових подій та відновлюватись після них» (Chen, et al., 2016).

Прихильники ідеї резильєнтності, як динамічного процесу, що розвивається в часі вважають, що подолати несприятливі ситуації можна за рахунок адаптації на яку впливають індивідуальні особливості, сімейні та

соціальні ресурси (Sisto, et al., 2019). Так наприклад R. Dias опираючись на ідеї J. Brandão та M. Yunes пише «Резильєнтність можна визначити як динамічний процес, що включає взаємодію між факторами ризику та захисними факторами, внутрішніми та зовнішніми по відношенню до індивіда, які діють, щоб змінити наслідки несприятливої життєвої події (Dias, et al., 2015).

Існує також підхід, який пояснює резильєнтність, як позитивну адаптацію до умов життя, тобто когнітивні, емоційні та поведінкові моделі впливають на якість адаптації і визначають загальну стійкість (Sisto, et al., 2019).

Резильєнтність – це складний феномен який може впливати на психічне здоров'я людини. Дослідження «Psychological resilience and mood disorders: a systematic review and meta-analysis» демонструє, що люди які мають розлади настрою мають нижчий рівень резильєнтності порівняно з людьми без даних розладів (Imran, et al., 2022). Існує позитивна кореляція між показниками резильєнтності та психічного здоров'я у мігрантів (Siriwardhana, et al., 2014). Окрім цього є дослідження, в якому вивчали взаємозв'язок між резильєнтністю та психічним здоров'ям у соматично хворих дорослих і отримали результати які вказують на те, що чим вищі показник резильєнтності тим кращі показники психічного здоров'я (Färber, et al., 2018).

Резильєнтність – це складний набір різних захисних факторів і процесів які сприяють видужанню та полегшеному перенесенні хвороби. Важливими є такі чинники: біологічні, психологічні, соціальні, а також духовні. Вона характеризується здатністю організму відновлюватися після травми та повертатися до попереднього або нормального стану. Тобто резильєнтність означає вміння протистояти складним життєвим ситуаціям, важким стресорам зберігаючи при цьому оптимальну здатність до функціонування. Вищі показники стійкості пов'язані з нижчою вразливістю до стресогенних подразників, це в свою чергу може сприяти зниженню ризику виникнення захворювань та інших патологічних станів (Babić, 2020).

Дослідження здатності нервової системи мишей проявляти стійкість демонструє, що з точки зору нервової системи миші, які мають вищу стійкість реакції проявляють вищу активність поблизу агресора, зокрема на початку відсічі, в той час як більш чутливі миші мають вищу активність у момент початку нападу та перед втечею (Willmore, et al., 2022).

Е. Childs et al. досліджуючи взаємозв'язок фізичних вправ та емоційної стійкості дійшли висновку, що регулярні фізичні вправи позитивно впливають на загальне самопочуття, сприяють зменшенню розладів настрою та швидшому відновленню після гострих стресових ситуацій (Childs, et al., 2014). Дослідження «Neurobiological Mechanisms of Stress Resilience and Implications for the Aged Population» демонструє, що підвищена стійкість сповільнює процеси старіння, підвищує загальний емоційний тонус та позитивно впливає на якість життя (Faye, et al., 2018). Окрім цього резильєнтність пом'якшує вплив стресових чинників на симптоми депресії та тривоги (Gloria, et al., 2016).

Китайське дослідження взаємозв'язку між залежністю від телефонів, якістю сну та резильєнтністю у студентів виявило, що залежність від телефонів негативно впливає на якість сну та загальну психологічну стійкість. Резильєнтність також мала обернений кореляційний взаємозв'язок з якістю сну, що говорить про те, що високий рівень резильєнтності не має позитивного впливу на якість сну (Xie, G., Et al., 2023).

Таким чином, підходів до визначення резильєнтності існує дуже багато, значна кількість досліджень вказують на те, що високий рівень резильєнтності позитивно позначається на психічному здоров'ї та допомагає долати труднощі.

1.3 Духовність як складова резильєнтності

Важливу роль в підтримці резильєнтності особистості відіграє духовність, духовні цінності та сенс життя, які впливають на рішення прийняті людиною в складних ситуаціях (Southwick, 2005). В. Франкл, психолог відомий тим, що пройшов концентраційні німецькі табори писав: «Те, як людина ставиться до своєї долі й усіх супутніх страждань, те, як вона несе свій хрест, дає їй багаті можливості – навіть за найважчих обставин – надати життю глибшого сенсу. Людина може бути сміливою, гідною поваги й безкорисливою. Або ж у суворій боротьбі за самозбереження вона може забути про свою людську гідність й уподібнитися до тварини. Але вона завжди має вибір» (Frankl, 2004). Сенс в усій його метафізичній сутності це джерело людської активності, а основу будь яких сенсів складають цінності або, як їх ще можна назвати, «безсмертний світ ідей». Вони здатні спрямовувати поведінку людини таким чином, щоб найефективніше справлятися з несприятливими обставинами та залишатися стійким.

L. Beardsley був автором терміну «духовний інтелект», який визначав, як вміння людини звертатись до цінностей та сенсів в обставинах, що потребують складних рішень і дають можливість бачити ситуацію в більш широкому контексті (Beardsley, 2004). Духовний інтелект діє, як фільтр оцінки реальності в тому сенсі, що це сприяє глибокому екзистенційному аналізу життєвого стану. Він розширює пізнання, відкриває нові трансцендентальні категорії і надає складні духовні змісти, які формують духовні почуття та грають роль бар'єру від стресу (Khosravi, 2014).

Взаємозв'язок між резильєнтністю та трьома аспектами духовності такими, як саморегуляція, містика (відчуття єдності з чимось більшим від себе; Francis, 2000) та сенс життя, вказують на наявність асоціацій між стійкістю та сенсом життя, саморегуляцією, але не з містичною духовністю; окрім цього існує взаємозв'язок з шкалами сенсу, самомотивації та самовизначення, однак ці дані видозмінюються залежно від вибірки, в старших людей більш значимий фактор для резильєнтності це позитивна

самотивація тоді, як для молодих важливою є самовизначеність (Hanfstingl, 2013).

Значна кількість досліджень вказують на значимість чинника духовності в загальній резильєнтності людей з абсолютно різними соматичними захворюваннями. Духовність може сприяти підвищенню резильєнтності та сприяти суб'єктивному благополуччю в хворих на останній стадії раку (Mihic-Gongora, et al., 2022). Духовне благополуччя корелює з резильєнтністю у пацієнтів з псоріазом (RahimZahedi, et al., 2021). Схожі дані було виявлено в дослідженні впливу духовності на самопочуття та резильєнтність в хворих на діабет (Choi, et al., 2019). Програма духовного догляду відігравала важливу роль у покращенні загального показника резильєнтності в пацієнтів із серцевою недостатністю (Movahedimoghadam, et al., 2022). Взаємозв'язок духовного благополуччя та резильєнтності у турецьких пацієнтів на гемодіалізі вказує на наявність помірної позитивної кореляції (Duran, et al., 2020). Сукупність цих досліджень вказує на те, що духовність – це не лише про абстрактну трансцендентність, вона має безпосередній вплив на фізичний стан та емоційне благополуччя, а отже може позначатись на якості життя.

Існує також дослідження, які не вказують на позитивний вплив духовності на резильєнтність, так, наприклад, виявляли яким чином духовність пов'язана з резильєнтністю та моральними стражданнями і було встановлено, що у значної кількості медичного персоналу, які були духовними або релігійними духовність ставала причиною їхніх моральних страждань, а персонал інтенсивної терапії навіть вважав себе покинутими або покараними Богом (Kubitza, et al., 2022). Це підводить до думки, що духовність та релігійність все ж поняття, які варто розмежовувати та досліджувати більш поглиблено.

Духовні ресурси та цінності такі як створення сенсу, надія, самоефективність, почуття ідентичності та приналежності, побудова значущих стосунків, можуть бути потужними засобами підтримки резильєнтності

спільнот. Вони можуть служити захисним фактором, що допомагає оговтуватись після катастроф, втрат та інші несприятливих обставин (Park, 2016; Alawiyah, et al., 2011). Духовні ресурси допомагали спільнотам відновлюватись та формувати стійкість після лісової пожежі в Альберті 2016 року в Канаді (Lalani, et al, 2021). Духовний компонент сприяв резильєнтності та емоційному благополуччю передових клінічних практиків Великої Британії в період пандемії Covid-19 (Rogers, et al., 2022).

На більш ранніх історичних етапах розвитку людської цивілізації духовність була аналогом віри у вищі сили, сучасний стан наукових досліджень духовності вказує, що вона проста та доступна, вона в людях та речах, подіях і явищах які нас оточують. Духовність як спосіб делегування відповідальності та власної тривоги на божественне все більше замінюється на усвідомлення власної причетності до історичного ходу подій, бажання стати частиною цього безмежно цікавого процесу, прийняття своєї відповідальності за власне життя, життя спільноти, природи тощо. Гуманізм, краса, добро, турбота про оточуюче середовище, взаємодопомога, мудрість – ці категорії стосуються людського існування і є уособлення морального розвитку який здійснило людство за довготривалий період власної еволюції.

Отже, духовність – це важлива складова Я-концепції, яка впливає на самовідчуття, самосприйняття, здатна підвищувати рівень резильєнтності, сприяти позитивній адаптації, зберігати віру в найважчих обставинах та відновлюватись. Вземозв'язок духовних цінностей та резильєнтності у підлітків – це одна з мало досліджених тем, яка є доволі важливою для розробки стратегій психологічної допомоги та актуальних педагогічних рішень, адже діти це майбутнє України і те носіями яких ідей вони будуть, впливатиме на долю країни.

Висновки до розділу 1

В результаті проведеного теоретичного аналізу ключових понять теми нашого дослідження можна узагальнити, що духовні цінності – це важливі взірці морального розвитку людства, які є цілеорієнтуєчими та лягають в основу будь якої людської діяльності. Духовність, як складна філософська категорія відображає здатність людини до переживання трансцендентного досвіду та формує особливий спосіб мислити та сприймати реальність. Духовні цінності мають свої історичні та культурні особливості, а отже контекст накладає на це поняття свій відбиток.

Резильєнтність – це здатність зберігати свою функціональність в складних життєвих умовах та відновлюватись після них. Вона є важливим чинником, який впливає на психічне здоров'я, сприяє подоланню труднощів та стресів, допомагає позитивній адаптації до умов оточуючого світу.

Значна кількість досліджень вказує, що духовність, як особливий спосіб мислити та сприймати реальність здатна підвищувати резильєнтність, і є важливою її складовою. Таким чином, дослідження взаємозв'язку духовних цінностей та резильєнтності у підлітків допоможе краще зрозуміти психологічні особливості сучасного підлітка.

РОЗДІЛ 2.

ТЕОРЕТИЧНА МОДЕЛЬ ДОСЛІДЖЕННЯ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ ДУХОВНИХ ЦІННОСТЕЙ ТА РЕЗИЛЬЄНТНОСТІ У ПІДЛІТКІВ

2.1 Теоретичні концепції духовних цінностей

В концепції Генріха Ріккєрта цінності визначають культурне буття людини і підносять її над біологічним. Вони не детермінуються умовами життя чи соціального виховання, а є спрямовуючим засобом, що підштовхує людську активність в певному напрямку. Серед основних загальнознаючих цінностей він виділяв: істину, красу, добро, надособистісне сакральне, моральність, щастя, святість тощо (Федорова, 2015).

Вперше науковий підхід до духовних цінностей запропонував М. Шелер, він вважав їх наслідком синтезу ціннісного та духовного. Науковий поділ включав такі категорії цінностей: а) цінності «чистого пізнання»; б) цінності справедливості та несправедливості; в) цінності естетики. Однією з важливих доробок М. Шелера є ієрархія цінностей, тобто «вищі» та «нижчі» цінності. Вищість визначається мірою їх довговічності, тобто часу існування та силою сприйнятливості в різних культурах (Федорова, 2015).

Продовжив розвивати ідеї М. Шелера польський філософ-теолог та соціолог Й.Тішнер, він також розробляв ідею нижчих (вітальних) цінностей та вищих (духовних, релігійних). На його думку цінності є сталими і можуть вписуватись в класичну платонівську тріаду, серед яких – Правда, Добро, Краса. Окрім цього він відносить до духовних цінностей також і правду, справедливість та свободу і вважає, що прагнення до них завжди дає людині глибші відчуття, ніж гедоністичні нижчі, а тому грає ключову роль в переживанні суб'єктивного щастя (Бліхар, 2018). Тобто відчуття приналежності людини до чогось ширшого за її власну особистість грає важливу роль в суб'єктивній задоволеності життям та почутті реалізованості носія свідомості та представника людського виду.

На думку І. Беха вищі моральні ціннісні ідеали і є духовністю, яка формує «Я-духовне» особистості та впливає на стратегії життєвого шляху людини, визначає сенси та наповнює собою «Я» (Бех, 2018).

О. Олексюк до духовних цінностей відносить моральні, естетичні та пізнавальні цінності. На її думку вони втілюють сутність духовної культури, а єдність цих цінностей називає «позитивною всеєдністю», яка виражає особливі людські відносини (Олексюк, 1997).

М. Бліхар в своєму дисертаційному дослідженні на основі теоретичного аналізу розробив чотирирівневу структуру духовних цінностей серед яких виділив: духовні цінності особистісного порядку – вони є важливими для персонального розвитку окремої особистості (чесність, воля, небайдужість, доброта, милосердя, співпереживання, співчуття, повага, розуміння, релігійність, відповідальність, обов'язковість, пунктуальність, порядність, правдивість, щирість, відвертість, щедрість, доброзичливість, інтелігентність, покора, побожність, поміркованість, стриманість, чистота, моральність, сміливість, довіра, ввічливість, вихованість, совість, жертівність, патріотизм); духовні цінності групового порядку – регулюють систему міжособистісних відносин і формувались, як наслідок потреби спільного проживання та діяльності (солідарність, співпраця, автономність, повага до людської гідності, взаємопідтримка, сімейні традиції, дружба); суспільно значущі духовні цінності – це ті цінності які є важливими для певного суспільства, нації чи народу та є культурно різноманітними (повага до традицій, повага до людської гідності, національна позиція, мир, бережливе ставлення до природи, толерантність, мова); загальнолюдські духовні цінності – вони є універсальними незалежно від епохи та культурного контексту (справедливість, людяність, гуманізм, свобода, любов, віра, надія, мудрість, краса, добро, життя, щастя, працьовитість) (Бліхар, 2018).

Такі вчені, як Г. Ващенко, О. Вишневський, В. Янів та ін. розробили так звану «ієрархічносистемну будову цінностей». Основна ідея даної концепції

наполягає на тому, що цінності поділяють за сферами застосування, серед яких можна виділити п'ять основних:

➤ Абсолютні цінності – тобто вершинні, загальнолюдські, універсальні, вони стосуються всіх епох та культур, об'єднують різних людей, витримали перевірку часом. До них можна віднести цінності людського життя, правди, добра, гармонії, цінності гуманізму, релігії, любові тощо.

➤ Національні цінності – формуються на основі традицій та звичаїв націй, відображаються в культурі, через фольклор, літературу, музику, мову та ін., впливають на державний устрій, форми правління, внутрішню політику, геополітику. Дана категорія цінностей має глибоке історичне коріння формування однак може змінюватись під впливом загальносвітових трансформаційних тенденцій.

➤ Громадянські цінності – ґрунтуються на законодавчих актах, таких, як наприклад, Конституція України. Вони відображають прагнення людини до соціальної гармонії, регулюють суспільні відносини, втілюються в політичних традиціях, культурі. Серед таких можна виділити право на свободу, недоторканість житла, приватність, громадянську активність, повагу до законів. До них інтегровані такі групи цінностей: класові, станові, професійні, корпоративні, політичні тощо.

➤ Сімейні цінності – відносяться до духовних засад існування мікросоціуму. Є досить древніми, сильно відрізняються в контексті епох та культур. До них належать: пам'ять про предків, любов до ближнього, подружня вірність, піклування один про одного. Дані цінності детермінуються категоріями абсолютних, національних та громадянських цінностей.

➤ Цінності особистого життя – є глибоко індивідуальними, визначаються умовами життєвого шляху людини, культурним та соціальним середовищем, історичною епохою та власною волею. Серед них цінності індивідуальності, самоцінності, самосвідомості, гідності, особистого життя та інші (Фарина, 2001).

Відомий український науковець Е. Помиткін до духовних цінностей відносить гуманістичні цінності – пов’язані з допомогою іншим та позитивним ставленням до оточуючих людей; естетичні цінності, які відображають ідеали краси, гармонії, досконалості природи та людини; екологічні цінності, що культивують турботу про довкілля та живих істот; самопізнання, тобто інтроспекція, самоспоглядання, самоусвідомлення, саме вони допомагають людині відчувати єдність з собою та світом; самовдосконалення – пошук шляхів та методів самопокращення, набуття нових позитивних навичок та якостей; самореалізації – розкриття особистісного потенціалу в служінні ближньому або чомусь вищому, а також відповідальності – за власне життя, дії та наслідки своїх дій. На основі цієї теорії, ним була розроблена методика «Духовний потенціал особистості», яка спрямована визначати загальний рівень духовного потенціалу, розподіл духовного потенціалу в підструктурах особистості та орієнтацію на духовні цінності (Помиткін, 2013).

