

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ХЕРСОНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ФАКУЛЬТЕТ ІСТОРІЇ, ПСИХОЛОГІЇ, СОЦІОЛОГІЇ  
КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ**

**ПСИХОЛОГІЧНА РЕСУРСНІСТЬ ОСОБИСТОСТІ З РІЗНИМ  
РІВНЕМ ДУХОВНОГО РОЗВИТКУ**

**Кваліфікаційна робота (проєкт)**

на здобуття ступеня вищої освіти «магістр»

Виконала: здобувачка 2 курсу 07-231 групи  
Спеціальності 053 Психологія  
Освітньо-професійної програми «Психологія»  
Валентина КРАВЦІВ  
Керівник: к.психол.н., доцентка  
Наталія ТАВРОВЕЦЬКА  
Рецензент: кандидатка психологічних наук,  
старша викладачка кафедри спеціальної освіти  
Миколаївського національного університету  
імені В.О. Сухомлинського  
Світлана КАРСКАНОВА

## ЗМІСТ

<b>ВСТУП</b>	3
<b>РОЗДІЛ 1. Історія психологічних досліджень ключових понять дослідження</b>	7
1.1. Розвиток уявлень про категорію «духовний потенціал»	7
1.2 Динаміка тенденцій тлумачення «психологічної ресурсності»	8
1.3 Категорія «копінг-стратегія»: історія надання переваг у тлумаченні	9
<b>РОЗДІЛ 2. Емпіричне дослідження психологічної ресурсності особистості з різним рівнем духовного розвитку</b>	12
2.1 Характеристика методів дослідження змін духовного потенціалу і психологічної ресурсності особистості. Характеристика вибірки	12
2.2 Результати та інтерпретація емпіричного дослідження динаміки психологічної ресурсності у залежності від рівнів духовного розвитку	13
<b>ВИСНОВКИ</b>	45
<b>СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ</b>	47
<b>ДОДАТКИ</b>	52
Додаток А	52
Додаток Б	53
Додаток В	57

## ВСТУП

**Актуальність.** Серед сучасної молоді гостро постає питання професійної ефективності, а тому дослідження питання адаптаційного потенціалу особистості є ключовим і з ним, що доповнює його компонента, і дослідження особистісної ресурсності. Одночасно, саме на вік більшості представників нашої вибірки, а саме на студентські роки припадає проживання кризи ідентичності, тому дослідження впливу на стан ресурсності є важливим для розробки рекомендацій з проживання стану. Дослідження духовного потенціалу як можливості з розвитку психологічної ресурсності досліджена низкою вітчизняних і закордонних науковців, проте не встановлено залежність того, наскільки саме рівень духовного розвитку впливає на ресурсність і на поведінку в стресових ситуаціях.

До нашого часу взаємозв'язок психологічної ресурсності і духовності вивчали багато науковців з різних напрямків психології. Представники екзистенційної школи психології ці два поняття ототожнюють між собою, стверджуючи, що ресурсний стан є духовним. У своїх дослідження С. Кривцова запевняє, що основною «опорою» для особистості є Бог і це саме те, що завадить особистості переживати нестачу ресурсів. Своєю чергою, Д. Леонтьєв, що духовність, а він використовує поняття «духовний екзистенціал» є базовим конструктом зрілої особистості.

У своєму дослідженні О. Штепа робить причиннево-наслідковий зв'язок про те, що проживання ресурсного стану під час якого залучені усі компоненти психологічної готовності (емоційно-вольовий, когнітивний, комунікативний, мотиваційний) і це стан з підвищеною психічною напругою, що зумовлює психологічні новоутворення особистості, одним з яких і є духовність.

У своїх працях, в описанні зв'язку ресурсності і духовності О. Штепа стверджує, що як одна з характеристик ресурсу є те, що під час вияву суб'єктного досвіду людини, розкриваються її духовні можливості. Тут

можна свідчити про те, що знову ці два поняття поєднали причиннево-насліковий зв'язком. Сама ж дослідниця не наводить визначення поняття духовності, яким буде апелювати, роблячи висновки, зі своїх попередніх досліджень, тому ми можемо свідчити, що визначення тих науковців, які вона наводить у своїх роботах і є тими концептами, що стали ключовими в її дослідженнях. Це те, що духовність – є здатністю людини до вчинку; набір усталених морально-етичних рис особистості.

Тему психологічної ресурсності досліджували низка вітчизняних і закордонних науковців: С. Хобфолл, Н. Водоп'янова, М. Штейн, Л. Завалкевич, Д. Леонтьєв, М. Казанжи, О. Костюченко, А. Кічук, Н. Панасенко, Л. Мазай.

Питанням з розвитку уявлень про духовний потенціал особистості досліджували: В. Соловйов, М. Бердяєв, П. Флоренський, С. Франко, К. Ясперс, М. Грот, В. Бехтерєв, У. Джеймс, К. Юнг, Р. Асаджіолі, К. Роджерс.

Дослідженням концепту «копінг-стратегії» займалися наступні науковці: Л. Карамушка, Л. Анциферова, Н. Водоп'янова, Т. Крюкова, В. Бодров, С. Нартова-Бочавер, Р. Лазарус, Е. Фріденберг, Р. Левіс, З. Сивогракова, В. Олефір, Н. Родіна, К. Муздибаєв, Т. Титаренко, Н. Ярош.

Багато науковців мали на меті продовжувати генезу уявлень цих концептів, проте небагато з них намагалися встановити зв'язок між цими феноменами і те, як вони взаємодоповнюють і зумовлюють один одного. З метою заповнення пробілів і встановлення факторів, що впливають на підвищення психологічної ресурсності, проведено дослідження за цим напрямком.

**Мета дослідження:** здійснити теоретико-емпіричний аналіз психологічної ресурсності і копінг-стратегій особистості з різним рівнем розвитку духовності.

Постанова мети вимагає виконання наступних завдань:

1. Теоретичний огляд генези досліджень концептів «психологічна ресурсність», «духовний потенціал», «копінг-стратегія».

2. Емпірично дослідити психологічну ресурсність і копінг-стратегії особистості з різним рівнем розвитку духовності.

3. Здійснити інтерпретацію отриманих результатів дослідження і встановити особливості зв'язків рівня духовного розвитку з компонентами психологічної ресурсності і різними копінг-стратегіями.

**Об'єкт дослідження:** психологічна ресурсність.

**Предмет дослідження:** взаємозв'язки психологічної ресурсності і копінг-стратегій з рівнем розвитку духовності.

**Методи дослідження:** опитувальник психологічної ресурсності особистості О. Штепи, що уможливив дослідження психологічних ресурсів вибірки і їх вміння оперувати ними; методика, за допомогою якої досліджували рівень духовного потенціалу та визначали психологічні механізми духовного розвитку «Духовний потенціал особистості – 2» Е. Помиткіна; опитувальник втрати й набуття персональних ресурсів Н. Водопьянкової й М. Штейн; особистісний опитувальник «SACS», що призначений для дослідження і стратегій і моделей копінг-поведінки С. Хобфолла.

**Наукова новизна одержаних результатів:** вперше здійснено комплексне дослідження психологічної ресурсності особистості, копінг-стратегій і духовного потенціалу особистості. Раніше проведені дослідження різного типу зв'язків між психологічною ресурсністю і духовністю, проведеними О. Штепа доповнено результатами зв'язків з копінг-стратегіями особистості і надано вузького напрямку з використання визначення концепту «духовності», за Е. Помиткіним. Нового розвитку набули дослідження духовного потенціалу особистості і його значення на рівень психологічної ресурсності особистості і на прояв копінг-стратегій, вдосконалено знання про важливість розвитку ресурсного стану сучасної молоді з покращення адаптивної здатності на шляху професіонального становлення.

**Практичне значення роботи** полягає у розширенні шляхів з підвищення адаптивних можливостей сучасної молоді на шляху

професіонального становлення шляхом знаходження зв'язків з рівнем розвитку духовності і копінг-стратегій з психологічною ресурсністю. Уможливлено запобігання прояву асоціальних копінг-стратегій за допомогою проведеного нами комплексного дослідження, на основі якого можна надалі слідкувати за динамікою станів особистості.

**Апробація та публікація результатів дослідження.** Результати дослідження розглянуто на засіданні кафедри психології (протокол від 04.10.2021 № 3), висвітлено на круглому столі у доповіді «Психологічний супровід професійного та духовно-морального розвитку майбутнього психолога» III Міжнародної науково-практичної конференції «Соціокультурні та психологічні виміри становлення особистості». м. Херсон, 30 вересня – 01 жовтня 2021 р.

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

## РОЗДІЛ 1

### ІСТОРІЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ДОСЛІДЖЕНЬ КЛЮЧОВИХ ПОНЯТЬ ДОСЛІДЖЕННЯ

#### 1.1. Розвиток уявлень про категорію «духовний потенціал»

Розуміння духовності і рівень знань про неї має джерела в ідеях, які беруть свій початок в релігії, традиціях різних народів, культурі. Науковці черпали натхнення від цих ідей, що призвело до того, що на цьому натхненні побудувалася сучасна наука.

Розвиток поняття «духовний потенціал», духовність, варто з самого початку його виокремлення. Прототипами сучасного поняття є трактати давньоіндійського мислителя Патанджалі, який стверджував, що духовний потенціал – чиста свідомість, вільна від неконтрольованих думок, емоцій і почуттів [26].

В часи класичного історичного періоду була атрибутом реальності, взаємодія об'єктивного Духа і людської душі [4, с.65].

На основі протиставлення душі і тіла у християнському це відбилося на світогляді раннього розвитку філософії Давньої Греції, тоді як самі філософські школи різнилися в розумінні душі: від атомної будови душі до нематеріального її розуміння і до вчення Аристотеля, який стверджував, що душа – невіддільна від тіла [33].

З остаточним становленням радянської влади у 1920 році, дослідження феномену духовності призупинилося, через антирелігійну політику і цінностями, і орієнтаціями, що могли б зберегти і зміцнити лише владу в Росії [25].

У своїх дослідження поняття «духовного розвитку» досліджував М. Бердяєв, який схарактеризував поняття поступовим зменшенням егоїзму [3].

Серед робіт функціонального виміру прослідковується надання духовному потенціалу визначення вищої ступені людської самоорганізації з високим рівнем свідомості та вольової саморегуляції [37].

Поняття «духовність» розглядають як частину феномену культури і вказують на те, що сам концепт – це як культурна соціалізація, що супроводжується постійним самоусвідомленням, внутрішнім сприйманням і одночасним «вростанням» в культуру [24].

Своєю чергою, Е. Помиткін, враховуючи змістовний та функціональний підходи з тлумачення феномену «духовність», визначає її як : «...специфічно людську якість, що характеризується усвідомленням єдності Буття та зумовлює прагнення особистості до вдосконалення внутрішнього і зовнішнього світу, спрямовує її до реалізації у власному житті ідеалів Краси, Добра та Істини.» [28]. На це визначення ми і будемо покликатися під час дослідження і інтерпретації результатів.

## **1.2. Динаміка тенденцій тлумачення «психологічної ресурсності»**

Серед сучасної молоді гостро постає питання умінь долати складні життєві обставини за допомогою наявних психологічних ресурсів. Феномен «ресурс» є достатньо новим для психологічної науки, проте вже дуже багато вчених провели дослідження з метою розширення знань про цей концепт.

Одним із визначень ресурсу є робота Е. Сергієнко, який свідчить, що ресурс це одна із категорій здібностей, його праця розвивається в ідею в індивідуального поєднання когнітивних, вольових, емоційних ресурсів, що він називає ресурсною основою контролю поведінки [32].

За період досліджень цього феномену в різних галузях психології дали тлумачення поняттю ресурс: це і доступні суб'єкт властивості, умови і стани, інших людей і середовища (психологія праці); і знижуючі ризик дезадаптації, фактори, що пом'якшують вплив стресогенної події (психологія розвитку); сукупність засобів середовища і особистісних, які є в наявності і особистість може їх використовувати (психологія поведінки); система стійких, проте



динамічних особистісних характеристик, пов'язаних з успішністю діяльності (позитивна психологія) [12, с. 41].

В екзистенційному напрямку, серед наукової літератури є роботи С. Хобсфолла з його авторською концепцією «консервування ресурсів», який розкриває це як прагнення вкладати свої зусилля у накопичення власних ресурсів, прагненням особистості набувати нових ресурсів і тим самим підвищувати впевненість у власному майбутньому. Далі в цій роботі він дає тлумачення поняттю «персональна ресурсність особистості» як володіння особистістю матеріальними і нематеріальними, зовнішніми і внутрішніми ресурсами [6, с. 304].

В контексті ресурсної теорії стресу С. Хобсфолла для підвищення адаптивності важливою є «консервація» ресурсів (накопичення), до того, коли виникне стресова ситуація. Сама «консервація» полягає в тому, що особистість намагається зберегти те, що є цінним для них і намагаються використовувати свої ресурси найкращим чином [7].

Ще один погляд на ресурси розкрив Д. Леонтьєв, який показує, наскільки психологічний добробут особистості і якість її життя залежать від неї самої, а не від успішного збігу обставин [23].

Ресурси тлумачать як відповідальність, ініціативність, внутрішні сили, що потрібні для успішного проживання кризи, особливо кризи ідентичності [31].

Визначення, на яке ми будемо покликатися і орієнтуватися під час інтерпретації результатів «психологічної ресурсності» є визначення О. Штепи, яка стверджує, що ресурсність це не лише наявність певних видів психологічних ресурсів, але і те, як людина вміє користуватися ними [40, с. 663].

**1.3. Категорія «копінг-стратегія»: історія надання переваг у тлумаченні**

Аналіз досліджень різноманітних класифікацій копінг-стратегій, уможливило виділити сферу, в якій розвивалося вивчення цього феномену, а саме стрес-долаючої поведінки (В. Шебанова [38], Б. Бірон [2], Арнаутова Л. [1], В. Пілецький [27], І. Гуляс [12]), що розширило наш уявлення щодо концепту копінг-стратегій.

Науковець Н. Родіна вказує, що «стрес-долаюча поведінка» і «копінг-стратегія» поняття-синоніми, тому ми можемо зрозуміти, що коли мова йде про подолання стресу, то мають на увазі допінг-стратегію [29].

На основі різних наукових досліджень, на сьогодні, є загальновідомою інформація про те, що при недостатній кількості конструктивних форм копінг-стратегій і їх низькому розвитку, підвищується ризик до патогенності життєвих подій, що можуть стати причинами захворювань різного роду [15].

Тлумачення поняття копінг-стратегії формували різні науковці, серед таких був і Р. Лазарус, що стверджував, що це динамічні мисленнєві і поведінкові зусилля, які докладає особистість, аби впоратися з вимогами, що перевищують її ресурси [43].

Експериментально підтвердити ствердження вчених про те, що медіатором поведінкової відповіді на стрес є копінг-стратегія, змогла О. Волошок, за допомогою свого дослідження. Також у своєму дослідженні, науковця зробила висновок про те, що когнітивні ресурси покращують використання тієї чи тієї допінг-стратегії у відповідь на стрес [8].

У різноманітних наукових джерелах надають класифікацію базових копінг-стратегій: стратегії «розв'язання проблем», «пошуку соціальної підтримки», «уникання», для яких притаманні свої характеристики [16].

На основі комплексної моделі копінг-поведінки, П. Тойс, розрізняє дві групи допінг-стратегій: поведінкові і когнітивні. До першої він відносить ту поведінку, що спрямована на ситуацію, емоції і фізіологічні зміни. Серед когнітивних ту, що орієнтована на ситуацію, експресію і емоційні зміни.

С. Хобфолл (діагностичну методику якого ми долучили до дослідження) розділяє копінг-стратегії на соціально-орієнтовані та загально

поведінкові. Також науковець вказує на те, що нормативним є те, щоб копінг-стратегії змінювалися протягом життя особистості, а позитивним вважається те, коли динаміка відбувається саме з конструктивними допінг-стратегіями [28].

## РОЗДІЛ 2

### ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ РЕСУРСНОСТІ ОСОБИСТОСТІ З РІЗНИМ РІВНЕМ ДУХОВНОГО РОЗВИТКУ

#### **2.1. Характеристика методів дослідження змін духовного потенціалу і психологічної ресурсності особистості. Характеристика вибірки**

Під час проведення дослідження психологічної ресурсності і копінг-стратегій з різним рівнем психологічного розвитку особистості брало участь 98 осіб, серед яких 72 – представники жіночої статі і 26 – чоловічої статі, а також 2 осіб віком з 10 до 13 років, 48 осіб віком з 16 до 18 років, 20 осіб віком з 19 до 21 року життя, 24 особи віком від 21 до 41, 3 особи віком від 42 до 60 (найстарший представник вибірки має 49 років життя, а наймолодший 12 років). Кожен з представників вибірки має різну сферу зайнятості.

Для дослідження аспекту психологічної ресурсності особистості нами був обраний опитувальник психологічної ресурсності особистості О. Штепи, який уможливорює оцінювання 15 ресурсів особистості. Серед досліджених ресурсів були такі: «Упевненість у собі», «Доброта до людей», «Допомога іншим», «Успіх», «Любов», «Творчість», «Віра у добро», «Прагнення до мудрості», «Робота над собою», «Самореалізація у професії», «Відповідальність». Дослідити вміння оперувати власними ресурсами, уможливили наступні шкали опитувальника: «Знання власних ресурсів», «Уміння оновлювати власні ресурси», «Уміння вміщувати власні ресурси» [39, с. 380].

Також для дослідження ресурсів особистості нами було обрано опитувальник втрати й набуття персональних ресурсів Н. Водопьянкової й М. Штейн, завдяки якому уможливлено визначення наявності ресурсів різних рівнів психічної регуляції, що завдяки ресурсній концепції психологічного стресу можна пов'язати з адаптаційними можливостями особистості [8]. В

опитувальнику є три шкали: «Втрата ресурсів», «Набуття ресурсів», «Індекс ресурсності», що уможлиблюють дослідження сучасної тенденції вибірки, як представників суспільства, до готовності підвищення стрес-толерантності [7].

Для дослідження концепту «духовний потенціал», нами було обрано методику «Духовний потенціал особистості – 2» Е. Помиткіна, яка уможливила дослідження визначення рівню специфічних психологічних механізмів, завдяки дії яких актуалізується духовний потенціал особистості, серед цих механізмів наступні: децентрація, духовна ідентифікація, рефлексія, трансценденція, усвідомлення буттєвої єдності. Також завдяки цій методиці уможливлена діагностика рівня актуалізованості цих механізмів у сферах самосвідомості, спрямованості, досвіду, характеру, інтелекту, психофізіології, яким відповідають і шкали методики [28, с.112].

Для дослідження копінг-стратегій особистості було обрано особистісний опитувальник «SACS» С. Хобфолла [6, с. 251]. На основі цього опитувальника уможливлено вивчення дев'яти різних моделей поведінки (стратегій подолання): асертивні дії, вступ в соціальний контакт, пошук соціальної підтримки, обережні дії, імпульсивні дії, уникнення, Маніпуляційні (непрямі) дії, асоціальні дії, агресивні дії. На основі результатів цього опитувальника можливо робити висновки стосовно притаманних типів подолання стресових ситуацій.

На основі можливостей з дослідження цих діагностичних методів, було взято за мету дослідити особливості психологічної ресурсності і копінг-стратегій представників різних рівнів розвитку духовності.

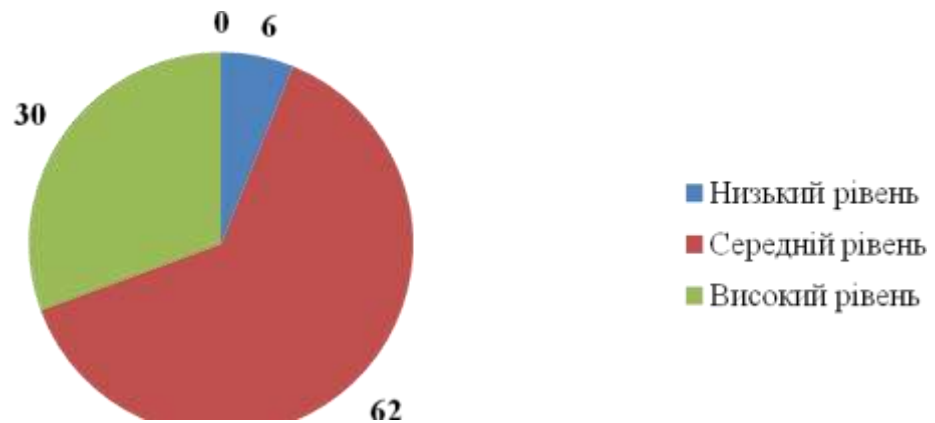
## **2.2. Результати та інтерпретація емпіричного дослідження динаміки психологічної ресурсності у залежності від рівнів духовного розвитку**

Проаналізувавши результати дослідження (98 осіб віком з 12 до 49 років), спершу надамо результати з методики «Духовний потенціал особистості – 2» Е. Помиткіна.

Для подальшого аналізу результатів і уможливлення розподілу вибірки на три (згідно з результатів за методикою Е. Помиткіна): низький, середній, високий рівні розвитку духовного потенціалу особистості ми здійснили перевірку статистичної значущості, за допомогою критерію Манна-Уїтні. Відповідно до розрахунків гіпотеза про відмінність між результатами вибірки «низького рівня» і «високого» у балах за методикою «Духовний потенціал особистості – 2», підтверджена ( $U_{кр}=34$   $U_{емп}=0$ ;  $p \leq 0,01$ ). Наступна гіпотеза щодо різниці між результатами між вибірками «високого» і «середнього» рівнів за методикою «Духовний потенціал особистості – 2» перевірялася за допомогою t-критерію Стьюдента підтверджена ( $t_{кр}=3,402$   $t_{емп}=305,1$ ;  $p \leq 0,001$ ). Остання гіпотеза щодо різниці між результатами вибірок «низького» і «середнього» рівнів за методикою «Духовний потенціал особистості – 2» перевірялася за допомогою t-критерію Стьюдента підтверджена ( $t_{кр}=3,444$   $t_{емп}=338,91$ ;  $p \leq 0,001$ ).

Дані результати математичної статистичної обробки уможливають розподіл усіх результатів вибірки на три «підвибірки»: з «низьким рівнем», «середнім рівнем», «високим рівнем» духовного потенціалу особистості, тому надалі ми будемо опиратися на ці словосполучення, описуючи результати дослідження.

За результатами дослідження (див. рис. 2.1) за методикою «Духовний потенціал особистості – 2» було встановлено, що високий рівень розвитку духовності мають 30 респондентів, середній – 62 і з низьким рівнем – 6 респондентів.



**Рис. 2.1. Розподіл результатів загального рівня розвитку духовності за методикою Е. Помиткіна**

На підставі наведених результатів (див. табл. 2.1) вибірки «низького рівня» ми можемо свідчити про низькі тенденції балів у вибірки, це може свідчити про те, механізми актуалізації духовного потенціалу, залучені меншою мірою.

*Таблиця 2.1*

**Результати розвитку механізмів актуалізації духовного потенціалу і їх прояву у різних сферах у представників «низького рівня»**

	Ідентифікація	Децентрація	Рефлексія	Трансценденція	Усвідомлення буттєвої єдності	спілкування	Спрямованість	Характер	Самосвідомість	Інтелект	Досвід	Психофізіологія	Загальна сума
μ	4,5	4,5	4,3	3,3	3,5	2,7	2,8	3,5	2,8	2,7	2,7	3	20,17
%	32,14	32,14	30,71	<b>23,57</b>	25	27	28	<b>35</b>	28	27	27	30	

Середньогрупові показники, і розрахований щодо них відсоток результатів (через різницю оцінювання шкал: шкали механізмів можуть досягати 14 балів, а шкали структур актуалізації механізмів – 10 балів), дають нам змогу свідчити про те, що найнижчі результати зі шкали «Трансценденція», що може свідчити про те, що представники вибірки у своєму житті найменше актуалізують і долучають спілкування про місію

людини у Всесвіті і спрямованість на реалізацію краси, Добра та Істини щодня. Найвищі результати спостережено за шкалою «Характер», що може свідчити про те, що здатність до проявів характеру і вдосконалення особистісних рис, протягом зростання духовного потенціалу, проявляється серед досліджуваних цієї вибірки найбільше.

На основі отриманих результатів, і порохованих відсотків (див. табл. 2.2) ми можемо свідчити про те, що прояв механізмів духовного потенціалу і їх актуалізація в певних структурах життя проявляється на середньому рівні, що може свідчити про те, що самі представники вибірки. Серед отриманих результатів найвищі показники виявлено за шкалою «Самосвідомість», що свідчить про те, що осмисленість процесів актуалізації духовного потенціалу найбільш розвинена серед представників вибірки. Найменші результати отримано зі шкал «Усвідомлення буттєвої єдності», що може свідчити про те, що у цієї вибірки низький рівень схильності до спілкування з Природою, Буттям (Богом) і спрямованість на інтегрування усіх картин світу і світоглядних позицій.