Отже, існує велика кількість підходів та систем поглядів на феномен духовних цінностей, однак більшість науковців виділяють схожий перелік ціннісних орієнтацій, які можна вважати духовними, серед них: гуманізм, краса, добро, істина, моральність, сакральність, самопізнання, самоздійснення тощо.

2.2 Теоретичні моделі резильєнтності

Серед основних теоретичних моделей резильєнтності можна виділити: транзакційну модель, яка стверджує, що здатність людини справлятися з викликами та адаптуватися до труднощів є наслідком транзакцій (взаємодій), що постійно відбуваються між людиною та оточуючим світом (Lazarus&Folkman, 1984; Folkman, 1997); теорію психофізіологічної пружності, яка пояснює резильєнтність з точки зору особливостей функціонування фізіології (Dienstbier’s 1989, 1992); теорію консервації

ресурсу, що вважає важливою складовою резильєнтності вміння користуватись психологічними ресурсами, які сприяють позитивній адаптації (Aldwin & Levenson, 2001, 2004; Hobfoll, 1988); теорію інокуляції стресом, основна ідея якої в тому, що стресові «щеплення» сприяють формуванню резильєнтності (Lyons & Parker, 2007; Meichenbaum, 1993) та модель системної стійкості (Lundberg & Johansson, 2015).

З точки зору когнітивно-поведінкової терапії, цікавою є практично орієнтована модель резильєнтності в якій резильєнтність – це не процес, а риса особистості, що визначається навичкою адаптуватись до складних обставин та відновлюватись коли стресори перевищують оптимальні показники. В процесі терапії пропонується розробка індивідуальної моделі резильєнтності, що базується на сильних сторонах особистості, а в подальшому має перетворитись на стратегії поведінки. Автори розробили чотирикрокову модель резильєнтності, що включає:

1. Пошук сили – терапевт сприяє знаходженню клієнтом його сильних сторін, вводить можливі перешкоди для демонстрації цих якостей. Сторін має бути якнайбільше різноманітних, які будуть адекватними різним ситуаціям;

2. Побудова індивідуальної моделі резильєнтності – включає розробку загальних стратегій поведінки;

3. Застосування індивідуальної моделі резильєнтності – включає визначення проблемних зон, які потребують стійкості, планування, які стратегії краще використати, зосередження на резильєнтності, а не на результатах;

4. Практика – включає реалізацію розроблених стратегій на практиці та прогнози по резильєнтності (Padesky & Mooney, 2012).

Велика кількість досліджень вказує на те, що існує перелік основних психосоціальних чинників, які впливають на резильєнтність та адаптивність: оптимізм та навичка вбачати позитив в різних ситуаціях; когнітивна гнучкість;

релігійність та духовність; наявність сенсу життя; адаптивні копінг-стилі; значущі соціальні контакти та соціальна підтримка (Southwick, 2005).

В якості основи для концептуалізації резильєнтності часто використовується модель формування сенсу К. Парк (Park's meaning making model). Дослідниця вказує на те, що спосіб пояснення травматичної події та сенс яким вона наділяється безпосередньо впливає на резильєнтність та психологічний стан. Здатність до створення цих сенсів визначається релігійними віруваннями та духовними цінностями. Травматичні події часто призводять до виникнення почуття тривоги, безглуздості та втрати мети, а вміння наділяти ситуацію вищими метафізичними сенсами або персонально значимими сприяє позитивному процесу відновлення (Park, 2016).

О. Чиханцова та К. Гуцол, які досліджували чинники резильєнтності під час Covid-19, запропонували модель розвитку резильєнтності, що включає оптимізм (позитивне сприйняття свого майбутнього), соціальне оточення/контакти (здатність до позитивної взаємодії з іншими людьми), самопроєктування (навичка діяти згідно власного життєвого плану), самоствавлення (реалістичні уявлення про себе та світ, вміння прогнозувати власну активність та підвищувати ефективність), цілі (планування важливих подій та прагнення до їх реалізації) та смисли (наявність життєвої мети та власного покликання) (Чиханцова& Гуцол, 2022).

На думку К. Cherry існують такі ознаки резильєнтності:

- менталітет уцілілого – людина вбачає себе, як того хто вижив і не зупиниться на шляху до досягнення своєї цілі;
- навичка емоційної саморегуляції – людина вміє в найскладніших життєвих ситуаціях керувати своїми емоційними реакціями та діяти відповідно до ефективних когнітивних стратегій;
- відчуття контролю – включає в себе відчуття відповідальності за власні дії та готовність нести відповідальність за результати власних дій;

- навички вирішувати проблеми – вміння мобілізуватись для розв'язання складних задач та пошуку рішень;
- самоспівчуття – навичка турбуватись про себе та свій емоційний стан та не знецінювати свої проблеми;
- соціальна підтримка – наявність близьких стосунків з оточуючими та вміння вибудовувати соціальну комунікацію ефективно (Cherry, 2022).

Окрім цього можна виділити такі типи резильєнтності (Cherry, 2022):

Фізична резильєнтність – здатність організму до відновлення після стресу, хвороб та інших фізичних випробувань, даний вид резильєнтності відіграє дуже важливу роль для фізичного здоров'я людини (Whitson, et al, 2016);

Психічна резильєнтність – навичка людини пристосовуватись до невизначеності та труднощів;

Емоційна резильєнтність – навичка регулювати емоції в стресових ситуаціях та зберігати «холодний розум»;

Соціальна резильєнтність – здатність повертатися в попередній стан груп або спільнот. Почуття спільності та приналежності до певної групи позитивно позначається на загальній стійкості (Kwok, et al., 2016).

Таким чином, резильєнтність – це важлива навичка або риса особистості, яка сприяє відновленню після складних обставин, підвищує толерантність до невизначеності, допомагає адаптуватись до стресів та залишатися ефективним. Існує велика кількість теоретичних моделей резильєнтності і кожна з них вивчає важливі її аспекти, які доповнюють загальне вчення.

2.3. Концептуальна модель взаємозв'язку духовних цінностей та резильєнтності розроблена для даного дослідження

На основі проведеного теоретичного аналізу таких феноменів як духовні цінності та резильєнтність, ми можемо узагальнити та розробити концептуальну модель взаємозв'язку духовних цінностей та резильєнтності у підлітків.

Значна кількість досліджень вказують, що духовність є важливим елементом, який сприяє резильєнтності. Отже, в контексті даного дослідження духовність ми розглядаємо, як складову резильєнтності, яка в своїй основі містить духовні цінності, що є практичним втілення духовного світу людини. На рисунку 2.1 продемонстроване співвідношення ключових понять нашого дослідження.



Рис 2.1 Співвідношення духовних цінностей, духовності та резильєнтності

Так, як існує величезна кількість підходів до концептуалізації поняття духовних цінностей, за основу для побудову моделі нашого дослідження взято підхід Е. Помиткіна, тому, що саме його психодіагностичний інструментарій було використано для проведення емпіричної частини дослідження. Він виділяв такі цінності: гуманістичні, естетичні, екологічні, пізнання та самопізнання, самовдосконалення, самореалізації та відповідальності. На

рисунку 2.2 продемонстровано вплив духовних цінностей на резильєнтність, який є концептуальною моделлю нашого дослідження.

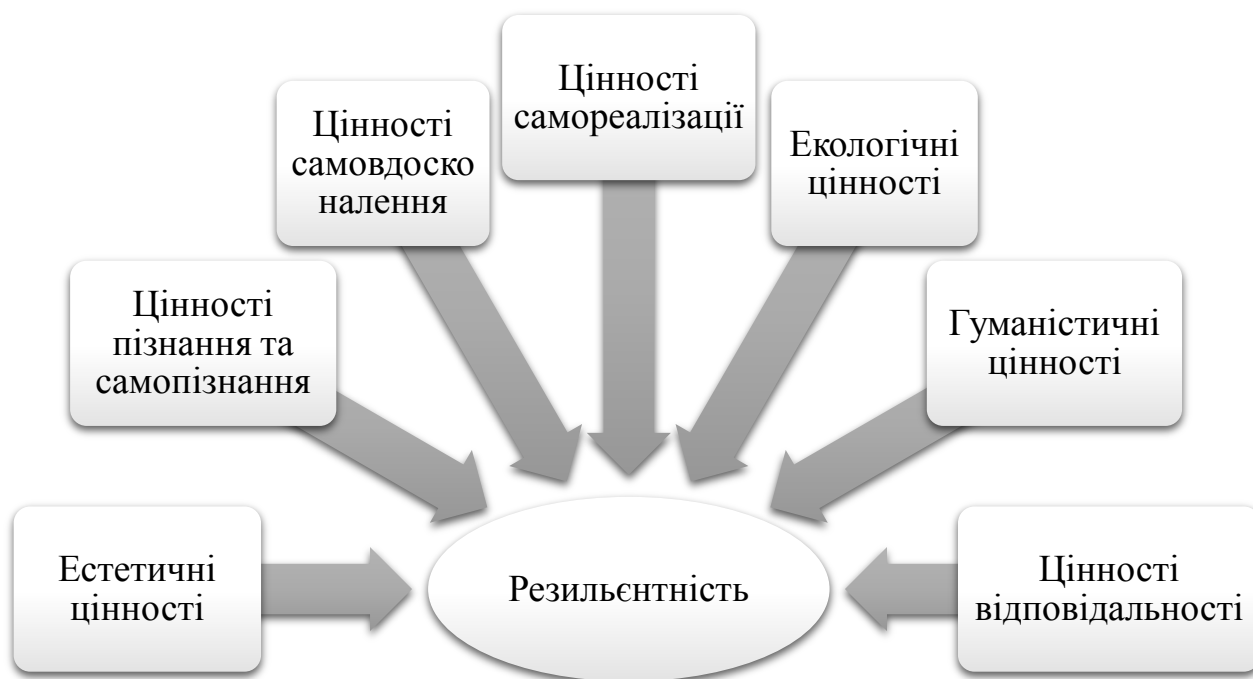


Рис 2.2 Концептуальна модель взаємозв'язку духовних цінностей та резильєнтності у підлітків

Наша задача дослідити всі особливості того, яким чином взаємопов'язані ці два явища у підлітків.

Висновки до розділу 2

В цьому розділі було проаналізовано велику кількість досліджень пов'язаних з теоретичними моделями ключових понять нашого дослідження.

Існує значна кількість підходів та концепцій, які вивчають феномен духовних цінностей, вони можуть відрізнятися за сферою вивчення та іншими критеріями. Більшість науковців виділяють такі цінності, як істина, добро, краса, гуманізм, турбота про довкілля, патріотизм тощо.

Теоретичні моделі резильєнтності є абсолютно різноманітними і включають погляд через призму фізіології, психічної активності та соціальних

факторів, окрім цього важливим елементом який сприяє резильєнтності багато вчених вважають цінності, що підкреслює актуальність нашого дослідження.

Окрім цього було розроблено власну концептуальну модель взаємозв'язку духовних цінностей та резильєнтності у підлітків згідно з метою нашого дослідження.

РОЗДІЛ 3.

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ ДУХОВНИХ ЦІННОСТЕЙ ТА РЕЗИЛЬЄНТНОСТІ У ПІДЛІТКІВ

3.1. Методи та організація дослідження

3.1.1. Організація дослідження

В роботі використовувались загальнонаукові методи – аналіз, синтез, дедукція, моделювання. Пошук інформації здійснювався в наукових базах PubMed, Reserchgate, ScienceDirect та GoogleScholar за ключовими словами українською мовою: «духовність», «духовні цінності», «резильєнтність», «підлітки», «підлітковий вік» та англійською мовою: «spiritual», «spiritual values&resilience», «spiritual values&mental health», «resilience&mental health», «adolescent». Емпіричне дослідження виконано відповідно до стандартного алгоритма наукового психологічного дослідження і включало наступні етапи:

1) вибір методик дослідження – підібрано методичний інструментарій, що дозволяє діагностувати орієнтацію на духовні цінності, розподіл духовного потенціалу в підструктурах особистості, загальний духовний потенціал респондентів; домінуючі духовні цінності учасників; сильні сторони та чесноти, а також показники резильєнтності.

2) проведення психодіагностичних тестувань – в емпіричному дослідженні взяло участь 102 особи віком від 12 до 16 років серед яких 52 підлітка віком від 12 до 14 років та 50 осіб ранньої юності віком 15-16 років.

3) аналіз, інтерпретація та тлумачення змістових і формально-логічних даних – для опрацювання результатів емпіричного дослідження було використано процедури описової статистики, а саме – кореляційний аналіз Пірсона та Т-критерій Стьюдента.

Для проведення емпіричного дослідження була сформована вибірка серед учнів Андрушівського ліцею №1, Житомирської області, які згодні на участь у дослідженні. До вибірки увійшли 102 учні з 7 по 10 класи.

Збір інформації відбувався безпосередньо при особистому контакті з учасниками дослідження за допомогою платформи Google Forms, учасникам було представлено мету та завдання дослідження, а також згода на обробку персональних даних, перед кожним опитувальником розміщувалась інструкція з виконання тестових завдань, за необхідності учні мали можливість уточнити виконання завдань безпосередньо у організатора дослідження. Дослідження було анонімним з використанням шифрування, однак за бажання отримати результати тестування учасник міг залишити свою електронну адресу для відправки результатів.

Наступний етап включав математично-статистичну обробку даних нашого дослідження за допомогою програми Microsoft Excel. При обробці даних використовувались такі методи математичної статистики: кореляційний аналіз Пірсона та Т-критерій Стьюдента.

3.1.2. Методики дослідження

Операціональна модель дослідження (рис 3.1) демонструє методи наукового дослідження які були використані і включає: методи теоретичного дослідження (аналіз, синтез, дедукція, моделювання); емпіричні методи, а саме психодіагностичне тестування; методи математичної обробки даних (кореляційний аналіз К. Пірсона та Т-критерій Стьюдента).



Рис. 3.1 Операціональна модель дослідження

Психодіагностичне тестування включало такі методики (рис.3.2): «Духовний потенціал особистості» Е. Помиткіна; «Визначення своїх сильних сторін (цінностей) та чеснот» К. Петерсона, М.Селігмана (адаптація Г.Лаптева, О.Власова); «Здійснення бажань» Е.Помиткіна; CD-RISC-10 (адаптація Односталко, О., Кіреєва, З., Бірон, Б.).

Для діагностики духовного потенціалу та духовної ціннісної спрямованості особистості було використано методику «Духовний потенціал особистості». Методика «Духовний потенціал особистості» призначена для виявлення трьох найважливіших характеристик духовного розвитку: духовного потенціалу, що включає вольові якості характеру та духовну спрямованість особистості; розподіл духовного потенціалу в структурі особистості (у підструктурах спілкування, спрямованості, характеру,

самосвідомості, досвіду, інтелекту та психофізіології); орієнтації особистості на духовні цінності: гуманістичні, естетичні, екологічні, цінності пізнання, самовдосконалення та самореалізації. Окрему шкалу призначено для виявлення відповідальності як одного з важливих критеріїв духовного розвитку особистості. Двовимірною шкалою відвертості, застосованою в методиці, побудовано: а) за принципом порівняння ідентичності відповідей на запитання, однакові за змістом, але різні за формою; б) за принципом підрахунку позитивних відповідей на некоректні запитання і твердження. Теоретичною основою методики є психологічна структура особистості з високим духовним потенціалом, до складу якої включені 125 особистісних якостей і здібностей. Методика є ефективною для вікової категорії, починаючи від 14-16 років. Досліджуваним пропонується 49 тверджень і до кожного є чотири варіанти відповіді, необхідно обрати те яке найбільше подобається. Відповіді заносять в бланк і обраховують відповідно до ключа. Перед початком обрахунку потрібно вирахувати кількість балів за шкалою брехні, якщо балів більше ніж чотири, результат анулюється так як вважається недостатньо щирим. Потенціал духовного розвитку визначається шляхом складання отриманих показників за всіма підструктурами особистості. Результат оцінюється окремо для дорослих і підлітків, які не мають достатнього досвіду та можливостей самореалізації.

- Шкала оцінки для дорослих: 38-49 балів — високий потенціал; 25-37 — середній; 12-24 — недостатній; до 12 балів — низький.
- Шкала оцінки для підлітків: 25-37 балів — високий рівень; 12-24 середній; до 12 балів — низький (Помиткін, 2013).

Для діагностики сформованості духовних цінностей було використано методику «Здійснення бажань». Методика спирається на еталонну ціннісну шкалу, відносно якої розглядаються результати дослідження. За теоретичну основу побудови методики обрано соціально-психологічну модель процесу розвитку свідомості особистості та відповідної зміни її ціннісних орієнтацій.

Вона базується на теорії про еволюцію духовних цінностей де виділяють рівень егоцентричних цінностей (I рівень), сімейних цінностей (II рівень), соціальних (III рівень), загальнолюдських (IV рівень) та космічних (V рівень) (Помиткін, 1996). Досліджуваному пропонується 16 цінностей які він має проранжувати де 1 це найголовніша цінність, а 16 найменш важлива. Обробка здійснюється за допомогою спеціальної таблиці. Проаналізувавши, можемо виявити пріоритетні для особистості цінності. До духовних цінностей відносять: вірність, доброзичливість, допомога потребуючим, гармонія з природою. Особистість з високим духовним потенціалом призначить цим цінностям одні з перших місць у загальному списку.

- 10-25 балів — високий рівень сформованості духовних цінностей;
- 26-42 балів — середній рівень;
- 43-58 балів — низький рівень.

Чим меншим є сумарне місце групи цінностей, тим вищим є рівень їх сформованості (Помиткін, 2013).

«Визначення своїх сильних сторін (цінностей) та чеснот» К. Петерсона, М.Селігмана (адаптація Г.Лаптева, О.Власова) – це опитувальник призначений для оцінки профілю сильних сторін характеру людини. Він був розроблений на основі характеристик здорової особистості, які внесено в Character Strength and Virtues (CSV) (Peterson & Seligman, 2004), що є аналогом Diagnostic and Statistic Manual (DSM) в позитивній психології. Адаптована українськомовна версія цієї методики містить 23 пари тверджень А і Б. Респондентам пропонується оцінити кожне твердження від 1 до 5, де 1 – абсолютно не про мене; 2 – не про мене; 3 – нейтрально; 4 – в загальному це про мене; 5 – точно відповідає істині. Методика містить 6 шкал – мудрість і знання, мужність, гуманізм і любов, справедливість, помірність, трансцендентність, кожна з яких містить субшкали (23 субшкали).

CD-RISC-10 – це опитувальник діагностики показників резильєнтності для самостійного заповнення, що включає 10 запитань, у вигляді шкали

Лайкерта (0-ніколи 1 – рідко , 2 – іноді, 3 – часто, 4 – завжди). Дана методика вимірює такі компоненти резильєнтності як особистісна компетентність; прийняття змін та безпечних відносин; довіра / толерантність; контроль; духовні впливи. CD-RISC-10 була розроблена Dr's Campbell-Sills та Stein на основі факторного аналізу, вона складається з десяти оригінальних питань, що вилучені з CD-RISC-25. Адаптована версія скороченої версії CD-RISC-10 розроблена українськими науковцями Односталко, О., Кіреєва, З., Бірон, Б. на основі засобів конфіраторного аналізу, складається з 14 запитань. Адаптація та апробація продемонструвала високу конвергентну валідність та надійність (Односталко О., 2020).



Рис. 3.2 Психодіагностичний інструментарій

Отже, з огляду на опис призначення та характеристики даних методик, вважаємо даний психодіагностичний інструментарій адекватним меті нашого дослідження.

3.1.3. Психологічні особливості вибірки

Підлітковий вік – це період життя людини, що характеризується переходом від дитинства до юності, та супроводжується фізичними і психологічними змінами. Вікові межі даного періоду різняться залежно від культури та країни проживання, окрім цього існує багато протиріч серед різних авторів щодо встановлення чітких меж підліткового віку. Всесвітня організація охорони здоров'я (WHO, 2015) встановлює межі підліткового віку з 10 до 19 років. Американська психологічна асоціація визначає підлітковий вік як період з 10 до 18 років (APA, 2002), а за деякими джерелами з 10 до 24, опираючись на дослідження пластичності мозку (Araín, et al., 2013). У вітчизняній психології існують різні підходи до класифікації підліткового віку. На думку М. Савчина підлітковий вік охоплює період від 11-12 років до 14-15, що відповідає 5-9 класам середньої школи (Савчин, 2005), схожу думку розділяє О. Видра (Видра, 2011) та О. Білоус (Білоус, 2015). В нашому дослідженні ми будемо опиратися на законодавчу базу сімейного кодексу України, а саме стаття 6, згідно з якою особи яким виповнилось 14 років вважаються неповнолітніми до досягнення ними 18 років (СК України, 2022). Оскільки в 14 років особи вже отримують паспорт громадянина України і можуть нести кримінальну відповідальність за скоєні правопорушення то верхньою межею підліткового віку ми визначаємо 14 років.

Підлітковий вік супроводжується стрімким фізичним розвитком та статевим дозріванням, яке має гендерні відмінності. Дівчатка дозрівають дещо раніше. Як правило вік початку статевого дозрівання у дівчат становить 11 років, тоді як у хлопчиків 12 (Kail, 2016). Все починається з всплеску вироблення гормонів, що впливає на виникнення вторинних статевих ознак, у хлопців стає глибший голос, збільшується адамово яблуко, ширші плечі, з'являється волосся на обличчі та тілі, у дівчат збільшуються груди та обхват бедер, починаються менструації тощо. Стрімкі фізіологічні зміни та

гормональні стрибки супроводжуються психологічними трансформаціями та зміною соціальної ситуації розвитку.

Соціальна ситуація розвитку підлітка характеризується тим, що основне соціальне середовище залишається школа, в період переходу з молодшої школи до середньої діти засвоюють нові функції пов'язані з взаємодією з більшою кількістю вчителів, нових дисциплін, нові соціальні контакти тощо. Дуже важливою стає думка ровесників та визнання серед однолітків та старших дітей (Савчин, 2005). Основним чинником соціального розвитку підлітка є його власна соціальна активність, цінності та прагнення.

Провідною діяльністю підлітка є міжособистісне спілкування з ровесниками та дорослими. В процесі спілкування з ровесниками підліток реалізовує свої потреби в визнанні, прагне заслужити повагу та мати авторитет, в спілкуванні з ровесниками з'являється можливість для випробовування морально-етичних норм, що засвоювались ними в процесі соціалізації та формування нових норм та нових цінностей. Спілкування з дорослими супроводжується наслідуванням ефективних стратегій поведінки. В цьому віці часто з'являються кумири з якими підліток себе ідентифікує. Окрім цього поява відчуття самотійності часто змушує підлітка переосмислювати свої стосунки з дорослими та їхню особистість. Підлітки починають більш критично оцінювати дії дорослих та їх слова. Загострюється почуття автономності. З'являється бажання випробувати себе в різних видах діяльності таких як спорт, мистецтво, а також і деструктивних таких як вживання наркотичних речовин, ризикова поведінка тощо.

Важливою для психологічного становлення особистості підлітка є групова суспільно корисна діяльність. Як правило підлітки охоче беруться за виконання різних видів позашкільної суспільної діяльності, такої як різноманітні гуртки, походи, подорожі, екскурсії. Ці види дійства мають позитивний вплив на розвиток формування моральної сфери підлітка та збагачує його цінності.

Важливою діяльністю підлітка на даному віковому етапі залишається навчання, однак воно дещо видозмінюється, навчання стає можливістю проявити себе, заслужити повагу однолітків, зміст навчання значно розширюється і виходить за межі школи. Так, підлітки частіше починають читати художню та наукову літературу, знайомитись з різноманітними теоріями та концепціями, поглиблюють свої знання в різних сферах. Академічна успішність може погіршуватись внаслідок фізіологічних та психологічних процесів. На даному віковому етапі часто з'являються перші закоханості та стосунки, більше уваги приділяється соціальній взаємодії внаслідок чого навчання може страждати.

Основними психологічними новоутвореннями є почуття дорослості та потреба у самоствердженні (Савчин, 2005). Через значні фізіологічні зміни, які підліток спостерігає його самосприйняття видозмінюється, тепер всі засвоєвані раніше правила та норми здаються невідповідними, а обмеження починають дратувати. З'являється бажання протестувати, виявляти свою самостійність, реалізувати себе (Білоус, 2015). Часто можна спостерігати демонстративно дорослу поведінку, коли підліток починає по дорослому одягатися, цікавитись речами, що не відповідають віку. Посилюється прагнення до соціального визнання. Таким чином, вони приходять до найрізноманітніших форм самоствердження.

Розвиток самосвідомості в цьому віці характеризується виникненням інтересу до самодослідження. З'являється самодисципліна, самовиховання, часто у підлітків є прагнення подолати всі свої недоліки та дійти певного умовного ідеалу, це досягається за допомогою спорту, навчання, покращення зовнішнього вигляду тощо. З'являється еталонний образ фізичного Я. Тому в цьому віці є підвищена загроза виникнення суміжних проблем пов'язаних з розладами харчової поведінки тощо, через прагнення відповідати стандартам конвенційної краси.

Підліткам часто характерна неадекватна самооцінка, що пов'язано з процесами формування ідентичності. Так як цей період доволі сенситивний в контексті особистісного становлення то будь які зовнішні та внутрішні чинники можуть впливати на оцінку підлітком самого себе. На цьому етапі відбувається формування самооцінки та здатності до оцінювання себе не лише через окремі риси чи вчинки, а в цілому.

Пізнавальна сфера характеризується активним розвитком. Активно розвивається мислення, пам'ять, увага. Все це частково зумовлено особливостями дозрівання мозку на даному віковому етапі. Збільшується кількість білої речовини в мозку (Giedd, 2004). В теорії Піаже Ж. на цьому віковому етапі пізнавальна сфера проходить період формальних операцій, тобто здатності оперувати можливими, гіпотетичним (Inhelder&Piaget,, 1958).

За концепцією німецького психолога Е. Еріксона для даного вікового етапу характерно проходження кризи ідентичності (Gross, 1987). Через активний процес формування особистості, відчуття себе, суперечливі обставини соціального життя та зовнішній тиск пов'язаний з трансформаційними процесами ідентичності, підлітки зіштовхуються з проблемами пов'язаними з розумінням себе, своїх емоцій, бажань тощо. Це продовжується і в період ранньої юності.

Дослідження ціннісної сфери підлітків є важливою задачею для перспектив розвитку вітчизняної психології та України в цілому, так як саме молоде покоління з часом буде становити активну частку електорату, працездатного населення та впливати на важливі політичні рішення. А дослідження взаємозв'язку духовних цінностей та резильєнтності допоможе виявити, які серед цінностей та чеснот є найбільш значущими для формування резильєнтності особистості і може допомогти створювати програми психологічних інтервенцій для допомоги підліткам.

3.2. Аналіз та інтерпретація даних

3.2.1 Результати емпіричного дослідження взаємозв'язку духовних цінностей та резильєнтності у підлітків

За результатами проведеного дослідження нами було отримано такі дані:

За методикою CD-RISC-10 (адаптація Односталко, О., Кіреєва, З., Бірон, Б.) було виявлено (табл. 3.1), що середнє значення для загальної вибірки (N=102) становить 36,4; стандартне відхилення – 10,2; максимальне значення становило 56, а мінімальне значення було 5.

Таблиця 3.1

Показники резильєнтності за методикою CD-RISC-10 (N=102)

Показники резильєнтності (N=102)				
	Середнє значення	Стандартне відхилення	Максимальне значення	Мінімальне значення
Резильєнтність	36,4	10,2	56	5

Так, як в даній методиці немає загального алгоритму для оцінки рівня резильєнтності ми запропонували власний спосіб інтерпретації рівнів шляхом рівномірного розподілу максимальної кількості балів опираючись на отримані первинні показники (рис. 3.3). Таким чином, показники до 18 балів вважаються низькими і були виявлені у 4,9% респондентів, що свідчить про низьку здатність до психологічного відновлення після несприятливих подій. Середній показник, який відповідав числовим показникам від 18 до 37 балів було виявлено у 42,2% досліджуваних. Високий показник, що варіювався в межах від 37 до 56 балів, був притаманний 52,9% досліджуваних і це говорить про високу здатність більшості респондентів долати труднощі, відновлюватись та зберігати свою ефективність в складних життєвих обставинах.

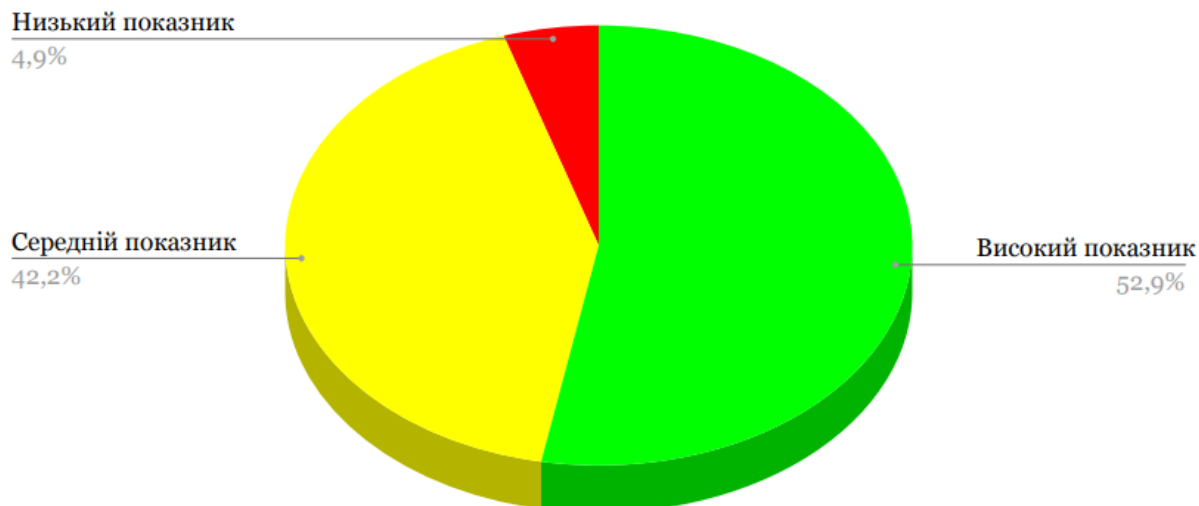


Рис 3.3. Показники резильєнтності за методикою CD-RISC-10 у % (N=102)

Порівняльний аналіз показників резильєнтності (табл. 2.2) за ознакою віку демонструє, що у підлітків (N=52) середнє значення резильєнтності становить 33,5 балів, стандартне відхилення – 11,1 тоді як в осіб ранньої юності (N=50) середнє значення 39,4, а стандартне відхилення 8,3. Ці результати вказують на наявність значних відмінностей між середнім арифметичним обох груп та більшу широту відхилення результатів відносно середнього значення у підлітків. З метою підтвердження гіпотези про наявність статистично значущих відмінностей ми використали Т-критерій Стьюдента для незалежних вибірок та отримали результат $t=3,082$ при $p \leq 0,01$, що свідчить про наявність статистично значимих відмінностей між двома групами на високому рівні та підтверджує гіпотезу.

Окрім цього, ми порівняли показники резильєнтності за ознакою статі та виявили, що у дівчат (N=42) середнє значення становить 36,8, а в хлопців (N=60) – 36,1; стандартне відхилення 9,6 та 10,6 відповідно. Результати порівняльного аналізу за Т-критерієм Стьюдента для незалежних вибірок не вказують на наявність значних відмінностей між показниками резильєнтності груп за ознакою статі.

Таблиця 3.2

Результати порівняльного аналізу показників резильєнтності за ознаками віку та статі

		Резильєнтність
Підлітки (N=52)	Середнє значення	33,5
	Стандартне відхилення	11,1
Рання юність (N=50)	Середнє значення	39,4
	Стандартне відхилення	8,3
t-критерій Стьюдента		3,082**
Дівчата (N=42)	Середнє значення	36,8
	Стандартне відхилення	9,6
Хлопці (N=60)	Середнє значення	36,1
	Стандартне відхилення	10,6
t-критерій Стьюдента		0,351

Аналіз статистично значущих відмінностей між показниками резильєнтності за ознакою віку (рис 3.4.) вказує на те, що високі показники частіше властиві особам віку ранньої юності (32 особи) порівняно з підлітками (22 особи), це може говорити про те, що резильєнтність це конструкт який залежить від віку та розвивається з часом.

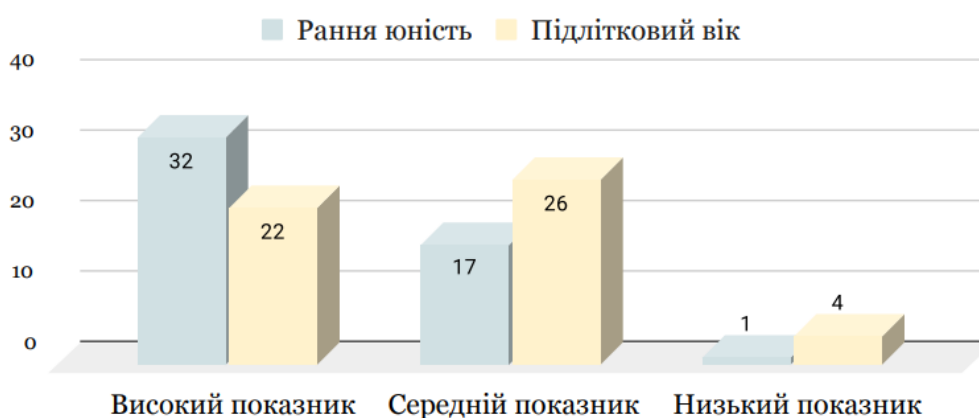


Рис 3.4. Аналіз відмінностей між показниками резильєнтності за ознакою віку (за кількістю респондентів)

За методикою «Духовний потенціал особистості» було виявлено такі результати (рис.3.5.): в загальному числі вибірки (N=102) у 6,9% досліджуваних виявлено високий рівень духовного потенціалу особистості, що означає високу здатність до розвитку власної духовності та трансценденції, середній рівень властивий 77,5% респондентів, а низький в 11,8% - в таких людей зазвичай низький інтерес до духовного зростання, що може обмежувати їхній духовний потенціал. Шкала брехні виявила нещирість у 3,9% досліджуваних, в подальших обрахунках цієї методики їхні результати не враховувались.