Таблиця 2.2

**Результати розвитку механізмів актуалізації духовного потенціалу і їх прояву у різних сферах у представників «середнього рівня»**

	Ідентифікація	Децентрація	Рефлексія	Трансценденція	Усвідомлення буттєвої єдності	спілкування	Спрямованість	Характер	Самосвідомість	Інтелект	Досвід	Психофізіологія	Загальна сума
μ	8,1	8,2	8,3	7,4	6,9	5,7	5,6	5,5	6,5	5,6	5,3	5,3	38,8
%	57,85	58,57	59,28	52,85	<b>49,28</b>	57	56	55	<b>65</b>	56	53	53	

На основі результатів (див. табл. 2.3) за опитувальником Е. Помиткіна, представники вибірки «високого рівня» мають високий рівень духовного потенціалу, що свідчить про те, що актуалізація механізмів досить висока і



вираженість притаманних їм якостей, наближена до максимальної позначки, що може свідчити про те, що наслідування образів дорослих з метою самовдосконалення, здатність зважати на інтереси інших і гармонійного співіснування у колективі і сім'ї, усвідомлення власної місії у Всесвіті, спрямованість на реалізацію Добра, Істини, Краси у повсякденному житті виражені найбільше у порівнянні з іншими вибірками і, звісно ж, відповідно до критеріїв оцінювання це теж показники високого рівня. Найнижчі показники актуалізації духовного потенціалу за шкалою «Психофізіологія», що може свідчити про те, що представники цієї вибірки мало турбуються про те, щоб вдосконалювати власне тіло на основі рефлексивних переживань.

Таблиця 2.3

**Результати розвитку механізмів актуалізації духовного потенціалу і їх прояву у різних сферах у представників «високого рівня»**

	Ідентифікація	Децентрація	Рефлексія	Трансценденція	Усвідомлення буттєвої єдності	спілкування	Спрямованість	Характер	Самосвідомість	Інтелект	Досвід	Психофізіологія	Загальна сума
μ	10,9	10,5	11	11	11	8,1	8,3	7,5	7,9	8,3	7,6	6,6	54,4
%	77,85	75	78,57	78,57	78,57	81	<b>83</b>	75	79	<b>83</b>	76	<b>66</b>	

Результати за опитувальником психологічної ресурсності особистості, О. Штепи, також подано з поділом на три вибірки, відповідно до результатів опитування за методикою Е. Помиткіна.

Серед отриманих результатів (див. рис. 2.2) вибірки «низького рівня» є 3 особи з середнім рівнем психологічної ресурсності і 3 особи з низьким рівнем психологічної ресурсності, що може свідчити про те, що половина досліджуваних цієї вибірки не мають розвинених ресурсів і не можуть оперувати ними, чи щось одне з перерахованого, що могло спричинити низький рівень загального стану ресурсності.



**Рис. 2.2. Результати розподілу рівня психологічної ресурсності між представниками вибірки «низького рівня»**

Відповідно до результатів (див. табл. 2.4) опитувальника психологічної ресурсності, в середньому вибірка «низького рівня» має низький рівень психологічної ресурсності (так як наявний низький рівень оцінюється з 57 до 69 балів, а шкали оцінюються з 1 до 8 балів), це може свідчити те, що досліджувані цієї вибірки мають низький рівень ресурсності і не володіють вміннями оперувати ресурсами, що в них є.

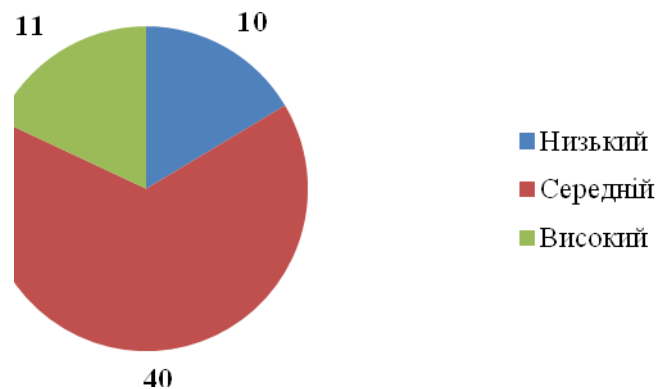
Найнижчі показники за шкалою «Віра у добро», що може свідчити про те, що у представників вибірки найменш розвиненим ресурсом є переконаність у наявності справедливості і вмінь бути милосердним і сподіватися, низько розвинені вміння спів страждати, розділяти та зменшувати горе близьких. Найвищі показники з шкалою «Знання власних ресурсів», що може свідчити про те, що представники вибірки реалістично оцінюють свої індивідуальні особливості і свої психологічні межі і можливості.

*Таблиця 2.4*

**Результати за опитувальником психологічної ресурсності особистості О. Штепи серед представників вибірки «низького рівня»**

	Упевненість у собі	Доброта до людей	Допомога іншим	Успіх	Любов	Творчість	Віра у добро	Прагнення до мудрості	Робота над собою	Самореалізація у професії	Відповідальність	Знання власних ресурсів	Уміння оновлювати власні ресурси	Уміння вміщувати власні ресурси	Загальний рівень психологічної ресурсності
μ	4,7	5	5,3	5,3	4	4,8	<b>2,7</b>	5,3	5	4,3	4,3	<b>6,2</b>	6	5,5	68,5

Серед отриманих результатів (див. рис. 2.3) вибірки «середнього рівня» є 1 особа, у якої не діагностовано наявності психологічної ресурсності, 10 осіб з низьким рівнем психологічної ресурсності, 40 осіб з середнім рівнем, і 11 осіб з високим рівнем психологічної ресурсності, що може свідчити про те, що у вибірці є представники, яких можна назвати «ресурсно-компетентними» (власна примітка), бо вони і володіють ресурсами і вміють ними користуватися, а що впливає на низький рівень ресурсності наведено після кореляційного аналізу отриманих результатів.



**Рис. 2.3. Результати розподілу рівня психологічної ресурсності між представниками вибірки «середнього рівня»**

Серед результатів представників вибірки «середнього рівня» в середньому серед досліджуваних середній рівень психологічної ресурсності (так як наявний низький рівень оцінюється з 70 до 92 балів), що може свідчити про те, що певні ресурси набули свого максимального розвитку, а деякі ще не привласнено самими досліджуваними, що врегулювало стан ресурсності до середнього рівня.

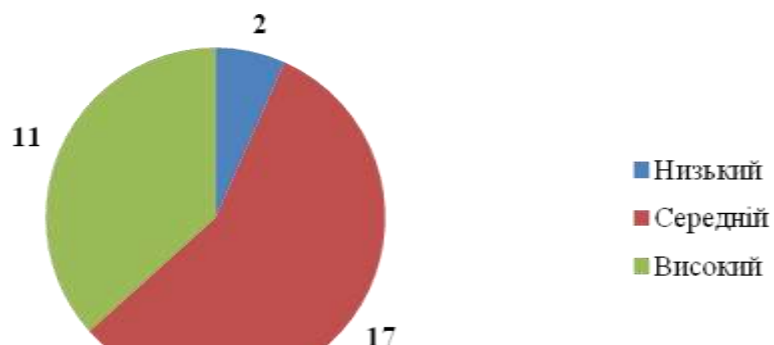
Таблиця 2.5

**Результати за опитувальником психологічної ресурсності  
особистості О. Штепи серед представників вибірки «середнього рівня»**

	Упевненість у собі	Доброта до людей	Допомога іншим	Успіх	Любов	Творчість	Віра у добро	Прагнення до мудрості	Робота над собою	Самореалізація у професії	Відповідальність	Знання власних ресурсів	Уміння оновлювати власні ресурси	Уміння вміщувати власні ресурси	Загальний рівень психологічної ресурсності
μ	5,2	<b>6,5</b>	5,9	5,9	5,4	5,5	5,6	5,9	6,3	<b>4,7</b>	5,7	5,8	5,7	5,7	79,6

Найнижчим показником став результат зі шкали «Самореалізація в професії», що може свідчити про те, що для представників вибірки це не є ресурсом, чи ще не сформувалися уявлення про те, як вони можуть використовувати цей ресурс.

Серед отриманих результатів (див. рис. 2.4) вибірки «високого рівня» є 2 особи з низьким рівнем психологічної ресурсності, 17 осіб з середнім рівнем, і 11 осіб з високим рівнем психологічної ресурсності, що може свідчити про наявність осіб які володіють ресурсами, знають про них і користуються ними так і тих, хто не має чи не користується власними ресурсами, тим самим маючи низький рівень ресурсності.



**Рис. 2.4. Результати розподілу рівня психологічної ресурсності між представниками вибірки «високого рівня»**

На основі отриманих результатів (див. табл. 2.6) встановлено, що представники вибірки «високого рівня» мають в середньому рівень психологічної ресурсності середній. З найнижчими показниками є шкали «Упевненість у собі» і «самореалізація у професії», що може свідчити про те, що самодостатність у прийнятті рішень і задоволеність та успіх в самостійно обраній професії, розвинені менш за все. Найвищі показники за шкалами «Доброта до людей» і «Робота над собою», що може свідчити про наявність у життєвій філософії думки про те, що досліджувані з цієї вибірки в більшій мірі неконфліктні з оточуючими і не ставляться до них як до конкурентів з наявними само розуміннями і само змінами на основі рефлексії.

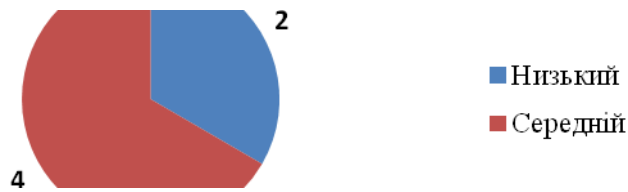
Таблиця 2.6

**Результати за опитувальником психологічної ресурсності особистості О. Штепи серед представників вибірки «високого рівня»**

	Упевненість у собі	Доброта до людей	Допомога іншим	Успіх	Любов	Творчість	Віра у добро	Прагнення до мудрості	Робота над собою	Самореалізація у професії	Відповідальність	Знання власних ресурсів	Уміння оновлювати власні ресурси	Уміння вміщувати власні ресурси	Загальний рівень психологічної ресурсності
μ	5,4	7	6,6	6,5	6	6,6	6,2	6,7	7	5,4	5,9	6,4	6,2	6,1	88,2

Результати за опитувальником втрати й набуття персональних ресурсів Н. Водопьянкової й М. Штейн, будемо надавати відповідно до розподілу на три вибірки.

На основі результатів вибірки «низького рівня» (див. рис. 2.5) є 2 особи з низьким індексом ресурсності і 4 особи з середнім індексом, що може свідчити про наявність осіб які володіють середньої сили здатностями адаптивності і стресостійкості, а є такі особи, що не володіють вміннями та навиками, моделями поведінки, що могли б допомогти їм бути більш адаптивними.



**Рис. 2.5. Результати розподілу рівня індексу ресурсності між представниками вибірки «низького рівня»**

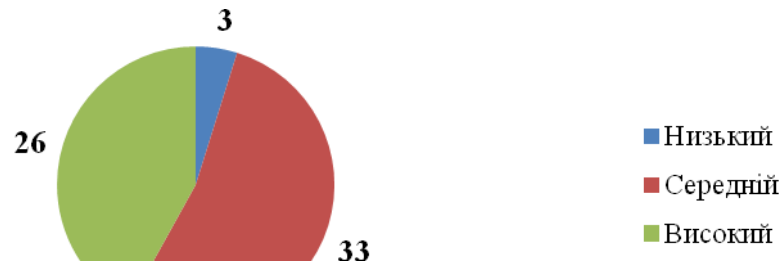
Результати вибірки «низького рівня» (див. табл. 2.7) мають в середньому значення такі, що оцінка втрат перевищує оцінку надбань, на основі цього рівень індексу ресурсності дорівнює середньому (з врахуванням того, що низький рівень індексу <0,8; середній - 0,8-1,2; високий - >1,2), що може свідчити про те, що втрачаючи навички, вміння, моделі поведінки, що могли б слугувати покращенням адаптивності і стресостійкості, представники вибірки, можуть не відновлювати втрачене, або, можливо, вони того не здатні зробити.

*Таблиця 2.7*

**Результати за опитувальником втрати й набуття персональних ресурсів серед представників вибірки «низького рівня»**

	Оцінка втрат	Оцінка здобутків	Значення індексу ресурсності
μ	102,3	90,3	0,903

На основі результатів вибірки «середнього рівня» (див. рис. 2.6) є 3 особи з низьким індексом ресурсності і 33 особи з середнім індексом, і 26 осіб з високим індексом ресурсності, що може свідчити про наявність осіб які не володіють вміннями і моделями поведінки до кращої адаптивності і такі, що мають такі вміння, проте середньої сили, а є такі особи, що володіють вміннями та навиками, знаннями й досвідом моделями поведінки, що могли б допомогти їм бути більш стресостійкими і адаптивними.