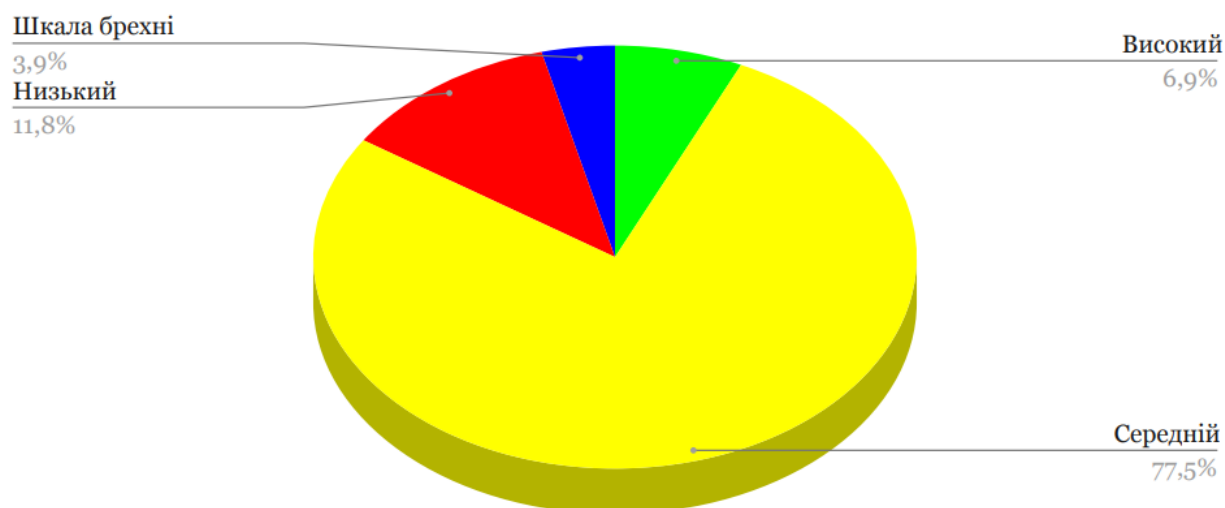


Рис 3.5. Показники духовного потенціалу за методикою «Духовний потенціал особистості» у % (N=102)

Для візуальної демонстрації результатів за окремими шкалами (де шкали «спілкування», «спрямованість», «характер», «самосвідомість», «досвід», «інтелект» та «психофізіологія» – це розподіл духовного потенціалу в підструктурах особистості, а шкали «гуманістичні», «естетичні», «екологічні», «пізнання та самопізнання», «самовдосконалення», «самореалізації» та «відповідальність» - це орієнтація особистості на духовні цінності), ми додатково використали авторську методику обрахунку даних по шкалах де 0-2 бали свідчили про низький показник, 3-5 балів – середній показник та 6-7

високий показник. Результати представлені на рисунку 3.6. Майже за всіма шкалами домінують низькі показники, що може вказувати на недостатній розвиток тих чи інших якостей, припускаємо, що це детерміновано віковими особливостями, так як особистість в даному віці лише викристалізовується і багато речей пов'язаних з духовністю для підлітків та ранньої юності можуть бути незрозумілими.

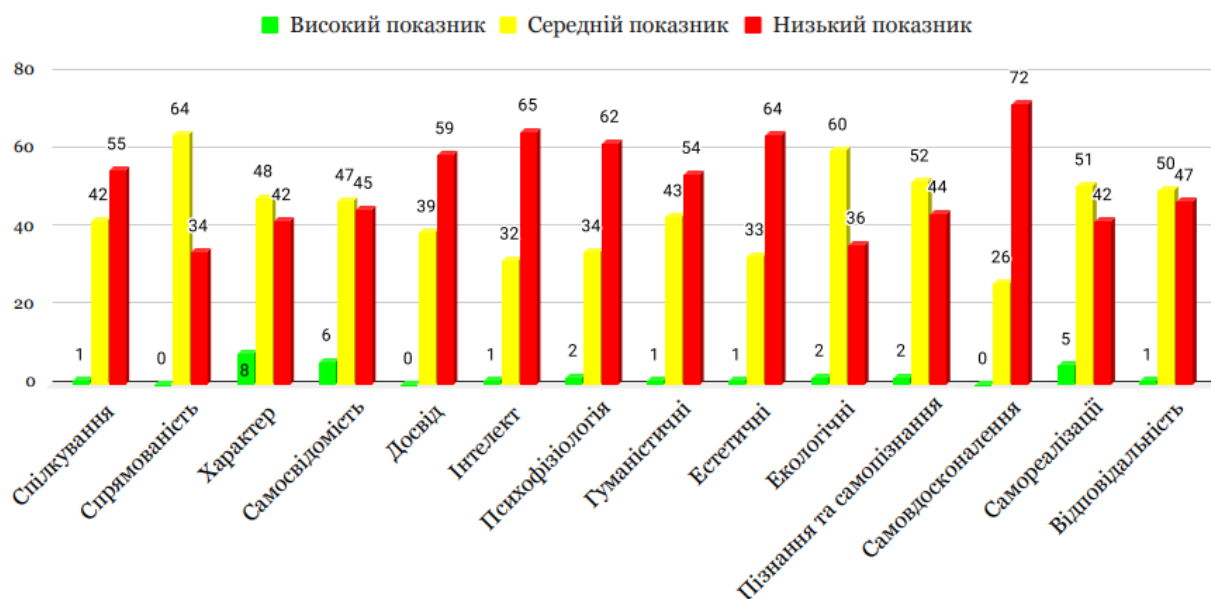


Рис. 3.6. Результати за методикою «Духовний потенціал особистості» за шкалами у кількості респондентів (N=102)

З метою виявити статистично значимі відмінності за ознакою статі та віку у вибірці (N=102) було використано Т-критерій Стюдента (табл. 3.3). Таким чином статистично значимі відмінності були виявлені між групами підлітків та осіб віку ранньої юності $t=3,330$, при $p \leq 0,01$, та між групами хлопців та дівчат на рівні $t=2,379$, при $p \leq 0,05$.

Таблиця 3.3

Результати порівняльного аналізу показників за методикою «Духовний потенціал особистості» за ознаками віку та статі

Шкали		t-критерій Стьюдента (розподіл за ознакою статі)	t-критерій Стьюдента (розподіл за ознакою віку)
Розподіл духовного потенціалу в підструктурах особистості	Спілкування	3,330**	2,379*
	Спрямованість	-0,814	-0,208
	Характер	0,669	0,649
	Самосвідомість	1,224	-0,572
	Досвід	1,245	0,527
	Інтелект	-1,019	0,027
	Психофізіологія	-1,599	0,326
Орієнтація на духовні цінності	Гуманістичні	-0,484	-0,989
	Естетичні	0,282	-0,343
	Екологічні	1,081	0,395
	Пізнання та самопізнання	1,964	1,063
	Самовдосконалення	0,208	0,799
	Самореалізації	0,075	1,398
	Відповідальність	-0,137	0,593
Духовний потенціал особистості		0,734	0,733

Аналіз статистично значимих відмінностей шкали «Спілкування» за ознакою віку (рис.3.7.) демонструє переважання середніх показників в осіб ранньої юності (25 респондентів) порівняно з підлітками (17 респондентів). Це може свідчити про те, що спосіб реалізації свого духовного потенціалу через підструктуру спілкування та обміну комунікативним досвідом є віковим надбанням.



Рис. 3.7. Аналіз відмінностей за шкалою «Спілкування» за ознакою віку (за кількістю респондентів)

Статистично значимі відмінності духовного потенціалу в підструктурі «Спілкування» за ознакою статі (рис.3.8.) демонструють наявність великого розрізу серед респондентів, які отримали низькі показники. Хлопці демонструють низькі показники духовного потенціалу в підструктурі «Спілкування» (39 осіб) значно частіше порівняно з дівчатами (16 осіб).

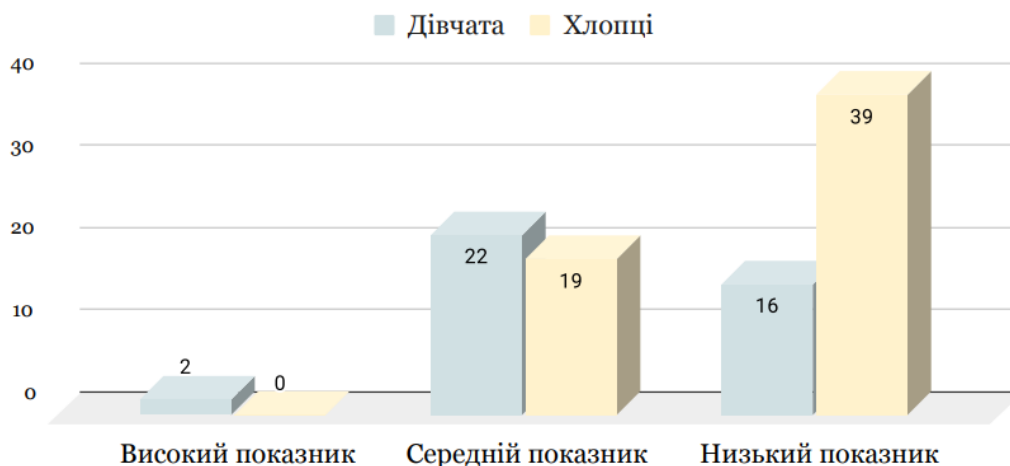


Рис. 3.8. Аналіз відмінностей за шкалою «Спілкування» за ознакою статі (за кількістю респондентів)

Методика «Визначення своїх сильних сторін (цінностей) та чеснот» К. Петерсона, М.Селігмана (адаптація Г.Лаптева, О.Власова) діагностує позитивні риси особистості та її сильні сторони. В результаті проведення даної

методики в загальній вибірці (N=102) були отримані такі результати: за шкалою мудрість і знання (рис 3.9.) за всіма субшкалами більшість досліджуваних мали середні показники. За субшкалами «Любов до знань», «Уміння спілкуватись», «Уміння бачити перспективу» високі показники були виявлені в третини досліджуваних.



Рис. 3.9. Результати діагностики за шкалою «Мудрість і знання» (N=102)

За шкалою «Мужність» було виявлено такі результати (рис.3.1.1.): близько третини досліджуваних мали високі показники за шкалою «Хорообрість». Переважаюча більшість респондентів отримала середні показники за всіма субшкалами.

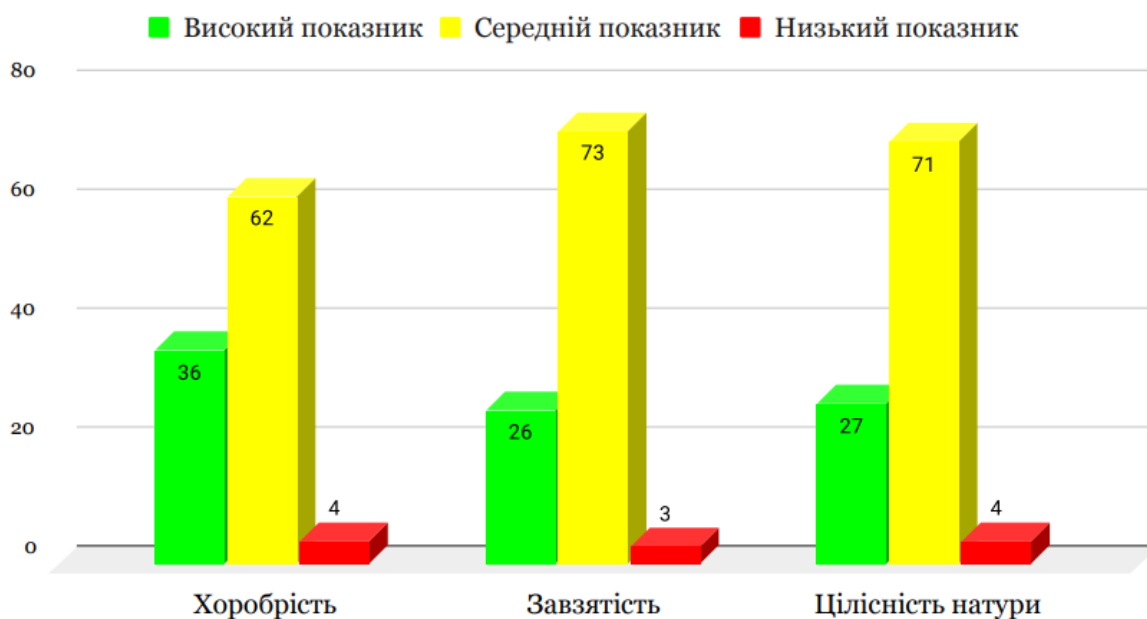


Рис. 3.1.1. Результати діагностики за шкалою «Мужність» (N=102)

За шкалою «Гуманізм і любов» (рис 3.1.2.) в обох субшкалах домінують середні показники вираженості даних рис особистості. В субшкалі «Доброта» високі показники отримали близько третини респондентів.

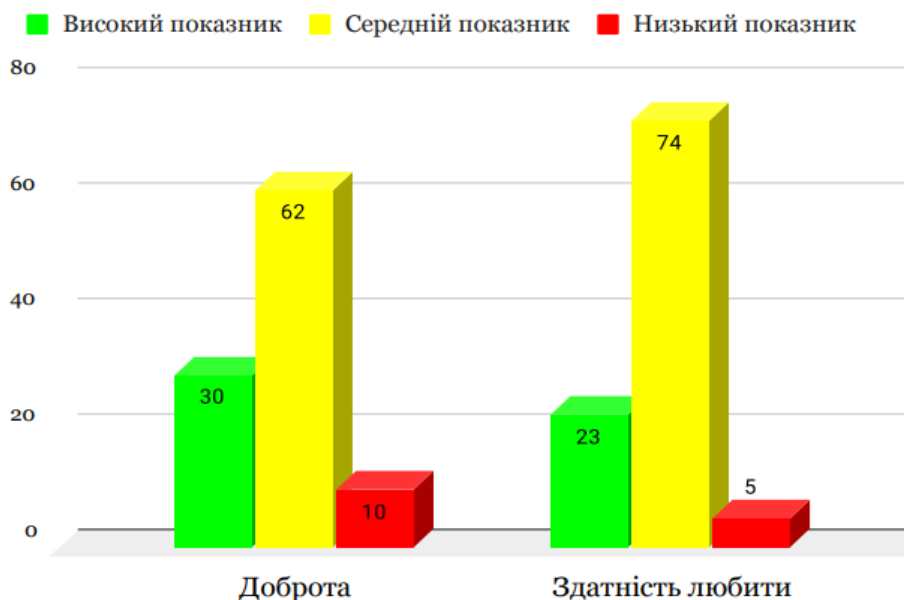


Рис.3.1.2. Результати діагностики за шкалою «Гуманізм і любов» (N=102)

За шкалою «Справедливість» (рис. 3.1.3.) в усіх субшкалах домінують середні показники. За субшкалою «Лідерські якості» близько третини досліджуваних отримало високі результати.

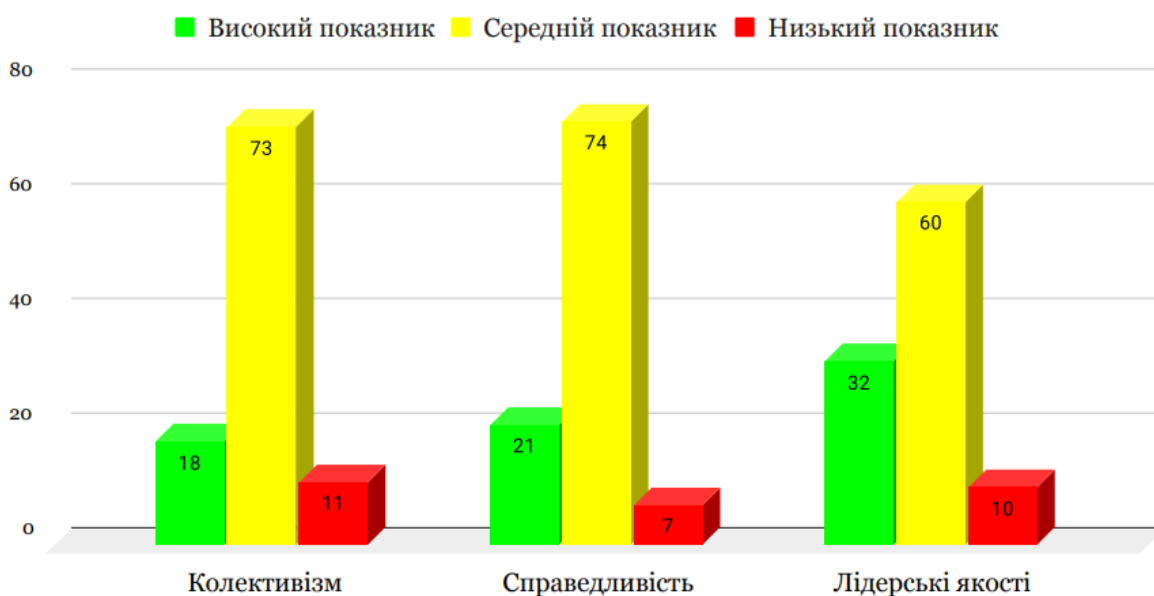


Рис.3.1.3. Результати діагностики за шкалою «Справедливість» (N=102)

За шкалою «Помірність» в субшкалі «Самоконтроль» 43 особи отримали високі результати, що складає більше третини від загальної вибірки. Однак в обох субшкалах домінують середні показники.

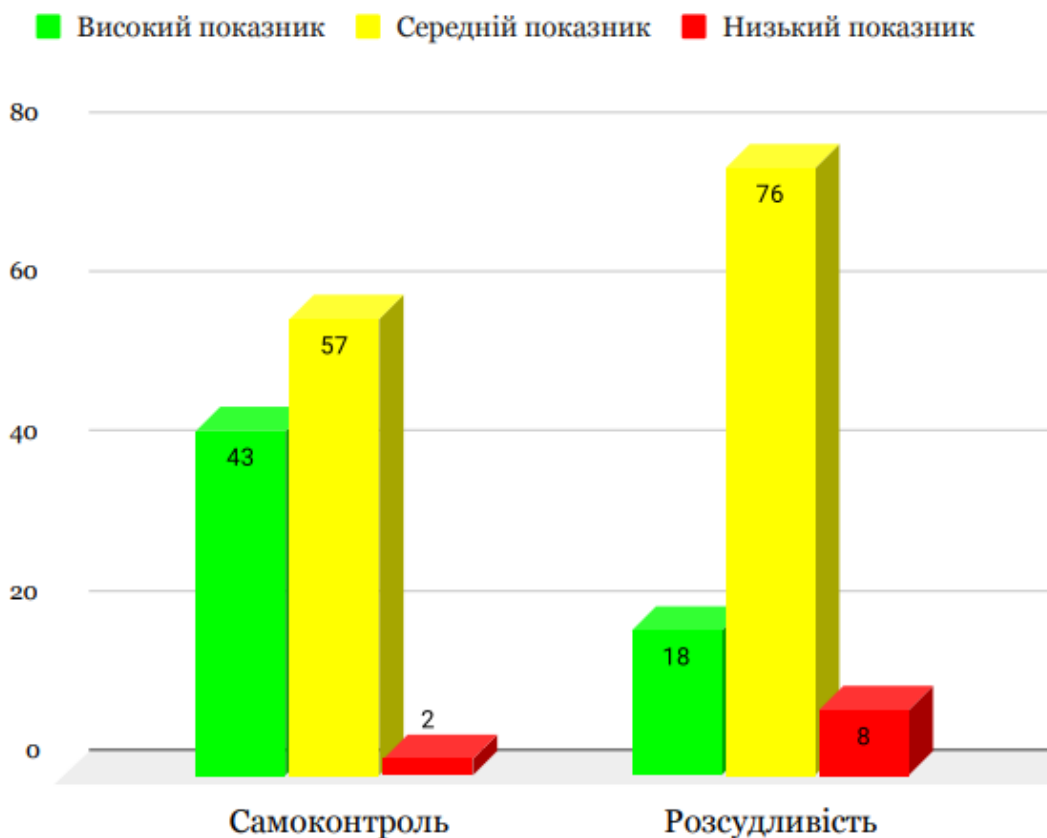


Рис.3.1.4. Результати діагностики за шкалою «Помірність» (N=102)

За шкалою «Трансцендентність» (рис.3.1.5.) майже за всіма субшкалами домінують середні показники, однак в субшкалах «Почуття прекрасного», «Надія (оптимізм)», «Осмислення життя» близько третини отримало високі показники. За шкалами «Вдячність» та «Гумор» високі показники було виявлено у близько половини від загального числа досліджуваних. Таким чином підсумовуючи можна підкреслити, що значній кількості підлітків та осіб ранньої юності властиво мати такі якості, як любов до знань, вміння спілкуватись, вміння бачити перспективу, хоробрість, доброта, лідерські

якості, самоконтроль, почуття прекрасного, вдячність, надія, осмислення життя та гумор.

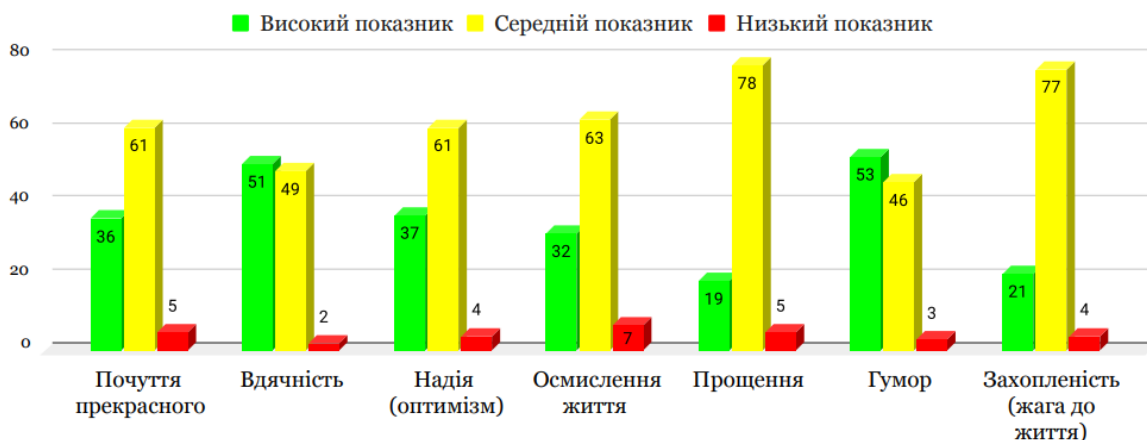


Рис.3.1.5. Результати діагностики за шкалою «Трансцендентність» (N=102)

З метою виявлення статистично значущих відмінностей у вибірці за ознаками віку та статі було застосовано Т-критерій Стьюдента для незалежних вибірок (табл. 3.4).

За ознакою віку статистично значущі відмінності було виявлено за такими субшкалами: «цілісність природи» $t=3,055$, при $p \leq 0,01$; «почуття прекрасного» $t=2,348$, при $p \leq 0,05$.

За ознакою статі статистично значущі відмінності було виявлено за такими субшкалами: «уміння бачити перспективу» $t=2,821$, при $p \leq 0,01$; «завзятість» $t= -2,168$, при $p \leq 0,05$; «цілісність природи» $t=2,228$, при $p \leq 0,05$; «справедливість» $t= -2,075$, при $p \leq 0,05$; «почуття прекрасного» $t=3,710$, при $p \leq 0,01$; «гумор» $t=2,287$, при $p \leq 0,05$.

Таблиця 3.4

Результати порівняльного аналізу показників за методикою «Визначення своїх сильних сторін (цінностей) та чеснот» К. Петерсона, М.Селігмана (адаптація Г.Лаптева, О.Власова)» за ознаками віку та статі

		t-критерій Стьюдента (розподіл за ознакою віку)	t-критерій Стьюдента (розподіл за ознакою статі)
Мудрість і знання	Допитливість	0,075	0,277
	Любов до знань	0,293	0,896
	Здатність до суджень (критичне мислення)	0,994	-1,842
	Винахідливість	-0,323	0,666
	Уміння спілкуватись	1,217	0,858
	Уміння бачити перспективу	1,031	2,821
Мужність	Хорообрість	0,787	-0,863
	Завзятість	0,420	-2,168
	Цілісність природи	3,055	2,288
Гуманізм і любов	Доброта	-0,405	-0,564
	Здатність любити	1,321	1,692
Справедливість	Колективізм	-1,067	-0,800
	Справедливість	-1,156	-2,075
	Лідерські якості	1,012	0,300
Помірність	Самоконтроль	-0,284	-1,278
	Розсудливість	1,841	0,137
Трансцендентність	Почуття прекрасного	2,348	3,710
	Вдячність	-0,277	0,863
	Надія (оптимізм)	1,547	0,159
	Осмислення життя	0,148	-0,407
	Прощення	0,435	-0,986

	Гумор	-0,213	2,587
	Захопленість (жага до життя)	-0,196	0,244

Аналіз статистично значимих відмінностей за ознакою статі по субшкалі «Уміння бачити перспективу» (рис.3.1.6.) демонструє значущі відмінності середніх показників, що переважають у хлопців, однак високі показники частіше зустрічались у дівчат.

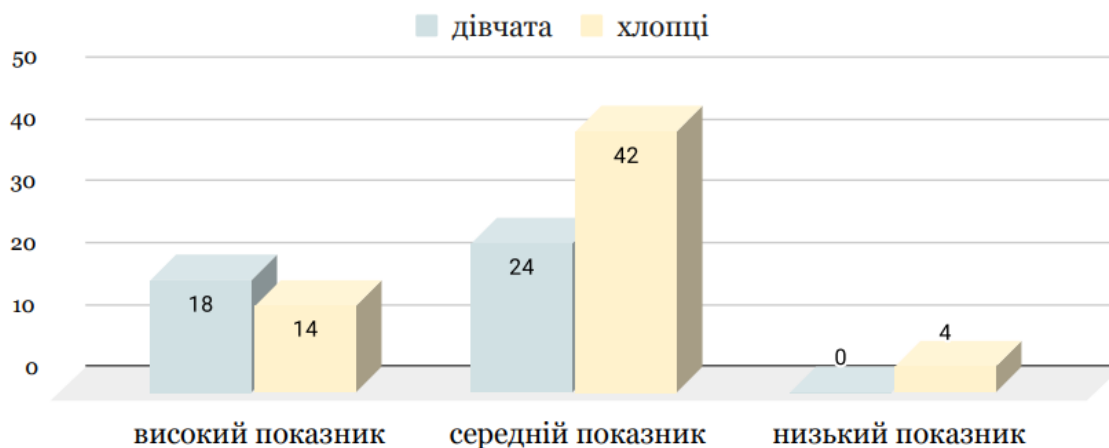


Рис.3.1.6. Порівняння за ознакою статі субшкали «Уміння бачити перспективу» за кількістю респондентів

Аналіз статистично значимих відмінностей за ознакою статі по субшкалі «Завзятість» (рис.3.1.7.) вказує на вищі показники серед хлопців (18 осіб) порівняно з дівчатами (8 осіб).

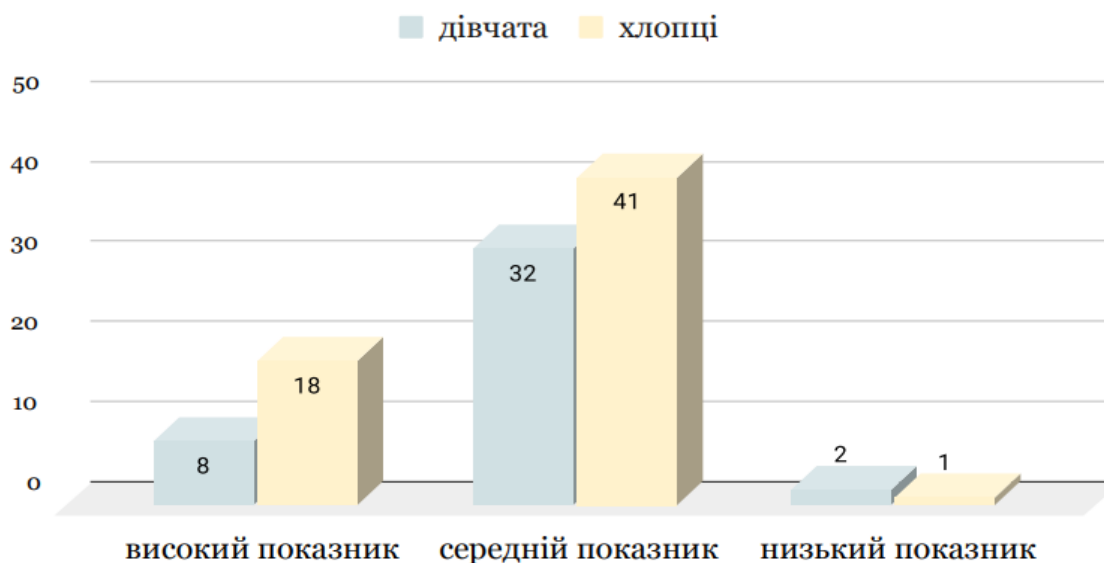


Рис.3.1.7. Порівняння за ознакою статі субшкали «Завзятість» за кількістю респондентів

За субшкалою «Цілісність природи» (рис.3.1.8) статистично значущі значення за ознакою статі виявлено серед числа середніх показників. Серед хлопців середній рівень діагностовано у 45 осіб тоді як в дівчат в 26. Однак дещо частіше у дівчат високі показники (15 осіб) порівняно з хлопцями (12 осіб).

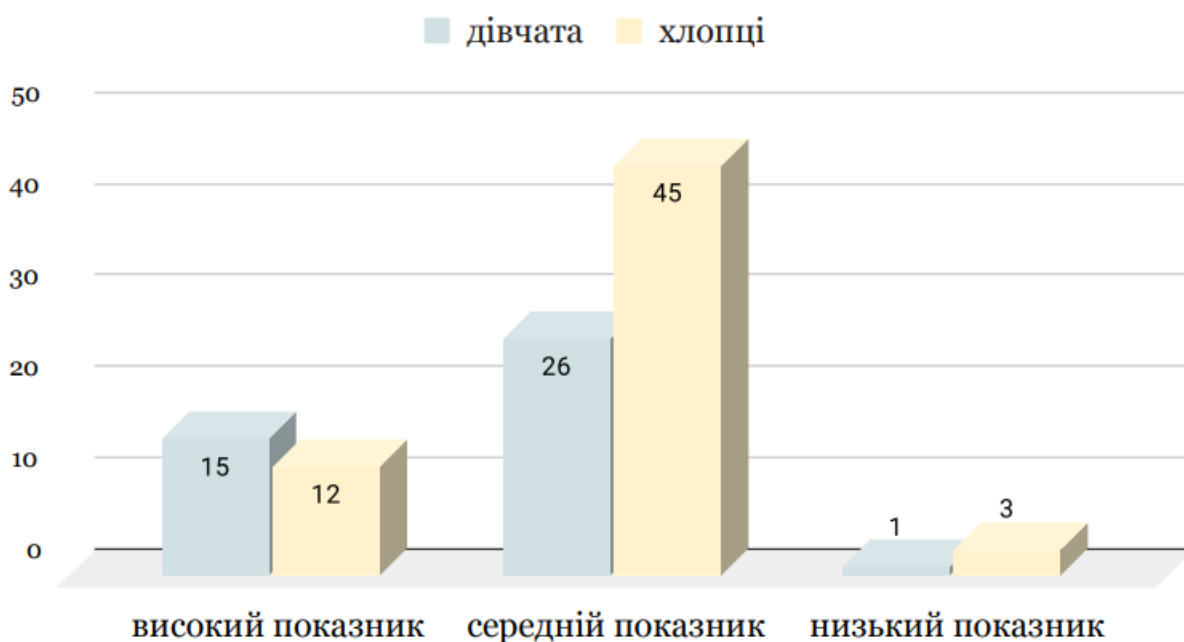


Рис.3.1.8. Порівняння за ознакою статі субшкали «Цілісність природи» за кількістю респондентів

Аналіз статистично значущих відмінностей за результатами субшкали «Справедливість» (рис.3.1.9.) вказують на те, що для хлопців високі показники є більш характерними порівняно з дівчатами. У хлопців високі показники отримали 15 осіб тоді, як в дівчат всього 6. Незначний розрив також було виявлено за середніми показниками, у хлопців в цілому середні показники зустрічались частіше – 43 респондента, а у дівчат – 31 респондент.

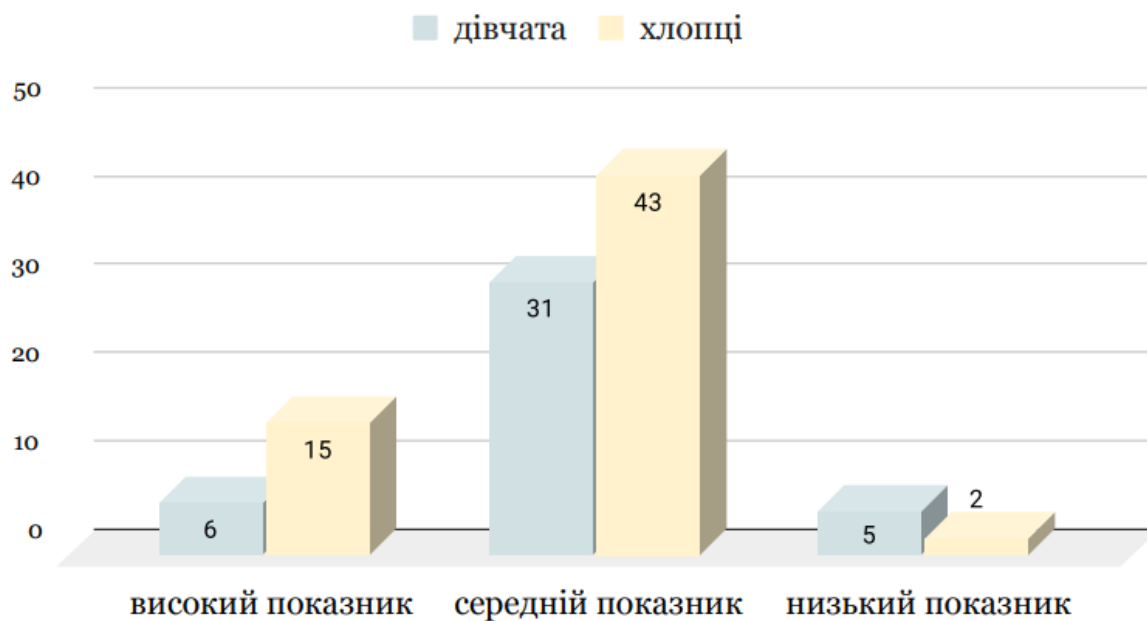


Рис.3.1.9. Порівняння за ознакою статі субшкали «Справедливість» за кількістю респондентів

Високі бали за субшкалою «Почуття прекрасного» отримало більше дівчат (22 особи) ніж хлопців (14 осіб). Однак середні показники домінували серед хлопців і становили 43 особи порівняно з дівчатами – 18 осіб.