**Рис. 2.6. Результати розподілу рівня індексу ресурсності між представниками вибірки «середнього рівня»**

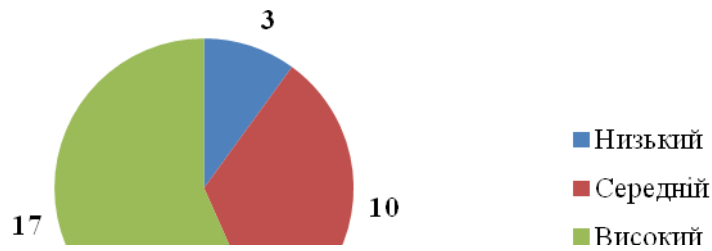
Відповідно до результатів опитування, серед представників «середнього рівня» (див. табл. 2.8) в середньому оцінка надбань перевищує оцінку втрат, що зумовило високий рівень індексу ресурсності, що може свідчити про те, що представники вибірки, загалом є адаптивними і стресостійкими, і, можливо, здатними до відновлення втрачених ресурсів, чи до пошуку нових.

*Таблиця 2.8*

**Результати за опитувальником втрати й набуття персональних ресурсів серед представників вибірки «середнього рівня»**

	Оцінка втрат	Оцінка здобутків	Значення індексу ресурсності
μ	69,6	89	1,5

На основі результатів вибірки «високого рівня» (див. рис. 2.7) є 3 особи з низьким індексом ресурсності і 10 осіб з середнім індексом, і 17 осіб з високим індексом ресурсності, що може свідчити про те, що вибірка «високого рівня» є більш адаптивною і стресостійкою, у порівнянні з іншими вибірками, за рахунок переваги в кількості осіб з високим індексом стресостійкості і адаптивності.



**Рис. 2.7. Результати розподілу рівня індексу ресурсності між представниками вибірки «високого рівня»**

Відповідно до результатів опитування серед вибірки «високого рівня» (див. табл. 2.9), в середньому оцінка надбань перевищує оцінку втрат, що зумовило високий рівень індексу ресурсності, що може свідчити про те, що представники вибірки володіють знаннями і вміннями, досвідом, що допомагає їм підвищувати власну адаптивність успіх і задоволеність власним життям.

*Таблиця 2.9*

**Результати за опитувальником втрати й набуття персональних ресурсів серед представників вибірки «високого рівня»**

	Оцінка втрат	Оцінка здобутків	Значення індексу ресурсності
μ	66,8	90,9	1,6

Результати дослідження за особистісним опитувальником «SACS» С. Хобфолла, будемо надавати відповідно до поділу на три вибірки, за результатами методики Е. Помиткіна.

Відповідно до результатів опитування серед представників вибірки «низького рівня» (див. табл. 2.10) в середньому досягли високих показників результати за шкалою «Агресивні дії», що може свідчити про тенденцію в поведінці, за якої, особистість направляє агресію на інших, під час невдач і конфліктів з іншими, звинувачуючи їх в чомусь.

Найнижчі показники за шкалою «Вступ до соціального контакту», «Пошук соціальної підтримки», що може свідчити про те, що найменш



властиво представникам вибірки вирішувати проблемні, конфліктні ситуації, співпрацюючи з людьми, і те, що в складних ситуаціях для них малотипово шукати підтримку від оточуючих.

Таблиця 2.10

**Результати за опитувальником «SACS» серед представників  
вибірки «низького рівня»**

	Асертивні дії	Вступ у соціальний контакт	Пошук соціальної підтримки	Обережн дії	Імпульсивні дії	Уникання	Маніпулятивні дії	Асоціальні дії	Агресивні дії
μ	19,8**	18,5*	19,3*	20,2**	17,3**	17**	19,5**	19**	20,5***

Примітки. Де, при \* - низький рівень вираженості; \*\* - середній рівень; \*\*\* - високий рівень вираженості кемпінг-стратегії

Відповідно до результатів опитування (див. табл. 2.11) серед представників вибірки «середнього рівня» в загальному їм притаманні більшість із досліджуваних копінг-стратегій : «Асертивні дії», «Пошук соціальної підтримки», «Обережн дії», «Імпульсивні дії», «Уникання», «Асоціальні дії», «Агресивні дії», що може свідчити про різноманітність вибірки, яка має спільну характеристику – середній рівень розвитку духовності, а також про те, що більшість вибірки достатньо гнучка при виборі копінг-стратегії і залежно від ситуації можуть обирати доречну модель поведінки. Найнижчими результатами за шкалами «Вступ до соціального контакту» і «Маніпуляційні дії», що може свідчити про те, що більшості представників вибірки не властиво вирішувати питання, взаємодіючи з іншими, а також те, що «свого» особистість не добивається за рахунок іншого.

Таблиця 2.11

**Результати за опитувальником «SACS» серед представників  
вибірки «середнього рівня»**

	Асертивні дії	Вступ у соціальний контакт	Пошук соціальної підтримки	Обережн дії	Імпульсивні дії	Уникання	Маніпулятивні дії	Асоціальні дії	Агресивні дії
μ	19,1**	21,5*	21,8**	20,5**	18,2**	17,5**	17,9*	15,3**	17,8**

Примітки. Де, при \* - низький рівень вираженості; \*\* - середній рівень; \*\*\* - високий рівень вираженості кемпінг-стратегії

За результатами опитування (див. табл. 2.12) серед представників вибірки «високого рівня» в середньому є найнижчі результати за шкалою «Асертивні дії», «Маніпуляційні дії» і «Асоціальні дії», що може свідчити про те, що більшості представників цієї вибірки не властиво будувати відносини в тому напрямленні, якого вони бажають, а також те, що їм менш властиво добиватися своєї мети за рахунок хитрощів, неправди, ще можна свідчити про те, що представникам вибірки менш властива відмова від конвенціональних норм.

Таблиця 2.12

**Результати за опитувальником «SACS» серед представників  
вибірки «високого рівня»**

	Асертивні дії	Вступ у соціальний контакт	Пошук соціальної підтримки	Обережн дії	Імпульсивні дії	Уникання	Маніпулятивні дії	Асоціальні дії	Агресивні дії
μ	17,4*	23,5**	23,7**	21,2**	17,3**	21,6***	16,2*	13,3*	17,8**

Примітки. Де, при \* - низький рівень вираженості; \*\* - середній рівень; \*\*\* - високий рівень вираженості кемпінг-стратегії

Найбільші результати за шкалою «Уникнення», що може свідчити про те, що для більшості представників вибірки властиво уникнення вирішення проблемних ситуацій і ніби так зване «вдавання», що нічого не сталося.

Здійснено кореляційний аналіз вибірок відповідно до поділу за результатами методики «Духовний потенціал особистості – 2» Е. Помиткіна, на низький, середній, високий рівні розвитку духовності. Такий аналіз уможливив якісний опис результатів, не тільки якісний, але і кількісний. До розгляду будуть подані прямі і зворотні кореляційні зв'язки середньої сили та сильні кореляційні зв'язки.

Спочатку перейдемо до розгляду кореляційних зв'язків, що притаманні вибірці з представниками «низького рівня». Відповідно до результатів дослідження (див. табл.2.13) знайдено наступні кореляційні зв'язки: прямий середньої сили зв'язок між шкалами «Спілкування» (за методикою Е. Помиткіна) і «Відповідальність» (за опитувальником О. Штепи), що може свідчити про те, що чим більше буде розвинута здатність особистості до прогнозу наслідків власних дій і усвідомлення необхідності звітувати про скоєне перед собою й іншими тим більше буде розвинута здатність людини до спілкування зі Всесвітом, Богом, Природою чи до підняття тем про сенс життя людини на Землі.

Прямий середньої сили кореляційний зв'язок встановлено між шкалами «Інтелект» (за методикою Е. Помиткіна) і «Відповідальність» (за опитувальником О. Штепи), що може свідчити про те, що чим більше вираженим буде наслідування образів дорослих з метою самовдосконалення, то тим більшою буде рівень відповідальності.

Прямий середньої сили кореляційний зв'язок встановлено між шкалами «Трансценденція» і «Загальний рівень психологічної ресурсності» (за методикою О. Штепи), тому можна зробити припущення, що чим більше зростатиме рівень розвитку трансценденції, тим більшим ставатиме загальний рівень психологічної ресурсності, а тому особистість буде все більш здібною

в життєвих і професійних питаннях, буде автономною у прийнятті рішень, самодостатньою у подоланні кризових ситуацій.

Таблиця 2.13

**Кореляційний аналіз результатів серед представників вибірки  
«низького рівня»**

	Відповідальність	Трансценденція	Доброга до людей	Уміння вмщувати власні ресурси	Спрямованість	Допомога ншим	Уміння оновлювати власні ресурси	Пошук соціальної підтримки	Маніпуляційні дії
Спілкування	0,917 **								
Інтелект	0,946 **								
Децентрація	- 2,917 ****								
Загальний рівень психологічної ресурсності		0,939 **							
Прагнення до мудрості		0,97* *	0,918 **	0,923* *	0,931* *				
Уміння вмщувати власні ресурси		0,921 **							
Оценка потерь					0,952* *				
Віра у добро						0,943* *			
Вступ в соціальний контакт							0,985* **		
Асоціальні дії								0,927* *	
Знання власних ресурсів									0,932* *

Примітки. Де, при  $p \leq 0,01$  - \*\* (0,917) середньої сили кореляційний зв'язок;  $p \leq 0,001$  - \*\*\* (0,974) сильний кореляційний зв'язок

Зворотній сильний кореляційний зв'язок встановлено між шкалами «Децентрація» (за методикою Е. Помиткіна) і «Відповідальність» (за опитувальником О. Штепи), що може свідчити про те, що чим більшого розвитку досягає Децентрація як механізм, тобто чим більше особистість проявляє увагу до інших у процесі спілкування, спрямованість на допомогу потребуючим і реалізує Добро, то тим меншим буде ставати рівень відповідальності і тим менше буде розвинена здатність особистості до прогнозу наслідків власних дій і усвідомлення необхідності звітувати про скоєне перед собою і іншими. Такі результати, можливо зумовлені особливостями віку вибірки (5 осіб по 18 років і 1 особа 26 років), а саме тим, що формування відповідальності саме перебуває в сензитивному періоді і та поведінка і ті вікові особливості, що супроводжують «пошуки себе», можливо, будуть протилежними до механізму децентрації, на що ми вказували в наших попередніх дослідженнях [18].

Зі шкалою «Уміння вміщувати власні ресурси» (за опитувальником О. Штепи) встановлено два кореляційні зв'язки середньої сили: зі шкалою «Трансценденція» (за методикою Е. Помиткіна) і зі шкалою «Прагнення до мудрості». Відмовібно до цього можна зробити припущення, що чим більше буде розвиток трансценденції, як механізму спілкування про теми місії людини у світі, спрямованості на реалізацію Краси, Добра, Істини і пізнання свого духовного «Я», то тим більшим буде вміння вміщувати власні ресурси, як здатності до самостійності в подоланні складних життєвих ситуацій, при цьому допомагаючи зростати в цьому іншим. Ці результати у своїх працях розглянула Т. Титаренко, яка запевняє, що людина, яка продуктивний тип ставлення до кризових ситуацій, добре розуміє себе і тому ефективно впорається з усіма складними ситуаціями [34, с. 121]. Результати зв'язку зі шкалою «Прагнення до мудрості» доводить якість використаного діагностичного матеріалу, за присутності кореляційних зв'язків між шкалами всередині.

Прямий середньої сили кореляційний зв'язок встановлено між шкалою «Спрямованість» (за методикою Е. Помиткіна) і «Прагнення до мудрості» (за методикою О. Штепи), тому можна зробити припущення, що чим більше буде рівень спрямованості особистості на духовні цінності тим більшим буде бажання вчитися і прагнення за допомогою знань побудувати свою картину світу і стати мудрішим через прагнення до істини.

Прямий середньої сили кореляційний зв'язок встановлено між шкалою «Спрямованість» (за методикою Е. Помиткіна) і «Оцінка втрат» (за методикою С. Хобфолла), можна зробити висновок, що чим більше буде спрямування на духовні цінності, тим більшими будуть втрати ресурсів особистості. Це пояснюється особливостями віку вибірки (в середньому юнацький вік), бо для цього віку властива егоцентричність в поведінці і якщо «відступити» від такої тенденції, то втрати будуть більшими, бо сама особистість перебуває на стадії пошуку своїх ресурсів.

Прямий кореляційний зв'язок середньої сили знайдено між шкалами «Доброта до людей» і «Прагнення до мудрості» (за методикою О. Штепи), що уможливорює зробити ще одне припущення на користь якості опитувальника, дібраного до проведення дослідження і це підтверджує залежність цих шкал між собою, такі ж самі кореляційні зв'язки з цього опитувальника є між шкалами: «Віра у добро» і «Допомога іншим», «Уміння оновлювати власні ресурси» і «Вступ до соціального контакту».

Прямий кореляційний зв'язок середньої сили встановлено між шкалами «Уміння оновлювати власні ресурси» (за методикою О. Штепи) і «Асоціальні дії» (за методикою С. Хобфолла), що може свідчити про те, чим більше знань представник вибірки має про шляхи зменшення напруги тим більше він забуває про конвенціональність і схильний порушувати закон. Цей висновок лише мотивує продовжити наше дослідження у профілактичній роботі з відкриття шляхів конструктивного зняття напруги, з метою покращення загального рівня ресурсності особистості.

Прямий кореляційний зв'язок середньої сили встановлено між шкалами «Пошук соціальної підтримки» і «Асоціальні дії» (за методикою С. Хобфолла), на основі цього ми можемо зробити припущення, що чим більше розвиток схильностей до асоціальних дій проявляють представники вибірки, тим більшою буде розвинута здатність до вирішення проблемних ситуацій, співпрацюючи з оточуючими. Також зв'язок між шкалами однієї методики вказує на надійність результатів цієї методики.

Прямий кореляційний зв'язок середньої сили встановлено між шкалами «Знання власних ресурсів» (за методикою О. Штепи) і «Маніпуляційні дії» (за методикою С. Хобфолла), що може свідчити про те, що чим більше людина знає реальність своїх можливостей і меж і збільшується знання про напрями самовдосконалення, то тим більшою стає тенденція до маніпулятивних дій, тобто чим більше особистість розуміє, що саме їй потрібно, тим більше вона користується методами здобуття бажаного за рахунок інших людей. Пояснення цьому можна знайти серед досліджень І. Конаревої, яка досліджувала феномен макіавеллізму, який у більшій мірі притаманний юнакам, яких в нашій вибірці більшість серед «низького рівня» [20].

Далі тут подаватимуться результати кореляційного аналізу даних вибірки «середнього рівня». До розгляду беремо лише зв'язки, прямі чи зворотні, сильні чи середньої сили. Серед результатів статистичного аналізу утворилися кореляційні зв'язки, що є між шкалами, всередині однієї методики (див. Додаток Б). На основі цього ми можемо свідчити, що підібрано якісний діагностичний інструментарій, компоненти, всередині яких, взаємозалежні.

На основі результатів опитувальника психологічної ресурсності О. Штепи було встановлено кореляційні зв'язки зі шкалами за методикою «Духовний потенціал особистості – 2» (див. табл. 2.14): середньої сили кореляційний зв'язок між шкалами «Упевненість у собі» і «Рефлексія», що може свідчити про те, що чим більше особистість прагне бути чесною у

спілкуванні і спрямовується на усвідомлення власного сенсу життя, то тим більш вона стає самодостатньою в прийнятті рішень. Прямий сильний кореляційний зв'язок встановлено між шкалами «Доброта до людей» і «Спілкування», що може свідчити про те, що чим більша здатність особистості до спілкування зі Всесвітом, Богом, Природою чи з підняття тем про мету життя людини на Землі, то тим більшим буде неконкурентне сприймання навколишніх і неконфліктні відносини з ними. Встановлено прямий середньої сили кореляційний зв'язок шкали «Допомога іншим» зі шкалами «Децентрація» і «Загальна сума», що може свідчити про те, що чим більший рівень в житті особистості реалізації Добра в певних ситуаціях і спрямованість на допомогу потребуючим, і чим більше є рівень духовного потенціалу, то тим більшим є ресурс, як допомога іншим, тобто більш розвинений активний альтруїзм. Також між шкалою «Допомога іншим» і шкалами «Трансценденція» і «Спілкування» наявний прямий сильний кореляційний зв'язок, що може свідчити про те, що чим більше людина спілкується на теми сенсу життя, реалізації Добра і пізнає своє духовне «Я», то тим більше її поведінка буде направлена на добро іншим. Прямий середньої сили кореляційний зв'язок встановлено між шкалою «Успіх» і шкалами «Спрямованість» і «загальна сума», що може свідчити про те, що чим вищим є фокусування на духовне самовдосконалення і самореалізацію і чим вищим є духовний потенціал особистості, то тим більшим буде вміння відповідати об'єктивному еталону вимог до особистості. Встановлено прямий сильний кореляційний зв'язок шкали «Успіх» зі шкалами «Трансценденція» і «Спрямованість», що свідчить про те, що ці процеси з актуалізації духовного потенціалу спливають на зростання успіху, як особистісного ресурсу. Щодо подальшого аналізу, то можна зробити висновок, що відповідно усілякий зв'язок особистісного ресурсу з механізмом чи структурою актуалізації Духовного потенціалу будуть зумовлювати зростання один одного.



Встановлено прямиий середньої сили кореляційний зв'язок між шкалами «Загальний рівень психологічної ресурсності» і «Рефлексія», що може свідчити про те, що чим більше особистість шукає і знаходить відповіді на запитання: хто я, що роблю в цьому світі і т.д., то тим більше зростає рівень її ресурсності.

Таблиця 2.14

**Кореляційний аналіз результатів зі шкалами, за методикою О. Штепи, і Е. Помиткіна серед представників вибірки «середнього рівня»**

	Децентрація	Рефлексія	Трансценденція	Спілкування	Спрямованість	Інтелект	Загальна сума
Упевненість у собі		0,329**					
Доброта до людей				0,549***			
Допомога іншим	0,354**		0,417**	0,419***			0,371* *
Успіх			0,448**		0,329*	0,481**	0,353* *
Творчість			0,515**			0,466**	0,373* *
Віра у добро	0,4**			0,489***			
Прагнення до мудрості		0,327**	0,405*		0,33**	0,352*	0,411* **
Робота над собою		0,47***		0,349**		0,408**	0,402* *
Уміння вміщувати власні ресурси			0,348*				
Загальний рівень психологічної ресурсності		0,37**	0,447**			0,44**	0,439* **

Примітки. Де, при  $p \leq 0,01$  - \*\* (0,325) середньої сили кореляційний зв'язок;  $p \leq 0,001$  - \*\*\* (0,408) сильний кореляційний зв'язок

Також прямиий сильний кореляційний зв'язок є між шкалою «Загальний рівень психологічної ресурсності» зі шкалами «Трансценденція», «Інтелект» і «Загальна сума» розвитку духовності, що може свідчити про те, що чим

більше реалізується розвиток духовного потенціалу, завдяки цим процесам і сам духовний потенціал, то тим більшого розвитку досягає психологічна ресурсність особистості.

Аналіз результатів уможливив знаходження кореляційних зв'язків між шкалами опитувальника психологічної ресурсності особистості О. Штепи і особистісним опитувальником «SACS» С. Хобфолла (див. табл 2.15): встановлено прямий сильний кореляційний зв'язок між «Асертивними діями» і «Впевненістю в собі», що може свідчити про те, що чим більше особистість буде відносити в бажаному напрямку, то тим більш впевненою в собі, об'єктивно оцінюючи себе, буде особистість, цей результат доводить дослідження І. Толкунової, який в одну із структур впевненості в собі наводить можливість висувати вимоги і досягати їх, що характеризує встановлений нами зв'язок [35].

Таблиця 2.15

**Кореляційний аналіз результатів зі шкалами, за методикою О. Штепи і С. Хобфолла серед представників вибірки «середнього рівня»**

	Упевненість у собі	Доброта до людей	Допомога іншим	Віра у добро	Прагнення до мудрості	Робота над собою	Відповідальність	Уміння оновлювати власні ресурси	Загальний рівень психологічної ресурсності
Асертивні дії	0,448 ***							0,33* *	
Вступ у соціальний контакт		0,482 ***	0,40 5**		0,427 ***	0,36 9**	0,33 2**	0,337 **	0,413 ***
Маніпулятивні дії		- 0,465 ***		- 0,49 5***					
Агресивні дії				- 0,39 4**					

Примітки. Де, при  $p \leq 0,01$  - \*\* (0,325) середньої сили кореляційний зв'язок;  $p \leq 0,001$  - \*\*\* (0,408) сильний кореляційний зв'язок

Встановлено прямий середньої сили кореляційний зв'язок між шкалою «Вступ до соціального контакту» зі шкалами «Допомога іншим», «Робота над собою», «Відповідальність», «Уміння оновлювати власні ресурси», що свідчить про те, що чим більше особистість, також наявний прямий сильний кореляційний зв'язок між шкалою «Вступ до соціального контакту» і шкалами «Доброта до людей», «Прагнення до мудрості», «Загальний рівень психологічної ресурсності». На основі встановлених зв'язків можна свідчити про те, що чим більше людина буде розвивати вище з названих ресурсів, то тим більшою буде її здатність розв'язувати складні життєві ситуації, співпрацюючи з іншими.

Встановлено зворотній сильний кореляційний зв'язок між «Маніпуляційні дії» і шкалами «Доброта до людей» і «Віра у добро», це може свідчити про те, що чим більше особистість досягає своєї мети, за рахунок інших, то тим менше її ресурси будуть проявлятися по відношенню до людей, тобто це конкурентне і конфліктне сприйняття людей і переконаність у наявній несправедливості, що формує негативну картину світу.

Встановлено зворотній середньої сили кореляційний зв'язок між шкалами «Агресивні дії» і «Віра у добро», що може свідчити про те, що чим більше особистість переконана у існуванні справедливості і може бути милосердною, то тим менше її тенденція до агресивної поведінки, підтвердженням цьому є робота С. Діхтяренко, в якій розглянуто методи профілактики девіантної поведінки, серед яких був метод гри, за допомогою якого пропонували розвивати вміння до милосердя [14].

Встановлено кореляційні зв'язки між шкалами методик С. Хобфолла і Е. Помиткіна (див. табл. 2.16). Зворотній середньої сили кореляційний зв'язок встановлено між шкалами «Асертивні дії» і «Спілкування», що може свідчити про те, що чим більше здатність особистості до спілкування зі Богом, Всесвітом, Природою чи з підняття тем про сенс життя людини на Землі, то тим меншими будуть здатності до впевненості і впевнених дій. Або

можна на це поглянути з іншої сторони, що чим більше особистість впевнена в собі, то тим менше вона прагне через спілкування актуалізувати духовний потенціал.

Встановлено прямий сильний кореляційний зв'язок «Вступу до соціального контакту» зі шкалами «Спілкування» і «Загальна сума» духовного потенціалу, що може свідчити про те, що чим вищим є прагнення до спілкування на теми сенсів і здатності до спілкування з «Вищими силами» і чим вище буде рівень розвитку духовності, то тим більшою буде здатність особистості вирішувати складні життєві ситуації, разом з іншими.

Встановлено зворотній середньої сили кореляційний зв'язок між шкалами «Асоціальні дії» і «Характер», що може свідчити про те, що чим більше особистості будуть притаманні риси високодуховно розвиненої людини, тим меншою буде тенденція до асоціальних дій.

Таблиця 2.16

**Кореляційний аналіз результатів зі шкалами, за методикою С. Хобфолла і Е. Помиткіна серед представників вибірки «середнього рівня»**

	Трансценденція	Спілкування	Характер	Інтелект	Загальна сума
Асертивні дії		-0,384**			
Вступ у соціальний контакт	0,325**	0,429***		0,325**	0,412***
Маніпулятивні дії		-0,445***			
Асоціальні дії			-0,395**		
Вік		0,363**			

Примітки. Де, при  $p \leq 0,01$  - \*\* (0,325) середньої сили кореляційний зв'язок;  $p \leq 0,001$  - \*\*\* (0,408) сильний кореляційний зв'язок

На основі аналізу наявності кореляційних зв'язків між шкалами методик «Духовний потенціал особистості – 2» Е. Помиткіна і опитувальника втрати й набуття персональних ресурсів Н. Водопьянкової й М. Штейн ми можемо стверджувати становлення наступних зв'язків (див. табл. 2.17): прямий сильний кореляційний зв'язок встановлено між шкалами «Оцінка

надбань» і «Психофізіологія», що може свідчити про те, що чим більше людина само розвивається, турбується про своє здоров'я і веде здоровий спосіб життя, тим більше стає рівень ресурсних надбань. Цей результат підтверджує дослідження О. Штепи, в якому вона стверджує, що ресурсність є критерієм індивідуального здоров'я [41]. Встановлено прямий середньої сили кореляційний зв'язок між шкалами «Значення індексу ресурсності» і «Психофізіологія», що може свідчити про те, що чим здоровіша особистість, то тим більш адаптивною вона є, що стосується взаємозв'язку і в протилежному напрямку, про що свідчить дослідження І. Галецької, яка стверджує, що у адаптивності є один із критеріїв – самоефективність, успішність дій якої полягає в дотриманні здорового способу життя [10, с. 41].