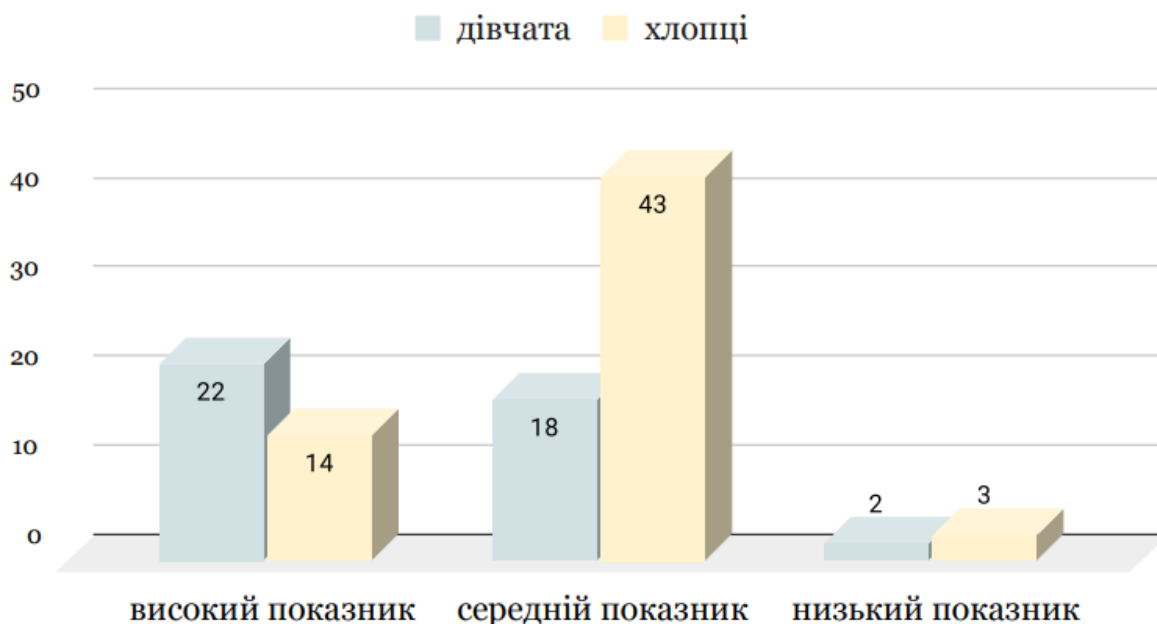


Рис.3.2.1. Порівняння за ознакою статі субшкали «Почуття прекрасного» за кількістю респондентів

Статистично значущі відмінності також було виявлено за субшкалою «Гумор». Серед дівчат високі показники зустрічалися частіше (29 осіб) ніж серед хлопців (24 особи). Помітний розрив був за середніми показниками, серед хлопців середній бал отримало 34 досліджуваних, тоді як серед дівчат 12.

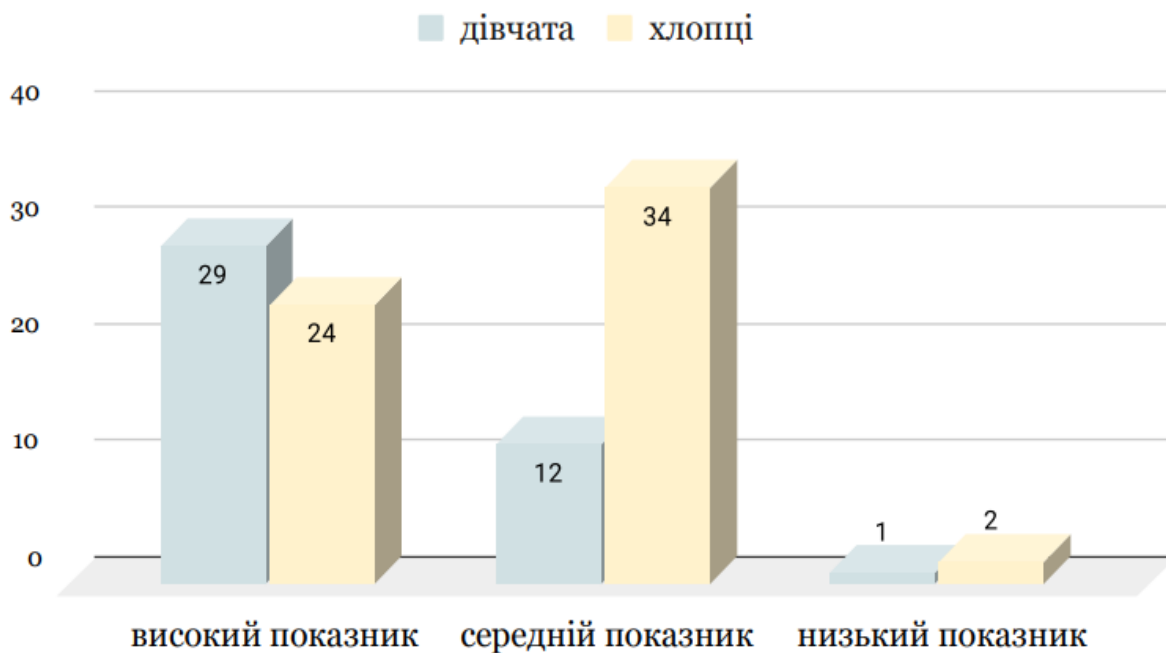


Рис.3.2.2. Порівняння за ознакою статі субшкали «Цілісність природи» за кількістю респондентів

Аналіз статистично значущих відмінностей за віковою ознакою дозволив виявити, що за субшкалою «Цілісність природи» (рис.3.2.3) високі показники частіше зустрічалися серед осіб віку ранньої юності (17 осіб) ніж серед підлітків (10 осіб). Незначний розрив виявлено за середніми показниками, так у осіб ранньої юності середні показники зустрічалися дещо рідше (33 особи) ніж у підлітків 38 осіб).

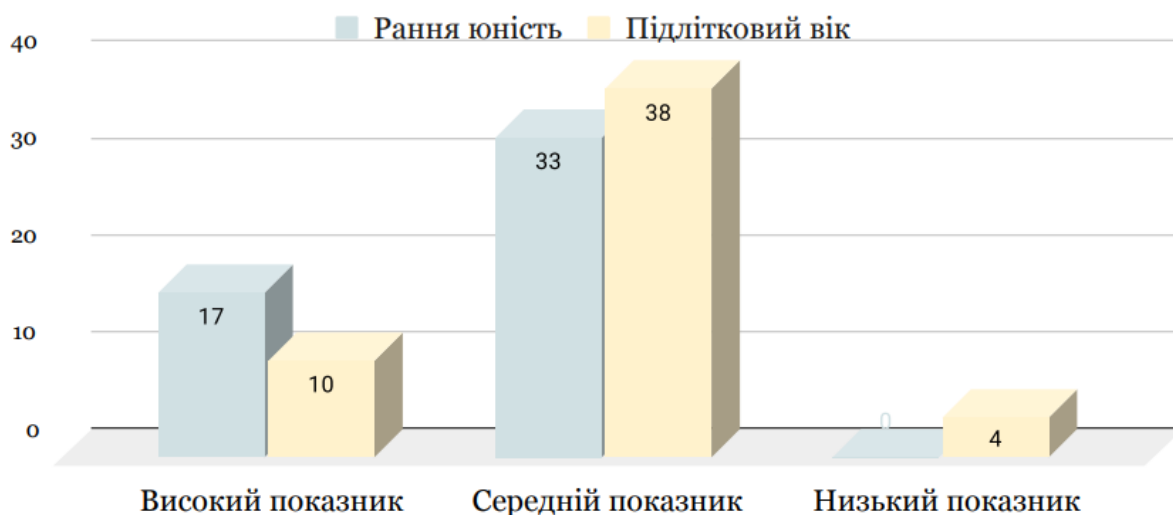


Рис.3.2.3. Порівняння за ознакою віку субшкали «Цілісність природи» за кількістю респондентів

Вікові відмінності за субшкалою «почуття прекрасного» (рис.3.2.4.) вказують на переважання високих показників серед осіб ранньої юності (23 особи) порівняно з підлітками (13 осіб). Середні показники частіше зустрічались серед підлітків (36 осіб) ніж серед осіб віку ранньої юності (25 осіб).

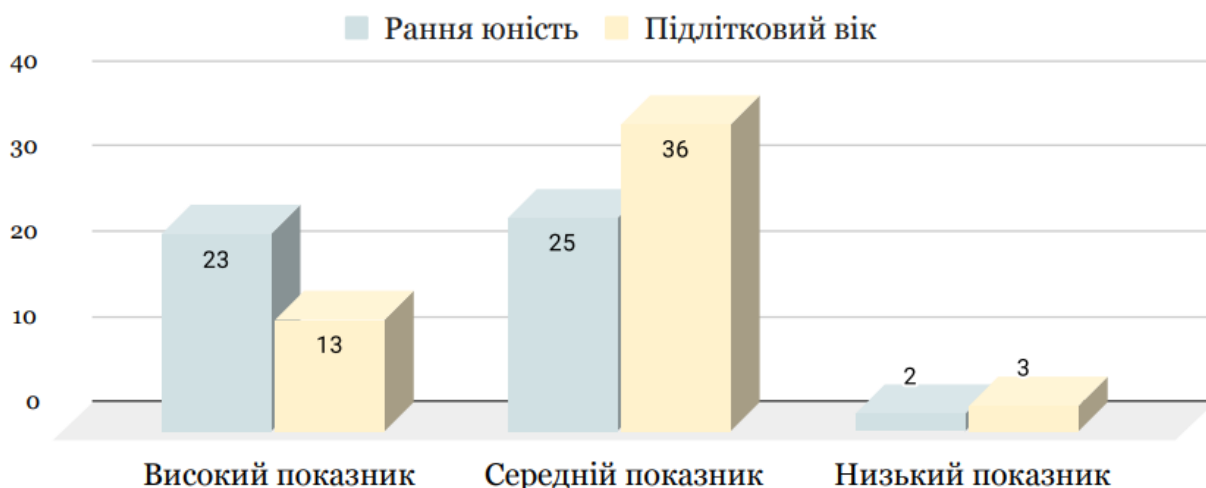


Рис.3.2.4. Порівняння за ознакою віку субшкали «Почуття прекрасного» за кількістю респондентів

Задля додаткових даних про структуру цінностей у вибірці ми модифікували методику «Здійснення бажань» таким чином щоб респонденти з списку 16 перчислених цінностей обрали для себе найголовнішу та поставили її на перше місце. За результатами цього ми підсумували загальну кількість респондентів, що надали цінностям перший пріоритет та структурували (рис. 3.2.5.) . Загальні обчислення проводились лише серед 64 учасників дослідження, так як це був додатковий інструмент і його проходження для учасників було добровільним.

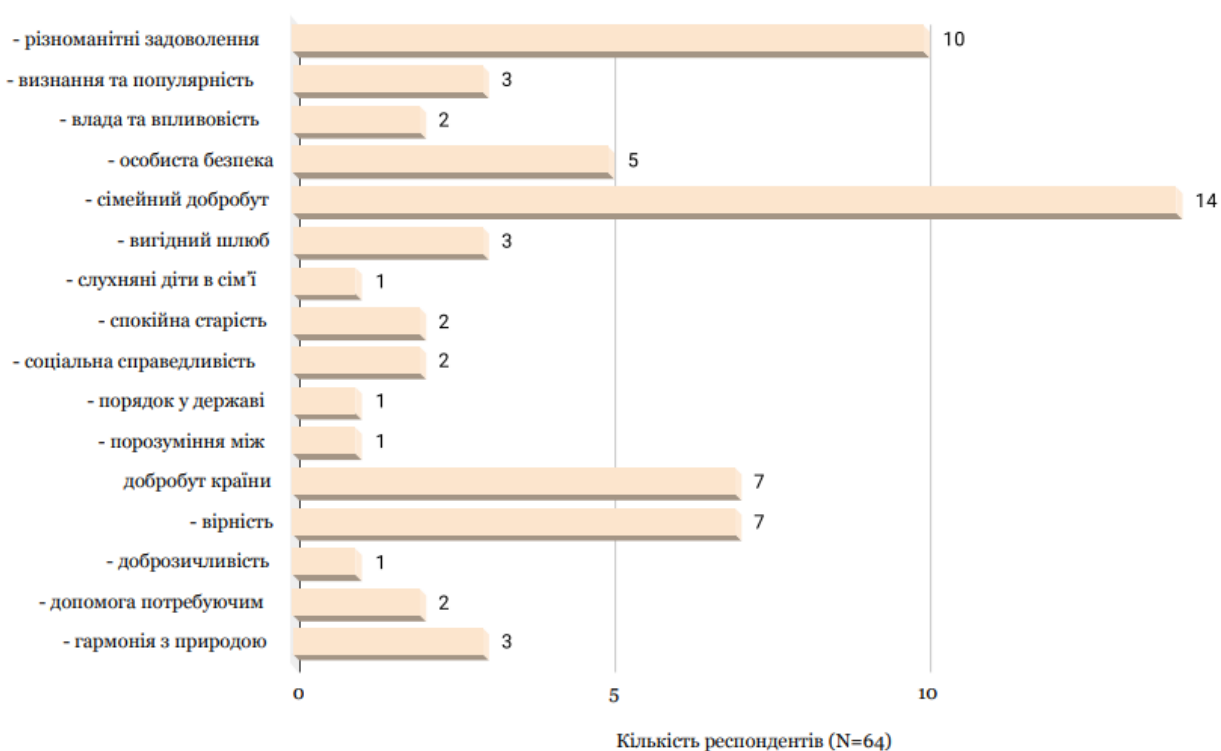


Рис.3.2.5. Результати за модифікованим варіантом методики «Здійснення бажань» (N=64)

3.2.2 Результати кореляційного аналізу взаємозв'язку духовних цінностей та резильєнтності у підлітків

Результати кореляційного аналізу за методиками «CD-RISC-10» та «Духовний потенціал особистості» демонструють такі дані (додаток Д):

Шкала «резильєнтність» позитивно корелює з шкалою «Самосвідомість» ($r=0,316$, $p<0,05$), тобто для осіб які реалізують свій духовний потенціал через підструктуру самосвідомості, а отже через самопізнання та усвідомлення своїх сильних та слабких рис характерний вищий рівень резильєнтності та загальної життєвої стійкості, припускаємо, що це пов'язано з глибшим розумінням власних можливостей такими людьми, а отже більшою готовністю діяти.

Шкала «резильєнтність» позитивно корелює з шкалою «інтелект» ($r=0,323$, $p<0,05$), що може свідчити про важливу роль інтелекту в духовному зростанні та формуванні резильєнтності. Ймовірно для осіб які частіше читають духовну літературу або намагаються осмислити складні буттєві конструкції характерно бути більш гнучкими до життєвих незгод.

Шкала «резильєнтність» позитивно корелює з шкалою «психофізіологія» ($r=0,382$, $p<0,05$), що вказує на те, що важливу роль для резильєнтності грають і особливості функціонування нервової системи людини. Припускаємо, що все ж людям з слабкою нервовою системою важче справлятися з складними обставинами та труднощами.

Шкала «резильєнтність» позитивно корелює з шкалою «екологічні» ($r=0,310$, $p<0,05$), яка відображає орієнтацію на духовні цінності та свідчить про те, що турбота про довкілля сприяє резильєнтності для досліджуваних.

Шкала «резильєнтність» позитивно корелює з шкалою «самореалізація» ($r=0,506$, $p<0,01$), це вказує на високе значення відчуття життєвої здійсненності та реалізованості для подолання складних обставин та збереження оптимальної особистісної ефективності.

Шкала «резильєнтність» позитивно корелює з шкалою «духовний потенціал особистості» ($r=0,494$, $p<0,05$), отже загальний духовний потенціал є важливою складовою резильєнтності і підтверджує концептуальну модель нашого дослідження.

З метою отримати додаткові дані про особливості впливу позитивних якостей особистості на резильєнтність було проведено кореляційний взаємозв'язок за методиками «CD-RISC-10» та «Визначення своїх сильних сторін (цінностей) та чеснот» К. Петерсона, М.Селігмана» та отримано такі результати (додаток Г):

Шкала «резильєнтність» позитивно корелює з такими субшкалами: «здатність до суджень (критичне мислення)» ($r=0,363$, $p<0,05$); «уміння спілкуватись» ($r=0,374$, $p<0,05$); «уміння бачити перспективу» ($r=0,369$, $p<0,05$); «хоробрість» ($r=0,593$, $p<0,01$); завзятість ($r=0,384$, $p<0,05$); лідерські якості ($r=0,458$, $p<0,05$); «надія (оптимізм)» ($r=0,489$, $p<0,05$); «осмислення життя» ($r=0,479$, $p<0,05$); «гумор» ($r=0,331$, $p<0,05$); «захопленість (жага до життя)» ($r=0,456$, $p<0,05$), отримані дані вказують на те, що особам, в яких розвинені вище перелічені якості, властиво легше проходити через складні життєві етапи, бути більш гнучкими та легше адаптовуватись до нових умов середовища, тобто бути більш резильєнтними.