*Таблиця 2.17*

**Кореляційний аналіз результатів зі шкалами, за методикою Н. Водопьянної і Е. Помиткіна серед представників вибірки «середнього рівня»**

	Психофізіологія
Оцінка надбань	0,448***
Значення індексу ресурсності	0,327**

Примітки. Де, при  $p \leq 0,01$  - \*\* (0,325) середньої сили кореляційний зв'язок;  $p \leq 0,001$  - \*\*\* (0,408) сильний кореляційний зв'язок

Кореляційний аналіз зв'язків між шкалами методик опитувальника психологічної ресурсності особистості О. Штепи і опитувальника втрати й набуття персональних ресурсів Н. Водопьянної й М. Штейн уможливив встановлення наступних кореляційних зв'язків (див. табл.2.18): прямий середньої сили кореляційний зв'язок встановлено між «Оцінкою надбань» і шкалами «Успіх» і «Уміння вміщувати власні ресурси», що може свідчити про те, що чим більше розвинута здатність організовувати ситуації, що якнайбільше розкриватимуть особистість і чим більша здатність самостійного подолання складних ситуацій і навчання цьому ж інших, то тим більше рівень надбань ресурсів. У випадку саморозкриття і висвітлення своїх

сильних сторін в дійсності, то в підтвердження цього результату, варто згадати «коучінг», як процес, який включає розкриття сильних якостей особистості, що призводить, в результаті розвитку індивідуальних ресурсів особистості, як стверджують у своїй роботі Н Вінник і Т. Кутішенко, досліджуючи вплив бізнес-коучінгу на вдосконалення ресурсів [5, с. 191]. Встановлено прямий середньої сили кореляційний зв'язок між «Значення індексу ресурсності» і шкалами «Знання власних ресурсів» і «Загальний рівень психологічної ресурсності», що може свідчити про те, що чим реалістичніше особистість оцінюватиме свої психологічні можливості і межі і чим ресурснішою вона буде (тобто і наявність ресурсів і їх застосування), тим адаптивнішою буде особистість.

*Таблиця 2.18*

**Кореляційний аналіз результатів зі шкалами, за методикою Н. Водопьянкової і О. Штепи серед представників вибірки «середнього рівня»**

	Успіх	Знання власних ресурсів	Уміння вміщувати власні ресурси	Загальний рівень психологічної ресурсності
Оцінка надбань	0,375**		0,377**	
Значення індексу ресурсності		0,364**		0,34**

Примітки. Де, при  $p \leq 0,01$  - \*\* (0,325) середньої сили кореляційний зв'язок;  $p \leq 0,001$  - \*\*\* (0,408) сильний кореляційний зв'язок

Надалі будуть надаватися результати кореляційного аналізу між шкалами у представників вибірки «високого рівня», відповідно до розподілу за методикою Е. Помиткіна. На основі результатів статистичного аналізу встановлено кореляційні зв'язки, що є між шкалами однієї методики (див. Додаток В). В результаті чого ми можемо свідчити, що діагностичний інструментарій, компоненти, всередині яких, взаємозалежні - якісний.

За результатами аналізу між шкалами методик опитувальника психологічної ресурсності О. Штепи і «Духовний потенціал особистості – 2» Е. Помиткіна встановлено наступні кореляційні зв'язки (див. табл. 2.19): зворотній сильний кореляційний зв'язок між шкалами «Характер» і «Прагнення до мудрості», що може свідчити про те, що чим більше в характері людини проявляються високодуховні особистісні риси, то тим менше вона прагне вчитися у життя і в інших, це може бути спричинено певною самовпевненістю на основі досягнутого. Або цей зв'язок діє з іншою тенденцією і чим менше особистість проявляє «високі» риси характеру, тим більше вона прагне до збагачення знань і самовдосконалення. Встановлено зворотній середньої сили кореляційний зв'язок між шкалами «Уміння вміщувати власні ресурси» і «Самосвідомість», що може свідчити про те, що більш розвинена здатність долати складні ситуації і вчити цьому інших, то тим меншою є самосвідомість, як здатність осмислювати духовні механізми в діяльності, це може пояснюватися тим, що діяльність стає автоматизованою і менш осмисленою, можливо, для представників «високого» рівня з легкістю долати складні життєві ситуації – легка справа.

Таблиця 2.19

### Кореляційний аналіз результатів зі шкалами, за методиками Е.

#### Помиткіна і О. Штепи серед представників вибірки «високого рівня»

	Характер	Самосвідомість
Прагнення до мудрості	-1,617***	
Уміння вміщувати власні ресурси		-0,469**

Примітки. Де, при  $p \leq 0,01$  - \*\* (0,463) середньої сили кореляційний зв'язок;  $p \leq 0,001$  - \*\*\* (0,570) сильний кореляційний зв'язок

На основі результатів аналізу між методиками «Духовний потенціал особистості – 2» Е. Помиткіна і особистісним опитувальником «SACS» С. Хобфолла, виявлено наступні кореляційні зв'язки (див. табл. 2.20): прямий сильний зв'язок шкали «Спрямованість» з «Вступом до соціального контакту»; і прямий середньої сили зі шкалою «Пошук соціальної

підтримки», що може свідчити те, що чим більше особистість уміє вирішувати проблемні ситуації співпрацюючи з кимось і чим більше вона володіє вмінням знаходити допомогу і підтримку від оточуючих людей, тим більш осмисленими будуть механізми актуалізації духовного потенціалу особистості.

Таблиця 2.20

**Кореляційний аналіз результатів зі шкалами, за методиками Е. Помиткіна і С. Хобфолла серед представників вибірки «високого рівня»**

	Спрямованість
Вступ у соціальний контакт	0,614***
Пошук соціальної підтримки	0,531**

Примітки. Де, при  $p \leq 0,01$  - **\*\***(0,463) середньої сили кореляційний зв'язок;  $p \leq 0,001$  - **\*\*\***(0,570) сильний кореляційний зв'язок

На основі аналізу результатів було встановлено кореляційні зв'язки між шкалами методики «Духовний потенціал особистості – 2» Е. Помиткіна і особистісного опитувальника «SACS» С. Хобфолла (див. табл. 2.21): прямий середньої сили кореляційний зв'язок встановлено між шкалою «Оцінка надбань» і шкалами «Упевненість у собі» і «Віра у добро».

Таблиця 2.21

**Кореляційний аналіз результатів зі шкалами, за методиками О. Штепи і Н. Водопьянкової серед представників вибірки «високого рівня»**

	Упевненість у собі	Віра у добро
Оцінка надбань	0,464**	0,463**

Примітки. Де, при  $p \leq 0,01$  - **\*\***(0,463) середньої сили кореляційний зв'язок;  $p \leq 0,001$  - **\*\*\***(0,570) сильний кореляційний зв'язок

На основі цього ми можемо зробити припущення, що чим вищими будуть значення ресурсів, тобто чим більше особистість розвиватиме вміння до милосердності і сподівання і чим більше вона віритиме в справедливість, а також чим більше буде самодостатньою у прийнятті рішень, тим більшими будуть її ресурсні надбання.



На основі отриманих результатів кореляційного аналізу, встановлено наступні зв'язки (див. табл. 2.22): прямий середньої сили кореляційний зв'язок між шкалами «Асертивні дії» і «Впевненість в собі», на основі цього ми можемо зробити припущення, що чим більше особистість буде самодостатньою у прийняття рішень, тим впевненішою буде її поведінка. Щоправда, С. Гончаров і Є. Казанцева стверджують, що ці поняття синонімічні, тому це тільки підтверджує отриманий результат [11].

Таблиця 2.22

**Кореляційний аналіз результатів зі шкалами, за методиками О. Штепи і С. Хобфолла серед представників вибірки «високого рівня»**

	Упевненість у собі	Доброта до людей	Допомога іншим	Творчість	Знання власних ресурсів	Уміння оновлювати власні ресурси	Уміння вміщувати власні ресурси	Загальний рівень психологічної ресурсності
Асертивні дії	0,544* *							
Вступ у соціальний контакт		0,619 ***	0,592 ***	0,53* *		0,573***	0,471* *	0,65***
Пошук соціальної підтримки		0,59* **	0,566 **	0,527 **	0,517 **	0,609***	0,512* *	0,634** *
Імпульсивні дії						0,47**		

Примітки. Де, при  $p \leq 0,01$  - \*\* (0,463) середньої сили кореляційний зв'язок;  $p \leq 0,001$  - \*\*\* (0,570) сильний кореляційний зв'язок

Встановлено прямий сильний кореляційний зв'язок шкали «Вступ до соціального контакту» зі шкалами «Доброта до людей», «Допомога іншим», «Уміння оновлювати власні ресурси» і «Загальний рівень психологічної ресурсності» і прямий середньої сили зв'язок зі шкалами «Творчість» і «Уміння вміщувати власні ресурси», на основі цього ми можемо зробити висновки, що чим більш розвиненими матиме особистість ці ресурси, навчатиме вирішувати інших самостійно складні життєві ситуації і чим

більше буде загальний рівень ресурсності, тим більше буде вміння вирішувати проблемні ситуації спільно з іншими людьми.

Встановлено прямий середньої сили кореляційний зв'язок шкали «Пошук соціальної підтримки» зі шкалами «Допомога іншим», «Творчість», «Знання власних ресурсів», «Уміння вмщувати власні ресурси» і прямий сильний кореляційний зв'язок зі шкалами «Доброта до людей», «Уміння оновлювати власні ресурси» і «Загальний рівень психологічної ресурсності», що може свідчити про те що чим більше буде рівень розвитку ресурсів і чим більшою буде вміння людини поповнювати ці ресурси за допомогою творчості, любові, то тим більшим буде тенденція до того, що під час складних ситуацій особистість з більшою легкістю зможе знайти підтримку від інших людей.

Встановлено прямий середньої сили кореляційний зв'язок між шкалами «Імпульсивні дії» і «Уміння оновлювати власні ресурси», що може свідчити про те, що чим більше необдумано і швидко особистість приймає рішення тим більше здібності до поповнення власних ресурсів через творчість, успіх та любов.

Здійснено аналіз результатів загальної вибірки і дослідження впливу віку на рівень розвитку певних шкал. Встановлено наступні кореляційні зв'язки (див. табл. 2.23): прямий середньої сили кореляційний зв'язок встановлено між шкалами «Вік» і «Спілкування (за методикою Е. Помиткіна), що може свідчити про те, що чим більший буде вік особистості тим більш розвиненою буде структура актуалізованості духовного потенціалу, за допомогою спілкування про сенс життя людини і звертання до Природи, Буття, Бога. Цей результат підтверджує робота Н. Жигайло, яка стверджує, що юнацький вік є сенситивним до саморозвитку, одним із проявів якого є духовність [15, с. 161]. Встановлено прямий середньої сили кореляційний зв'язок між шкалами «Вік» та «Інтелект» (за методикою Е. Помиткіна), що може свідчити про те, що чим більшого віку особистість тим вищим є її прагнення збагачувати знання про духовність і її актуалізацію.

Встановлено прямий середньої сили кореляційний зв'язок між шкалами «Вік» і «Доброта до людей» (за методикою О. Штепи), що може свідчити про те, що чим більшим є вік особистості, то тим більшим є здатність сприймати людей неконкурентними і неконфліктними і те, що з віком змінюється життєва філософія особистості і вона сприймає людей більш добрими за своєю природою.

Встановлено зворотні середньої сили кореляційні зв'язки шкали «Вік» зі шкалами «Маніпуляційні дії» і «Асоціальні дії» (за методикою С. Хобфолла), що може свідчити про те, що чим старшою є особистість, то тим меншою є тенденція до того, аби досягати своєї мети за рахунок інших людей, і зменшується тенденція до протиправних дій, ворожого ставлення, недовіри і руйнування соціальних зв'язків.

Таблиця 2.23

### Кореляційний аналіз результатів дослідження

	Спілкування	Інтелект	Доброта до людей	Маніпулятивні дії	Асоціальні дії
Вік	0,277**	0,316**	0,313**	-0,261**	-0,293**

Примітки. Де, при  $p \leq 0,01$  - \*\* (0,256) середньої сили кореляційний зв'язок;  $p \leq 0,001$  - \*\*\* (0,324) сильний кореляційний зв'язок

Результати кореляційного аналізу дозволяють виокремити три ситуації впливу розвитку духовності на психологічну ресурсність особистості та на копінг-стратегії особистості. Вибірці «низького рівня» характерними є прямі зв'язки психологічних ресурсів з механізмами актуалізації духовного потенціалу, а також були встановлені особливості зворотнього зв'язку між шкалами «Децентрація» і «Відповідальність», що підкреслює особливості віку вибірки (юнацький вік), бо чим більше людина може прогнозувати наслідки власних дій і діє згідно до власних переконань, то тим більше буде тенденція до егоїстичної поведінки, що спричинено орієнтацією на собі в цьому віці. Для цієї вибірки також властиве те, що чим більше особистість втрачає ресурсів, тим більше вона спрямовує свою діяльність у напрямку

розвитку духовного потенціалу. Для вибірки «середнього рівня» властивий прямий вплив духовного потенціалу на психологічні ресурси і на ресурсність взагалі. Також для цієї вибірки властиве те, що ведення здорового способу життя і фізичне самовдосконалення (шкала «Психофізіологія» за методикою Е. Помиткіна) прямо впливають на збільшення ресурсів і на адаптивність особистості. Також рівень духовного потенціалу має прямі зв'язки з копінг-стратегією «Вступ до соціального контакту», а також зворотні зв'язки з копінг-стратегіями «Асертивні дії», «Маніпуляційні дії», «Асоціальні дії», що свідчить про те, що чим вище розвиток духовного потенціалу, тим нижче тенденція до побудови відносин в бажаному напрямку і меншими будуть тенденції з досягання мети за рахунок інших і меншою тенденція до протиправних дій. Для вибірки «високого рівня» властивими стали зворотні зв'язки деяких структур актуалізації духовного потенціалу з психологічним ресурсом «Прагнення до мудрості» і вмінням психологічної ресурсності вміщувати власні ресурси, що уможливило зробити висновок, що чим менше духовного потенціалу проявлено в особистісних рисах тим більшими є розвиток ресурсу і вміння навчати інших самостійно долати складні ситуації, тобто щось подібне до парадоксального механізму. Також прямий кореляційний зв'язок шкали «Спрямованість» зі шкалами копінг-стратегій, що відрізняє представників вибірки від інших тим, що чим більше вони в пріоритеті займаються духовним, тим більш соціально-ресурсними вони будуть ставати.

## ВИСНОВКИ

Проведено дослідження «Психологічна ресурсність особистості з різним рівнем духовного розвитку» з метою здійснення теоретико-емпіричного аналізу психологічної ресурсності і копінг-стратегій особистості з різним рівнем розвитку духовності. Відповідно поставлених завдань можемо зробити наступні висновки:

1. На основі теоретичного аналізу генези явлень концептів «духовний потенціал», «психологічна ресурсність», «копінг-стратегія» ми можемо зробити висновок, що для поняття «духовність» чи «духовний потенціал» не існує загальної дефініції, тому в нашій роботі ми використовували тлумачення за Е. Помиткіним. Феномен психологічної ресурсності достатньо новий, хоча генезу досліджень прослідкувати можна, проте цей концепт варто досліджувати надалі, аби збагачувати теоретичні надбання. На основі аналізу досліджень феномену «копінг-стратегія» ми зробили висновок, що це концепт, дослідження якого має високу практичну значущість, через його значний вплив на фізичний і психологічний добробут особистості.

2. Досліджено особливості впливу рівня розвитку духовності на психологічну ресурсність особистості, рівень її адаптивності і тенденції до копінг-стратегій. Опитуваними стали 98 осіб, серед яких 6 осіб з низьким рівнем розвитку духовності (серед яких 2 особи жіночої статі і 4 особи чоловічої), 62 особи з середнім рівнем розвитку духовності (серед яких 38 осіб жіночої статі і 24 особи чоловічої) і 30 осіб з високим рівнем розвитку духовності (серед яких 22 особи жіночої статі і 8 осіб – чоловічої). Діагностичним матеріалом для дослідження стало поєднання методики «Духовний потенціал особистості – 2» Е. Помиткіна; опитувальника психологічної ресурсності особистості О. Штепи; опитувальника втрати й набуття персональних ресурсів Н. Водопьянкової й М. Штейн; особистісного опитувальника «SACS» С. Хобфолла.

3. Здійснено інтерпретацію отриманих результатів дослідження, що уможливило встановити особливості зв'язків рівня духовного розвитку, для кожного з рівнів, з компонентами психологічної ресурсності і різними копінг-стратегіями, які доведено результатами кореляційного аналізу. Серед представників «низького рівня» це прямий вплив механізмів актуалізації духовного потенціалу на психологічні ресурси з, а також була встановлена тенденція до егоїстичної поведінки, що стало нормативним до більшості з вікової категорії вибірки. Неспіцифічним стало те, що чим більше особистість втрачає ресурсів, тим більше вона спрямовує свою діяльність до розвитку духовного потенціалу. Для вибірки «середнього рівня» властивий прямий вплив духовного потенціалу на психологічні ресурси і на ресурсність взагалі. Для вибірки властиве те, що здоровий спосіб життя збільшує адаптивність вибірки; характерними є менша тенденція до протиправних, маніпуляційних і впевнених дій. Для вибірки «високого рівня» властивим став парадоксальний зв'язок розвитку духовності в рисах характеру і пошуку мудрості, при їх з однієї сторони низьких проявах, а з іншої високих. Також відрізняє представників вибірки від інших тим, що чим більше вони в пріоритеті займаються духовним, тим більш соціально-ресурсними вони будуть ставати.

Результати дослідження уможливили позитивні результати, бо у нас була можливість вказати на різницю впливу рівня розвитку духовності на стан психологічної ресурсності особистості, її допінг стратегій і адаптивних можливостей. Але на цьому наше дослідження буде продовжуватися у напрямку здійснення апробації результатів, а допомогою проведення тренінгів, проведення індивідуальних консультацій і заміру динаміки стану їх психологічної ресурсності і розвитку духовного потенціалу, допінг-стратегій і адаптаційних можливостей.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Арнаутова Л., Петровська Т. Копінг-стратегії подолання стресу спортсменами. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2019. вип. 2: С. 105-113.  
URL: <file:///C:/Users/916C~1/AppData/Local/Temp/188119-%D0%A2%D0%B5%D0%BA%D1%81%D1%82%20%D1%81%D1%82%D0%B0%D1%82%D1%82%D1%96-418017-1-10-20191218.pdf>
2. Бірон Б. Проактивне подолання стресових ситуацій особистістю: дис. на здобуття канд. психол. наук: спец. 19.00.01 «Загальна психологія, історія психології». Одеса, 2015. - 197с.
3. Бердяев Н. Спасение и творчество. *Путь: Орган русской религиозной мысли*. М., 1992. Кн. 2. С. 161-176.
4. Бугерко Я. Буттєвість духовності в оптиці методологічного аналізу. *Психологія і суспільство*. 2017. № 2. С. 62-82.
5. Вінник Н., Кутішенко Т. Бізнес-коучінг як соціально-психологічна практика самопізнання та самовдосконалення людських ресурсів. *Теорія і практика сучасної психології*. 2020. № 1. Т. 3. С. 190-194. DOI: <https://doi.org/10.32840/2663-6026.2020.1-3.34>
6. Водопьянова Н. Психодиагностика стресса. СПб. : Питер, 2009. 336 с.
7. Водопьянова Н., Наследов А. Стандартизированный опросник «потери и приобретения ресурсов» для специалистов социномических профессий. *Вестник ТвГУ. Серия "Педагогика и психология"*. Тверь. 2013. Вып. 4. С. 8-22.
8. Водопьянова Н., Штейн М. Опросник потерь и приобретений (ОПП). *Практикум по психологии здоровья / под ред. Г.С. Никифорова*. СПб. : Питер. 2005. С. 119-126.

9. Волошок О., Прус С. Поведінкові прояви копінг-стратегій у осіб юнацького віку. *Молодий вчений. Серія: Психологічні науки*. 2021. № 1 (89). С. 146-151.
10. Галецька І. Дослідження самоефективності в психології здоров'я. *Вісник Харківського університету. Серія : Психологія*. 2002. № 550, частина 2. С. 41-43.
11. Гончаров С., Казанцева Е. Уверенность в себе как важное качество личности. *Образование и наука*. 2004. № 5 (29). С. 70-74.
12. Горденко А. Особистісна ресурсність у контексті професійної діяльності правоохоронців. *Науковий вісник МНУ імені В. О. Сухомлинського. Серія: Психологічні науки*. 2016. Вип. № 1 (16). С. 40-45.
13. Гуляс І. Копінг-стратегії у контексті життєвих досягнень особистості. *Science and Education a new dimension Pedagogy and Psychology*. 2015. Вип. 3(20). С. 72–75.
14. Діхтяренко С. Методика роботи шкільного психолога щодо профілактики девіантної поведінки у підлітків. *Вісники Національної академії Державної прикордонної служби України. Серія: Психологія*. 2018. Вип. 1. URL: [file:///C:/Users/916C~1/AppData/Local/Temp/Vnadpn\\_2018\\_1\\_8.pdf](file:///C:/Users/916C~1/AppData/Local/Temp/Vnadpn_2018_1_8.pdf)
15. Жигайло Н. Психологічне моделювання процесу духовного становлення особистості в юнацькому віці. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. Серія: психологічна*. 2011. № 1. С. 156-170.
16. Исаева Е. Р. Копинг-механизмы в системе приспособительного поведения больных шизофренией : дис. ... канд. психол. наук. СПб., 1999. 140 с.
17. Карамушка Л. Копінг-стратегії: сутність, підходи до класифікації, значення для психологічного здоров'я молоді. *Актуальні проблеми психології : зб. наук. праць Інституту психології імені Г.С. Костюка*



*НАПН України*. К. : Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2020. Т. 55, № 1. С. 23 – 30.

18. Кравців В. Егоїстича мотивація в генезі особистісної зрілості у представників юнацького віку. Херсон. 2020. 8 с. URL: [http://ekhsuir.kspu.edu/bitstream/handle/123456789/10596/%D0%9A%D1%80%D0%B0%D0%B2%D1%86%D1%96%D0%B2\\_%D1%81%D1%82%D0%B0%D1%82%D1%82%D1%8F.pdf?sequence=2](http://ekhsuir.kspu.edu/bitstream/handle/123456789/10596/%D0%9A%D1%80%D0%B0%D0%B2%D1%86%D1%96%D0%B2_%D1%81%D1%82%D0%B0%D1%82%D1%82%D1%8F.pdf?sequence=2)
19. Крэйн У. Теории развития. Секреты формирования личности. СПб.: прайм-ЕВРОЗНАК, 2002. 608 с.
20. Конарева И., Сергиенко М. Особенности макиавеллизма и коммуникативного поведения в юношеском возрасте. *Ученые записки Крымского федерального университета имени В. И. Вернадского Социология. Педагогика. Психология*. 2017. Том 3 (69). № 1. С. 56–64.
21. Кривцова С. Точки опоры. *Psychologies*. 2014. № 100. С.116-117.
22. Леонтьев Д. Духовность, саморегуляция и ценности. *Известия ЮФУ. Технические науки*. 2005. № 7. С. 16-21.
23. Леонтьев Д. Проект Ф-98 «Разработка показателей и анализ факторов развития личностного потенциала и психологического благополучия учащихся в системе общего образования» URL : [www.macsi.ru/biblio/P-F-98.ppt](http://www.macsi.ru/biblio/P-F-98.ppt)
24. Методика воспитательной работы / под. ред. В. А. Слостенина. Москва: Academia, 2002. 144с.
25. Образование: идеалы и ценности (историко-теоретический аспект). М.: ИТПиО РАО, 1995. 631 с.
26. Патанджали М. Йога-сутра / пер. с санскрита Е.П. Островской и В.И. Рудого. URL : [www.myshambhala.com/books/yoga/index.htm](http://www.myshambhala.com/books/yoga/index.htm)
27. Пілецький В. Копінг-стратегії поведінки особистості в стресових ситуаціях. *Філософія, соціологія, психологія: зб. наук. праць*. 2014. Вип. 19. Ч. 1. С. 185-194.

28. Помиткін Е. Психологічна діагностика духовного потенціалу особистості : посібник. Кіровоград : Імекс-ЛТД, 2013. 144 с.
29. П'янківська Л. Копінг-стратегії поведінки поліцейського. *Психологічні та педагогічні проблеми професійної освіти та патріотичного виховання персоналу системи МВС України*. Харків, 2019. С. 184-186.
30. Родіна Н. Ієрархічна модель структури копінг-поведінки. *Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки*. 2011. № 1. С. 120–129.
31. Розенберг В. Как найти достойный выход. *Psychologies*. 2012. № 72. 124 с.
32. Сергиенко Е. Системно-суб'єктний підхід: обоснование и перспектива. *Психологический журнал*. 2011. Т. 32. № 1. С. 120-132.
33. Сухомлинська О. Рефлексії про генезу духовності в контексті виховання на шляху до синтезу парадигм. *Історико-педагогічний альманах*. К., 2005. Вип.1. С. 5-20.
34. Титаренко Т., Лепіхова Л. Психологічна профілактика стресових перевантажень серед шкільної молоді: наук.-метод. посіб. К. : Міленіум. 2006. 204 с.
35. Толкунова І. Феномен впевненості як детермінанта діяльності. *Соціальна психологія*. 2006. № 3 (17). С. 102-107.
36. Токарева С. Проблема духовного опыта и методологические основания анализа духовности. Волгоград: Изд-во ВолГУ, 2003. 256 с.
37. Шкіренко О. Духовні цінності дорослих як основа розвитку духовного потенціалу молоді. *Освіта дорослих: теорія, досвід, перспективи*. 2015. 2 (11). С. 125-132.
38. Шебанова В. Копінг-поведінка і механізми подолання стресу. *Наукові студії із соціальної і політичної психології*. Серія: Соціальна психологія особистості. 2011. Вип. 26. С. 289-296. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nsspp\\_2011\\_26\\_35](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nsspp_2011_26_35)
39. Штепа О. Опитувальник психологічної ресурсності особистості: результати розробки й апробації авторської методики : зб. наук. праць

*Проблеми сучасної психології.*. 2017. Вип. 39. С. 380–399. DOI:  
<https://doi.org/10.32626/2227-6246.2018-39.380-399>

40. Штепа О. Психологічна ресурсність у структурі суб'єктності особистості. *Проблеми сучасної психології.* 2015. Вип. 27. С. 661-675.
41. Штепа О. Психологічна ресурсність як критерій індивідуального здоров'я. *Проблеми сучасної психології : зб. наук. праць К-ПНУ імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г.С.Костюка НАПН України.* 2016. Вип. 32. С. 571-585.
42. Штепа О. Ресурсний стан: психологічний аналіз та інтерпритація. *Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки.* 2017. Вип. 1. С. 142–149. URL: <https://filos.lnu.edu.ua/wp-content/uploads/2020/05/Resursnyy-stand-SHtepa.pdf>
43. Lazarus R., Folkman S. Manual for Ways of Coping Questionnaire. – Palo Alto, CA, 1988. – R.12-40.