3.3. Умови оптимізації резильєнтності у підлітків

3.3.1 Розробка гри

З метою оптимізації резильєнтності серед підлітків було розроблено настільну карткову гру, яка спрямована покращити показники резильєнтності шляхом стимулювання розвитку цінностей та якостей, які демонструють високий взаємозв'язок з резильєнтністю в нашому дослідженні.

За основу для розробку гри було використано емпіричну модель нашого дослідження (додаток Е). Гра додається окремо (додаток Є).

Назва гри «Подолати шторм»

Мета: оптимізація резильєнтності підлітків

Цільова аудиторія: підлітки віком більше 12 років та старші.

Вид та принцип гри, що лежить в основі механіки: заробляння балів.

Правила гри: кожен гравець по черзі тягне картки з завданнями, перемагає той гравець який в кінці гри має найбільше балів.

Інструкція: Вам надано набір предметів серед яких є навігаційна карта з рівнями (20 рівнів), колесо фортуни, картки з завданнями (30 штук), картки скарбів (20 штук), картки маяка (10 штук), картки долі (10 штук), та фішки.

Картки розкладаються на дві колоди, перша це картки маяка, а друга всі інші картки (картки з завданнями, картки скарбів та картки долі). Все починається з того, що один з учасників робить перший хід, тягне картку з другої колоди та виконує завдання написане на картці. Далі хід переходить до наступного гравця. На 12 рівні кожен з гравців тягне картку маяка, яка дає можливість заробити додаткові бали.

Гра продовжується поки всі гравці не потраплять на порт. Гравець який потрапляє на порт більше не бере участі в грі, а лише спостерігає. Учасник, який при потраплянні на порт отримує найбільшу кількість балів перемагає.

Висновки до розділу 3

Метою емпіричної частини нашого дослідження було виявити закономірностей взаємозв'язку духовних цінностей та резильєнтності.

Ми виявили, що у вибірці переважають високі показники резильєнтності та середній рівень духовного потенціалу. Також встановлено, що існує взаємозв'язок між загальним духовним потенціалом особистості та резильєнтністю. Окрім цього взаємозв'язок з резильєнтністю демонструє підструктура самосвідомості, інтелекту та психофізіології. Серед духовних цінностей кореляцію з резильєнтністю було виявлено з цінностями екологічними та цінностями самореалізації. Додатково було встановлено взаємозв'язок між резильєнтністю та сильними рисами такими, як: здатність

до суджень, уміння спілкуватись, уміння бачити перспективу, хоробрість, завзятість, лідерські якості, надія, осмисленість життя, гумор та захопленість.

Було констатовано наявність статистично значущих відмінностей за ознаками віку за такими шкалами, як резильєнтність, спілкування, цілісність природи та почуття прекрасного, результати за якими були вищими у осіб віку ранньої юності. Окрім цього виявили статистичні розбіжності за ознакою статі за шкалами: спілкування, цілісність природи, уміння бачити перспективу, завзятість, справедливість, почуття прекрасного, гумор.

З метою оптимізації резильєнтності серед підлітків було розроблено авторську карткову гру.

ВИСНОВКИ

Узагальнення теоретико-емпіричних результатів дослідження взаємозв'язку духовних цінностей та резильєнтності у підлітків дає підстави зробити такі висновки:

1. Духовні цінності – це духовні взірці, еталонні норми моралі, які відображають історичний хід розвитку людської цивілізації і мотивують людину до духовного самовдосконалення, самоздійснення та добрих вчинків. Можна виділити такі духовні цінності, як краса, істина, мудрість, святість, справедливість тощо. Вони є константними та всеосяжними, можуть видозмінюватись залежно від культури та історичних подій, але залишаються спільними для всіх людей. Духовні цінності додають людині віри, життєвого сенсу та покращують психічне здоров'я і загальний психологічний стан.

2. В складних життєвих обставинах однією з рис, яка допомагає проходити через труднощі швидко адаптуючись та залишаючись ефективним є резильєнтність. Резильєнтність трактують як життєстійкість, здатність до відновлення, особливий тип функціонування нервової системи, динамічний процес формування опору, що розвивається в часі та позитивна адаптація до умов життя.

3. Емпіричним шляхом було встановлено, що в більшості респондентів домінують високі показники резильєнтності. Духовний потенціал особистості у вибірці переважає на середньому рівні. Серед духовних ціннісних орієнтацій, які найбільше притаманні досліджуваним можна виділити: екологічні, пізнання та самопізнання і самореалізація, однак виражені вони на середньому рівні, що швидше за все вказує на віковий аспект тобто духовність розвивається по мірі дорослішання. Окрім цього ми досліджували сильні сторони особистості і виявили, що серед позитивних рис найбільші показники було отримані за такими шкалами як: любов до знань, вміння спілкуватись, вміння бачити перспективу, хоробрість, доброта, лідерські якості, самоконтроль, почуття прекрасного, вдячність, надія,

осмислення життя та гумор. Порівняльний аналіз за результатами методик дав такий результат: було констатовано наявність статистично значущих відмінностей за ознаками віку за такими шкалами, як резильєнтність, спілкування, цілісність природи та почуття прекрасного, результати за якими були вищими у осіб віку ранньої юності, також виявили статистичні розбіжності за ознакою статі за шкалами: спілкування, цілісність природи, вміння бачити перспективу, завзятість, справедливість, почуття прекрасного, гумор. Кореляційний аналіз встановив наявність статистично значущого взаємозв'язку між загальним духовним потенціалом особистості та резильєнтністю, також взаємозв'язок з резильєнтністю демонструє підструктура самосвідомості, інтелекту та психофізіології, серед духовних цінностей кореляцію з резильєнтністю було виявлено з цінностями екологічними та цінностями самореалізації. Додатково було встановлено взаємозв'язок між резильєнтністю та сильними рисами такими, як: здатність до суджень, вміння спілкуватись, вміння бачити перспективу, хоробрість, завзятість, лідерські якості, надія, осмисленість життя, гумор та захопленість.

4. Отримані результати дають можливість констатувати тісний взаємозв'язок між духовними цінностями та резильєнтністю, а саме те, що високий рівень розвитку духовності та духовних цінностей особистості сприяє високому рівню резильєнтності.

5. В перспективі я планую дослідити ефективність гри для оптимізації резильєнтності у підлітків.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Alawiyah, T., Bell, H., Pyles, L., & Runnels, R. C. (2011). Spirituality and faith-based interventions: Pathways to disaster resilience for African American Hurricane Katrina survivors. *Journal of Religion & Spirituality in Social Work: Social Thought*, 30(3), 294-319.
2. Aldwin, C. M., & Levenson, M. R. (2001). Stress, coping, and health at mid-life. *The handbook of midlife development*, 188-214.
3. Aldwin, C. M., & Levenson, M. R. (2004). Posttraumatic growth: A developmental perspective. *Psychological Inquiry*, 15(1), 19-22.
4. American Psychological Association. (2012). Building your resilience. <https://www.apa.org>.
URL: <https://www.apa.org/topics/resilience/building-your-resilience>
5. APA (2002). Developing adolescents: A reference for professionals. Washington, DC: American Psychological Society.
6. Arain, M., Haque, M., Johal, L., Mathur, P., Nel, W., Rais, A., Sandhu, R., & Sharma, S. (2013). Maturation of the adolescent brain. *Neuropsychiatric disease and treatment*, 9, 449–461.
7. Atkinson, P. A., Martin, C. R., & Rankin, J. (2009). Resilience revisited. *Journal of psychiatric and mental health nursing*, 16(2), 137-145.
8. Babić, R., Babić, M., Rastović, P., Ćurlin, M., Šimić, J., Mandić, K., & Pavlović, K. (2020). Resilience in Health and Illness. *Psychiatria Danubina*, 32(Suppl 2), 226–232.
9. Beardsley, L. M. (2004). Spiritual intelligence and the bible. *Loma Linda, CA: Loma Linda University, Dominican Republic*.
10. Cai, W. P., Pan, Y., Zhang, S. M., Wei, C., Dong, W., & Deng, G. H. (2017). Relationship between cognitive emotion regulation, social support, resilience and acute stress responses in Chinese soldiers: Exploring multiple mediation model. *Psychiatry research*, 256, 71-78.

11. Chen, X., Wang, Y., & Yan, Y. (2016). The essential resilience scale: instrument development and prediction of perceived health and behaviour. *Stress and Health, 32*(5), 533-542.
12. Childs, E., & De Wit, H. (2014). Regular exercise is associated with emotional resilience to acute stress in healthy adults. *Frontiers in physiology, 161*.
13. Choi, S. A., & Hastings, J. F. (2019). Religion, spirituality, coping, and resilience among African Americans with diabetes. *Journal of religion & spirituality in social work, 38*(1), 93–114.
14. Dias, P. C., & Cadime, I. (2017). Protective factors and resilience in adolescents: The mediating role of self-regulation. *Psicologia educativa, 23*(1), 37-43.
15. Dias, R., Santos, R. L., Sousa, M. F. B. D., Nogueira, M. M. L., Torres, B., Belfort, T., & Dourado, M. C. N. (2015). Resilience of caregivers of people with dementia: a systematic review of biological and psychosocial determinants. *Trends in psychiatry and psychotherapy, 37*, 12-19.
16. Dienstbier, R. A. (1989). Arousal and physiological toughness: implications for mental and physical health. *Psychological review, 96*(1), 84.
17. Dienstbier, R. A. (1992). Mutual impacts of toughening on crises and losses. *Life crises and experiences of loss in adulthood, 367-384*.
18. Duran, S., Avci, D., & Esim, F. (2020). Association Between Spiritual Well-Being and Resilience Among Turkish Hemodialysis Patients. *Journal of religion and health, 59*(6), 3097–3109.
19. Färber, F., & Rosendahl, J. (2018). The association between resilience and mental health in the somatically ill: A systematic review and meta-analysis. *Deutsches Ärzteblatt International, 115*(38), 621.
20. Faye, C., McGowan, J. C., Denny, C. A., & David, D. J. (2018). Neurobiological Mechanisms of Stress Resilience and Implications for the Aged Population. *Current neuropharmacology, 16*(3), 234–270.
21. Fletcher, D., & Sarkar, M. (2013). Psychological resilience. *European psychologist.*

22. Folkman, S. (1997). Positive psychological states and coping with severe stress. *Social science & medicine*, 45(8), 1207-1221.
23. Francis, L. J., & Loudon, S. H. (2000). The Francis-Louden mystical orientation scale (MOS): A study among Roman Catholic priests. In *Research in the Social Scientific Study of Religion, Volume 11* (pp. 99-116). Brill.
24. Frankl, V. E. (2004). *Man's search for meaning: The classic tribute to hope from the Holocaust*. Random House.
25. Giedd, J. N. (2004). Structural magnetic resonance imaging of the adolescent brain. *Annals of the new york academy of sciences*, 1021(1), 77-85.
26. Gloria, C. T., & Steinhardt, M. A. (2016). Relationships among positive emotions, coping, resilience and mental health. *Stress and Health*, 32(2), 145-156.
27. Gross Jr, F. L. (1987). *Introducing Erik Erikson: An invitation to his thinking*. University Press of America.
28. Hanfstingl, B. (2013). Ego and spiritual transcendence: relevance to psychological resilience and the role of age. *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine*, 2013.
29. Hobfoll, S. E. (1988). *The ecology of stress*. Taylor & Francis.
30. Imran, A., Tariq, S., Kapczinski, F., & Cardoso, T. A. (2022). Psychological resilience and mood disorders: a systematic review and meta-analysis. *Trends in psychiatry and psychotherapy*, 10.47626/2237-6089-2022-0524. Advance online publication.
31. Inhelder, B., & Piaget, J. (1958). *The growth of logical thinking from childhood to adolescence: An essay on the construction of formal operational structures* (Vol. 22). Psychology Press.
32. Kail, R. V., & Cavanaugh, J. C. (2016). *Essentials of human development: A life-span view*. Cengage Learning.
33. Khosravi, M., & Nikmanesh, Z. (2014). Relationship of spiritual intelligence with resilience and perceived stress. *Iranian journal of psychiatry and behavioral sciences*, 8(4), 52-56.

34. Kubitza, J., Große, G., Schütte-Nütgen, K., & Frick, E. (2022). Influence of spirituality on moral distress and resilience in critical care staff: A scoping review. *Intensive & critical care nursing*, 76.
35. Kwok, A. H., Doyle, E. E., Becker, J., Johnston, D., & Paton, D. (2016). What is 'social resilience'? Perspectives of disaster researchers, emergency management practitioners, and policymakers in New Zealand. *International Journal of Disaster Risk Reduction*, 19, 197-211.
36. Lalani, N., Drolet, J. L., McDonald-Harker, C., Brown, M. R. G., Brett-MacLean, P., Agyapong, V. I. O., Greenshaw, A. J., & Silverstone, P. H. (2021). Nurturing Spiritual Resilience to Promote Post-disaster Community Recovery: The 2016 Alberta Wildfire in Canada. *Frontiers in public health*, 9, 682558.
37. Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer publishing company.
38. Lundberg, J., & Johansson, B. J. (2015). Systemic resilience model. *Reliability Engineering & System Safety*, 141, 22-32.
39. Lyons, D. M., & Parker, K. J. (2007). Stress inoculation- induced indications of resilience in monkeys. *Journal of Traumatic Stress: Official Publication of the International Society for Traumatic Stress Studies*, 20(4), 423-433.
40. Meichenbaum, D. (1993). Changing conceptions of cognitive behavior modification: Retrospect and prospect. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 61(2), 202.
41. Mihic-Gongora, L., Jiménez-Fonseca, P., Hernandez, R., Gil-Raga, M., Pacheco-Barcia, V., Manzano-Fernández, A., Hernando-Polo, S., Antoñanzas-Basa, M., Corral, M. J., Valero-Arbizu, M., & Calderon, C. (2022). Psychological distress and resilience in patients with advanced cancer during the Covid-19 pandemic: the mediating role of spirituality. *BMC palliative care*, 21(1), 146.
42. Miyake, A., & Friedman, N. P. (2012). The nature and organization of individual differences in executive functions: Four general conclusions. *Current directions in psychological science*, 21(1), 8-14.

43. Movahedimoghadam, F., Naderi, N., Shabani, F., & Fathollahi, M. S. (2022). Effect of Spiritual Care Program on Resilience in Patients with Heart Failure: A Randomized Controlled Clinical Trial. *Iranian journal of nursing and midwifery research*, 27(4), 266–273.
44. Ong, A. D., Bergeman, C. S., Bisconti, T. L., & Wallace, K. A. (2006). Psychological resilience, positive emotions, and successful adaptation to stress in later life. *Journal of personality and social psychology*, 91(4), 730.
45. Padesky, C. A., & Mooney, K. A. (2012). Strengths- based cognitive– behavioural therapy: A four- step model to build resilience. *Clinical psychology & psychotherapy*, 19(4), 283-290.
46. Park, C. L. (2016). Meaning making in the context of disasters. *Journal of clinical psychology*, 72(12), 1234-1246.
47. Park, C. L. (2016). Meaning making in the context of disasters. *Journal of clinical psychology*, 72(12), 1234-1246.
48. Patel, S. S., Rogers, M. B., Amlôt, R., & Rubin, G. J. (2017). What do we mean by 'community resilience'? A systematic literature review of how it is defined in the literature. *PLoS currents*, 9.
49. Patricia Crone. (1989). *Pre-Industrial Societies: New Perspectives on the Past*. Blackwell Publishing.
50. Peterson & Seligman. (2004). *Character strengths and virtues: a handbook and classification*. Washington, DC: APA Press.
51. PubMed. (2022) Resilience. National Library of Medicine.
52. Robinson, R. C. (2016, March 31). postindustrial society. Encyclopedia Britannica. <https://www.britannica.com/money/topic/postindustrial-society>
53. Rogers, M., Windle, A., Wu, L., Taylor, V., & Bale, C. (2022). Emotional well-being, spiritual well-being and resilience of advanced clinical practitioners in the United Kingdom during COVID-19: an exploratory mixed method study. *Journal of nursing management*, 30(4), 883–891.
54. Sapienza, J. K., & Masten, A. S. (2011). Understanding and promoting resilience in children and youth. *Current opinion in Psychiatry*, 24(4), 267-273.