**ДОДАТКИ**

Додаток А

**КОДЕКС АКАДЕМІЧНОЇ ДОБРОЧЕСНОСТІ  
ЗДОБУВАЧА ВИЩОЇ ОСВІТИ ХЕРСОНЬКОГО  
ДЕРЖАВНОГО УНІВЕРСИТЕТУ**

Я, Кравців Валентина Вікторівна,  
учасник(ця) освітнього процесу Херсонського державного університету, УСВІДОМЛЮЮ, що академічна доброчесність – це фундаментальна етична цінність усієї академічної спільноти світу.

**ЗАЯВЛЯЮ**, що у своїй освітній і науковій діяльності **ЗОБОВ'ЯЗУЮСЯ**:

- дотримуватися:
  - вимог законодавства України та внутрішніх нормативних документів університету, зокрема Статуту Університету;
  - принципів та правил академічної доброчесності;
  - нульової толерантності до академічного плагіату;
  - моральних норм та правил етичної поведінки;
  - толерантного ставлення до інших;
  - дотримуватися високого рівня культури спілкування;
- надавати згоду на:
  - безпосередню перевірку курсових, кваліфікаційних робіт тощо на ознаки наявності академічного плагіату за допомогою спеціалізованих програмних продуктів;
  - оброблення, збереження й розміщення кваліфікаційних робіт у відкритому доступі в інституційному репозитарії;
  - використання робіт для перевірки на ознаки наявності академічного плагіату в інших роботах виключно з метою виявлення можливих ознак академічного плагіату;
- самостійно виконувати навчальні завдання, завдання поточного й підсумкового контролю результатів навчання;
  - надавати достовірну інформацію щодо результатів власної навчальної (наукової, творчої) діяльності, використаних методик досліджень та джерел інформації;
  - не використовувати результати досліджень інших авторів без використання покликань на їхню роботу;
  - своєю діяльністю сприяти збереженню та примноженню традицій університету, формуванню його позитивного іміджу;
    - не чинити правопорушень і не сприяти їхньому скоєнню іншими особами;
    - підтримувати атмосферу довіри, взаємної відповідальності та співпраці в освітньому середовищі;
    - поважати честь, гідність та особисту недоторканність особи, незважаючи на її стать, вік, матеріальний стан, соціальне становище, расову належність, релігійні й політичні переконання;
    - не дискримінувати людей на підставі академічного статусу, а також за національною, расовою, статевою чи іншою належністю;
    - відповідально ставитися до своїх обов'язків, вчасно та сумлінно виконувати необхідні навчальні та науково-дослідницькі завдання;
    - запобігати виникненню у своїй діяльності конфлікту інтересів, зокрема не використовувати службових і родинних зв'язків з метою отримання нечесної переваги в навчальній, науковій і трудовій діяльності;
    - не брати участі в будь-якій діяльності, пов'язаній із обманом, нечесністю, списуванням, фабрикацією;
    - не підроблювати документи;
    - не поширювати неправдиву та компрометуючу інформацію про інших здобувачів вищої освіти, викладачів і співробітників;
    - не отримувати і не пропонувати винагород за несправедливе отримання будь-яких переваг або здійснення впливу на зміну отриманої академічної оцінки;
    - не залякувати й не проявляти агресії та насильства проти інших, сексуальні домагання;
    - не завдавати шкоди матеріальним цінностям, матеріально-технічній базі університету та особистій власності інших студентів та/або працівників;
    - не використовувати без дозволу ректорату (деканату) символіки університету в заходах, не пов'язаних з діяльністю університету;
    - не здійснювати і не заохочувати будь-яких спроб, спрямованих на те, щоб за допомогою нечесних і негідних методів досягати власних корисних цілей;
    - не завдавати загрози власному здоров'ю або безпеці іншим студентам та/або працівникам.

**УСВІДОМЛЮЮ**, що відповідно до чинного законодавства у разі недотримання Кодексу академічної доброчесності буду нести академічну та/або інші види відповідальності й до мене можуть бути застосовані заходи дисциплінарного характеру за порушення принципів академічної доброчесності.

21.09.2020  
(дата)

  
(підпис)

В. Кравців  
(ім'я, прізвище)

**Результати кореляційного аналізу між шкалами методики «Духовний потенціал особистості – 2» Е. Помиткіна серед представників «середнього рівня»**

	Ідентифікація	Децентрація	Рефлексія	Трансценденція	Усвідомлення буттєвої єдності	Спілкування	Спрямованість	Характер	Інтелект	Досвід	Психофізіологія
Трансценденція	0,374 **	0,338 **									
Спілкування	0,296 *	0,65* **	0,296 *	0,492 ***	0,303 *						
Спрямованість	0,652 ***			0,437 ***	0,405 **	0,346 **					
Характер		0,431 ***	0,449 ***	0,336 **							
Інтелект	0,498 ***	0,281 *		0,717 ***	0,454 ***	0,5** *	0,476 ***				
Досвід	0,387 **	0,288 *	0,265 *	0,278 *	0,282 *						
Загальна сума	0,688 ***	0,567 ***	0,498 ***	0,743 ***	0,581 ***	0,642 ***	0,641 ***	0,461 ***	0,728 ***	0,493 ***	0,279* 79*

Примітки. Де, при  $p \leq 0,01$  - \*\* (0,325) середньої сили кореляційний зв'язок;  $p \leq 0,001$  - \*\*\* (0,408)

сильний кореляційний зв'язок

**Результати кореляційного аналізу між шкалами особистісний  
опитувальник «SACS» С. Хобфолла серед представників «середнього  
рівня»**

	Оцен ка приоб ретен ий	Ассертив ные действия	Осторож ные действия	Импульси вные действия	Изб еган ие	Манипулят ивные действия	Асоциаль ные действия
Осторожны е действия	0,251 **						
Избегание				0,408***			
Манипулят ивные действия	0,402 **	0,328**	0,477***	0,498***	0,34 6**		
Асоциальн ые действия					0,37 7**	0,575***	
Агрессивн ые действия					0,34 5**	0,501***	0,486***

Примітки. Де, при  $p \leq 0,01$  - \*\* (0,325) середньої сили кореляційний зв'язок;  $p \leq 0,001$  - \*\*\* (0,408)  
сильний кореляційний зв'язок

**Результати кореляційного аналізу між шкалами опитувальника  
психологічної ресурсності особистості О. Штепи серед представників  
«середнього рівня»**

	Упевненість у собі	Доброта до людей	Допомога іншим	Успіх	Любов	Творчість	Віра у добро	Прагнення до мудрості	Робота над собою	Відповідальність	Знання власних ресурсів	Уміння оновлювати власні	Уміння вміщувати власні
Допомога іншим		0,3 71* *											
Успіх			0,3 9**										
Любов	0,3 52* *		0,3 8**										
Творчість			0,5 69* **	0,5 05* **	0,3 36* **								
Віра у добро		0,5 14* **	0,4 33* **		0,4 1** *								
Прагнення до мудрості			0,4 3** *	0,4 21* **		0,5 41* **							
Робота над собою	0,3 89* *	0,3 66* *		0,4 13* **	0,4 86* **	0,4 37* **		0,3 58* *					

*Продовження табл.*



Відповідальність		0,4 35* **	0,6 02* **	0,4 05* *	0,6 98* **	0,4 61* **	0,3 91 **	0,3 44* *	0,6 06* **				
Знання власних ресурсів	0,3 32* *					0,3 79* *			0,3 37* *				
Уміння оновлювати власні ресурси		0,3 48* *			0,4 68* **			0,3 46* *	0,3 26* *	0,4 07 **	0,7 59* **		
Уміння вміщувати власні ресурси			0,3 31* *	0,3 54* *	0,3 32* *	0,3 66* *		0,3 7**			0,7 37* **	0,8 29* **	
Загальний рівень психологічної ресурсності	0,4 99* **	0,4 87* **	0,6 34* **	0,5 93* **	0,6 51* **	0,7 12* **		0,5 82* **	0,6 68* **	0,7 4* **	0,6 49* **	0,7 21* **	0,6 76* **

Примітки. Де, при  $p \leq 0,01$  - \*\* (0,325) середньої сили кореляційний зв'язок;  $p \leq 0,001$  - \*\*\* (0,408) сильний кореляційний зв'язок

Б.4

**Результати кореляційного аналізу між шкалами опитувальника втрати й набуття персональних ресурсів Н. Водопьянної й М. Штейн серед представників «середнього рівня»**

	Оценка потерь	Оценка приобретенных
Оценка приобретенных	0,345**	
Значение индекса ресурсности		0,463***

Примітки. Де, при  $p \leq 0,01$  - \*\* (0,325) середньої сили кореляційний зв'язок;  $p \leq 0,001$  - \*\*\* (0,408) сильний кореляційний зв'язок

## Додаток В

**Результати кореляційного аналізу між шкалами методики «Духовний потенціал особистості – 2» Е. Помиткіна серед представників «високого рівня»**

	Ідентифікація	Децентрація	Трансценденція	Усвідомлення буттєвої єдності	Спрямованість	Характер	Самосвідомість	Досвід	Психологія
Самосвідомість	0,575**	0,538*							
Досвід	0,493*			0,582**					
Психологія			0,485**						
Загальна сума	0,704**	0,549*	0,624**	0,648**	0,668**	0,544**	0,635**	0,551*	0,532**

Примітки. Де, при  $p \leq 0,01$  - \*\* (0,463) середньої сили кореляційний зв'язок;  $p \leq 0,001$  - \*\*\* (0,570) сильний кореляційний зв'язок

## В.2

**Результати кореляційного аналізу між шкалами опитувальника психологічної ресурсності особистості О. Штепи серед представників «середнього рівня»**

	Упевненість у собі	Доброта до людей	Допомога іншим	Любов	Творчість	Віра у добро	Самореалізація у професії	Знання власних ресурсів	Уміння оновлювати власні ресурси	Уміння використовувати власні ресурси
Допомога іншим		0,635***								
Творчість			0,52							

			7**							
--	--	--	-----	--	--	--	--	--	--	--

Продовження табл.

Віра у добро		0,49 2**	0,64 8***							
Самореалізація у професії	0,54 8**									
Знання власних ресурсів					0,47 6**					
Уміння оновлювати власні ресурси			0,51 9**		0,52 4**			0,83 3***		
Уміння використовувати власні ресурси								0,82 5***	0,86 9***	
Загальний рівень психологічної ресурсності	0,64 2***	0,60 6***	0,79 3***	0,5 03* *	0,63 5***	0,5 34* *	0,59 3***	0,62 2***	0,75 7**	0,70 7***

Примітки. Де, при  $p \leq 0,01$  - \*\* (0,463) середньої сили кореляційний зв'язок;  $p \leq 0,001$  - \*\*\* (0,570) сильний кореляційний зв'язок

В.3

**Результати кореляційного аналізу між шкалами особистісний опитувальник «SACS» С. Хобфолла серед представників «високого рівня»**

	Ассертивніе действия	Вступление в социальный контакт	Манипулятивные действия
Поиск социальной поддержки		0,751***	
Асоциальные действия	0,515**		0,708***

Примітки. Де, при  $p \leq 0,01$  - \*\* (0,463) середньої сили кореляційний зв'язок;  $p \leq 0,001$  - \*\*\* (0,570) сильний кореляційний зв'язок

**Результати кореляційного аналізу між шкалами опитувальника втрати  
й набуття персональних ресурсів Н. Водопьянної й М. Штейн  
серед представників «високого рівня»**

	Оценка потерь	Оценка приобретений
Значение индекса ресурсности	-0,683***	0,652***

Примітки. Де, при  $p \leq 0,01$  - \*\* (0,463) середньої сили кореляційний зв'язок;  $p \leq 0,001$  - \*\*\* (0,570)  
сильний кореляційний зв'язок