55. Schäfer, J., Wittchen, H. U., Höfler, M., Heinrich, A., Zimmermann, P., Siegel, S., & Schönfeld, S. (2015). Is trait resilience characterized by specific patterns of attentional bias to emotional stimuli and attentional control?. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 48, 133-139.
56. Sikorska, I. (2017). Odporność psychiczna w ujęciu psychologii pozytywnej: edukacja i terapia przez przygodę. *Psychoterapia*, 2 (181), 75-86.
57. Siriwardhana, C., Ali, S. S., Roberts, B., & Stewart, R. (2014). A systematic review of resilience and mental health outcomes of conflict-driven adult forced migrants. *Conflict and health*, 8(1), 1-14.
58. Sisto, A., Vicinanza, F., Campanozzi, L. L., Ricci, G., Tartaglini, D., & Tambone, V. (2019). Towards a Transversal Definition of Psychological Resilience: A Literature Review. *Medicina (Kaunas, Lithuania)*, 55(11), 745.
59. Smelser, Neil J.; Baltes, Paul B. (2001). International encyclopedia of the social & behavioral sciences (вид. 1st Ed). Amsterdam: Elsevier.
60. Syll, Lars Pålsson (1992). Pre-Industrial economic growth. *Scandinavian Economic History Review* 40 (2). с. 63–68.
61. Uhlén, M., Fagerberg, L., Hallström, B. M., Lindskog, C., Oksvold, P., Mardinoglu, A., & Pontén, F. (2015). Tissue-based map of the human proteome. *Science*, 347(6220), 1260419.
62. Waller, M. A. (2001). Resilience in ecosystemic context: Evolution of the concept. *American Journal of orthopsychiatry*, 71(3), 290-297.
63. Whitson, H. E., Duan-Porter, W., Schmader, K. E., Morey, M. C., Cohen, H. J., & Colón-Emeric, C. S. (2016). Physical resilience in older adults: systematic review and development of an emerging construct. *Journals of Gerontology Series A: Biomedical Sciences and Medical Sciences*, 71(4), 489-495.
64. WHO (2015). Adolescent health. *World Health Organization (WHO)*. URL: https://www.who.int/health-topics/adolescent-health#tab=tab_1
65. Willmore, L., Cameron, C., Yang, J., Witten, I. B., & Falkner, A. L. (2022). Behavioural and dopaminergic signatures of resilience. *Nature*, 611(7934), 124–132.

66. Wright, James (2015). *International Encyclopedia of the Social & Behavioral Sciences*. Elsevier.
67. Xie, G., Wu, Q., Guo, X., Zhang, J., & Yin, D. (2023). Psychological resilience buffers the association between cell phone addiction and sleep quality among college students in Jiangsu Province, China. *Frontiers in psychiatry*, 14, 1105840.
68. Бех, І. Д. (2018). Особистість на шлях до духовних цінностей. Southwick S.M., Vythilingam M., Charney D.S. The psychobiology of depression and resilience to stress: implications for prevention and treatment. *Annu. Rev. Clin. Psychol.* 2005; **1:255–291**.
69. Білоус О.В. (2015). Вікова психологія: навч. посібник. *Чернігів: Чернігівський національний педагогічний університет імені Т. Г. Шевченка*, 108.
70. Бліхар, М. П. (2018). Духовні цінності студентської молоді в сучасному українському суспільстві. *Львівський національний університет імені Івана Франка*.
71. Варій, М. Й. (2007). Загальна психологія. *К.: Центр учбової літератури*, 968.
72. Видра, О. Г. (2011). Вікова та педагогічна психологія: навчальний посібник. *К.: Центр навчальної літератури*, 88.
73. Грицак Я. (2021). Подолати минуле: глобальна історія України. *К: Портал*.
74. Гроф С. (2019) Психологія майбутнього. Уроки сучасних досліджень свідомості. *Львів : Terra Incognita*.
75. Декарт Р. (2001) Міркування про метод, щоб правильно спрямувати свій розум і відшукати істину в науках (Пер. з фр. В. Адрушка і С. Гатальської). *К: «Тандем»*.
76. Духовність. Культура. Виклики сьогодення. Матеріали Всеукраїнської наукової конференції з міжнародною участю (м. Львів, 21-22 квітня 2017р.). *Львів: Львівський національний університет імені Івана Франка*.

77. Дядуш, Е. (2020). Модель плекання резилієнтності у когнітивно-поведінковій терапії: дипломна робота. *Український інститут когнітивно-поведінкової терапії*.
78. Елвін Тоффлер. (2000). Третя хвиля / Перекладач: Андрій Євса, за редакцією Віктора Шовкуна. *К: Видавничий дім «Всесвіт»*.
79. Кант І. (2004) Критика практичного розуму. *Київ: Юніверс*
80. Кіреєва, З. О. (2022). Предиктори резильєнтності та оптимізму у осіб різного віку під час проживання пандемії sars-cov-2. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки», (1), 5-10.*
81. Костомаров М. (2014) Слав'янська міфологія. *К: ФОП Стебеляк О. М.*
82. Лазос, Г. П. (2019). Теоретико-методологічна модель резильєнтності як основа побудови психотехнології її розвитку. *Організаційна психологія. Економічна психологія, (2-3 (17)), 77-89.*
83. Лебон Г. (2021) Психологія мас. *Київ: Видавничий союз «Андронум»*
84. Маркузе, Г. (1995). Ерос і цивілізація. *Г. Маркузе.–К.*
85. Маценко, Ж. М. (2011). Новітня парадигма духовності: філософсько-психологічне підґрунтя. *Проблеми загальної та педагогічної психології: зб. наук. пр. інституту психології ім. ГС Костюка АПН України, 12, 292-301.*
86. Наконечна, О. П. (2002). Естетичне як тип духовності.
87. Односталко, О. С., Кіреєва, З. О., & Бірон, Б. В. (2020). Психометричний аналіз адаптованої версії Шкали резильєнтності (cd-risc-10).
88. Олексюк, О. М. (1997). Формування духовного потенціалу студентської молоді в процесі професійної підготовки: *дис. д-ра пед. наук: 13.00.04. – К.,– 333.*
89. Орвелл Дж. (2018) Колгосп тварин: повість/Джордж Орвелл; з англ. пер. Ю.Шевчук.
90. Помиткін, Е. О. (1996). Духовний розвиток учнів у системі шкільної освіти: Науково-методичний посібник. *К.: ІЗМН.*

91. Помиткін, Е. О. (1998). Формування духовних цінностей старшокласників у діяльності шкільної психологічної служби. *ІПППО АПН України-1998*.
92. Помиткін, Е. О. (2013). Психологічна діагностика духовного потенціалу особистості: посібник. *Кіровоград: Імекс-ЛТД*, 29.
93. Савчин, М. (2005). Вікова психологія/МВ Савчин, ЛП Василенко. *К.: Академвидав*.
94. Сімейний кодекс України, Кодекс України № 2947-III (2022) (Україна).
95. Сковорода Г. (1994) Твори: В 2 т. Т. 1: Поезії, байки, трактати, діалоги. *Київ: АТ «Обереги»*.
96. Ставицька С. О. (2012). Генеза духовної самосвідомості юнацтва : автореф. Автореферат дисертації на здобуття наукового ступеня доктора психологічних наук. *Київ*. 44.
97. Фарина, С. (2001). Духовні цінності як домінанта поведінки особистості в кризових умовах. *Неперервна професійна освіта: теорія і практика. –Київ: МФ НаУКМА*, (3), 45-55.
98. Федорова, М. А. (2015). Моральні цінності особистості: сутність поняття та основні характеристики. *Проблеми освіти: збірник наукових праць*, 105-109.
99. Фромм Е. (2019). Втеча від свободи / перекл. з англ. М. Яковлева. *Харків: Книжковий Клуб «Клуб Сімейного Дозвілля»*.
100. Цюман, Т., Нагула, О., & Адамська, З. (2022). ПСИХОЛОГІЧНІ УМОВИ РЕЗИЛЬЄНТНОСТІ ПЕДАГОГА В ПЕРІОД ВОЄННОГО СТАНУ. *Педагогічна освіта: Теорія і практика. Психологія. Педагогіка*. (38 (2)), 83-89.
101. Чиханцова, О., & Гуцол, К. (2022). Психологічні основи розвитку резильєнтності особистості в період пандемії Covid-19: практичний посібник. *Київ, Національна академія педагогічних наук України, Інститут психології імені ГС Костюка*.
102. Шкіренко, О. В. (2012). Психологічний зміст духовних цінностей і культури особистості майбутнього професіонала. *Психолого-педагогічні*

особливості навчання та виховання інтелектуально обдарованих дітей (25 жовтня 2012).

ДОДАТКИ

ДОДАТОК А. «Духовний потенціал особистості» Е.Помиткіна (українська методика). Додається окремо, 12 сторінок.

ДОДАТОК Б. «Визначення своїх сильних сторін (цінностей) та чеснот» К. Петерсона, М.Селігмана (адаптація Г.Лаптева, О.Власова) (оригінал та адаптований переклад). Додається окремо, 5 сторінок.

ДОДАТОК В. «Здійснення бажань» Е.Помиткіна (українська методика). Додається окремо, 3 сторінки.

ДОДАТОК Г. CD-RISC-10 (адаптація Односталко О.С.) (оригінал та адаптований переклад). Додається окремо, 1 сторінка.

ДОДАТОК Г

**Результати кореляційного аналізу за методиками «CD-RISC-10» та
«Визначення своїх сильних сторін (цінностей) та чеснот» К. Петерсона,
М.Селігмана»**

		Резильєнтність
Мудрість і знання	Допитливість	0,283
	Любов до знань	0,186
	Здатність до суджень (критичне мислення)	0,363*
	Винахідливість	0,168
	Уміння спілкуватись	0,374*
	Уміння бачити перспективу	0,369*
Мужність	Хорообрість	0,593**
	Завзятість	0,384*
	Цілісність природи	0,242
Гуманізм і любов	Доброта	0,127
	Здатність любити	0,169
Справедливість	Колективізм	0,025
	Справедливість	0,143
	Лідерські якості	0,458*
Помірність	Самоконтроль	0,175
	Розсудливість	0,181
Трансцендентність	Почуття прекрасного	0,244
	Вдячність	0,256
	Надія (оптимізм)	0,489*
	Осмислення життя	0,479*
	Прощення	0,267
	Гумор	0,331*
	Захопленість (жага до життя)	0,456*

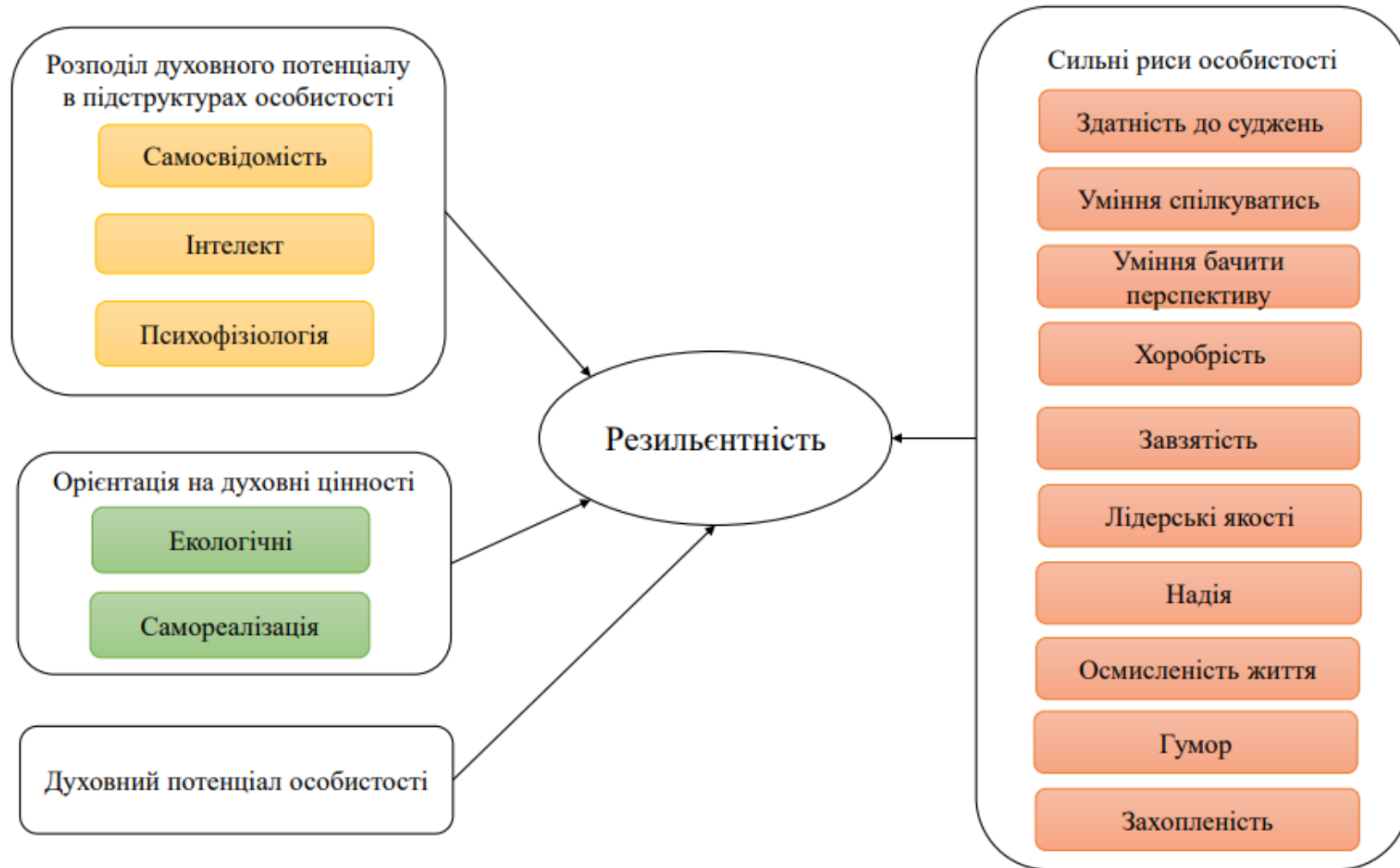
ДОДАТОК Д

Результати кореляційного аналізу за методиками «CD-RISC-10» та «Духовний потенціал особистості»

	Резильєнтність	Розподіл духовного потенціалу в підструктурах особистості						Орієнтація на духовні цінності								Духовний потенціал особистості
		Спілкування	Спрямованість	Характер	Самосвідомість	Досвід	Інтелект	Психофізіологія	Гуманістичні	Естетичні	Екологічні	Пізнання та самопізнання	Самовдосконалення	Самореалізація	Відповідальність	
Резильєнтність	1	0,204	0,286	0,243	0,316*	0,231	0,323*	0,382*	0,252	0,235	0,310*	0,197	0,246	0,506**	0,235	0,494*
Спілкування	0,204	1	0,103	0,307*	0,334*	0,156	0,000	0,092	0,222	0,371*	0,263	0,278	0,116	0,370*	0,370*	0,494*
Спрямованість	0,286	0,103	1**	0,253	0,314*	0,093	0,280	0,127	0,327*	0,218	0,387*	0,257	0,172	0,314*	0,338*	0,497*
Характер	0,243	0,307*	0,253	1**	0,320*	0,304	0,181	0,281	0,298	0,427*	0,397*	0,407**	0,337*	0,454*	0,459*	0,686**
Самосвідомість	0,316*	0,334*	0,314*	0,320*	1**	0,081	0,182	0,251	0,390*	0,398*	0,442*	0,454**	0,224	0,390*	0,334*	0,646**
Досвід	0,231	0,156	0,093	0,304*	0,081	1**	0,296	0,286	0,051	0,382*	0,349*	0,318*	0,415*	0,378*	0,247*	0,523**
Інтелект	0,323*	0,000	0,280	0,181	0,182	0,296	1**	0,300*	0,394*	0,265	0,327*	0,280	0,267	0,357*	0,284	0,534**
Психофізіологія	0,382*	0,092	0,127	0,281	0,251	0,286	0,300*	1**	0,208	0,477*	0,321*	0,342*	0,363*	0,482*	0,298	0,614**
Гуманістичні	0,252	0,222	0,327*	0,298	0,390*	0,051	0,394*	0,208	1**	0,157	0,156	0,101	0,096	0,198	0,194	0,472*
Естетичні	0,235	0,371*	0,218	0,427*	0,398*	0,382*	0,265	0,477*	0,157	1**	0,351*	0,333*	0,249	0,312*	0,193	0,642**
Екологічні	0,310*	0,263	0,387*	0,397*	0,442*	0,349*	0,327*	0,321*	0,156	0,351*	1**	0,258	0,061	0,329*	0,323*	0,615**
Пізнання та самопізнання	0,197	0,278	0,257	0,407*	0,454*	0,318*	0,280	0,342*	0,101	0,333*	0,258	1**	0,283	0,273	0,186	0,589**
Самовдосконалення	0,246	0,116	0,172	0,337*	0,224	0,415*	0,267	0,363*	0,096	0,249	0,061	0,283	1**	0,252	0,077	0,473*
Самореалізація	0,506**	0,370*	0,314*	0,454*	0,390*	0,378*	0,357*	0,482*	0,198	0,312*	0,329*	0,273	0,252	1**	0,370*	0,687**
Відповідальність	0,235	0,370*	0,338*	0,459*	0,334*	0,247	0,284	0,298	0,194	0,193	0,323*	0,186	0,077	0,370*	1**	0,581**
Духовний потенціал особистості	0,494*	0,494*	0,497*	0,686**	0,646**	0,523**	0,534**	0,614**	0,472*	0,642**	0,615**	0,589**	0,473*	0,687**	0,581**	1**

ДОДАТОК Е

Емпірична модель дослідження



ДОДАТОК Є.

Настільна карткова гра «Подолати шторм». Додається окремо, 67 сторінок.