

# ДОСЛІДЖЕННЯ ЕКЗИСТЕНЦІЙНОЇ СТРУКТУРИ ОСОБИСТОСТІ СТАРШОКЛАСНИКІВ В КОНТЕКСТІ ЇХ ЖИТТЄВОЇ СИТУАЦІЇ

*Каплуненко Я.Ю.,*

Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, лабораторія психології  
навчання імені І.О. Синиці, старший науковий співробітник,

[yaryna.kaplunenko@gmail.com](mailto:yaryna.kaplunenko@gmail.com)

*Самойленко І. В.,*

Національний університет «Києво-Могилянська академія»,

[ivana.samoylenko@gmail.com](mailto:ivana.samoylenko@gmail.com)

Динамічні зміни сьогодення, разом з технічним прогресом та інформаційним перенавантаженням, призводять до пришвидшення темпу життя, драматичних економічних злетів та криз, несподіваних небезпек та розвитку взаємозалежності. Життя нового покоління стало динамічнішим, але разом із тим, більш напруженим та тривожним.

В Україні, як в країні, що розвивається, ці загально людські тенденції ще більше поглиблюються. Нестабільність економічної ситуації робить особисте та професійне життя складнішим, сповненим перешкод та негараздів, які підсвідомо відбивається на всіх сферах життя. Ця проблема, значною мірою, впливає і на життєву ситуацію молодих людей: підлітків, учнів старших класів, перед якими постає нелегкий вибір майбутнього професійного шляху. На тлі відсутності почуття безпеки через військовий стан та насилля, знижується рівень психологічного благополуччя й тієї частини населення, яка, безпосередньо, і не зазнає прямого впливу цих факторів. Стресори буденного життя підсилюються неспокоєм та постійною загрозою нестабільності, що відображається у невизначеності та розгубленості старшокласників щодо свого професійного майбутнього.

На тлі нестійкої перспективи на загальнонаціональному рівні, загострюється й підліткова криза, що безперечно впливає й на самопочуття підлітків, а також, на формування їхньої особистості. Отже, дослідження

життєвої ситуації сучасних українських підлітків, основних занепокоєнь, яких вони зазнають, та впливу цих переживань на особистісну структуру, самопочуття та самоактуалізацію старшокласників, для профілактики й корекції тривожних і депресивних станів, а також, більш складних, спричинених стресом розладів – актуальний та необхідний напрямок дослідження.

Метою нашої роботи було вивчення екзистенційної структури особистості учнів старших класів в контексті їх життєвої ситуації з метою обґрунтованого надання подальших психологічних рекомендацій. Для виконання цієї мети нами було здійснено науково-теоретичний аналіз та емпіричне дослідження актуальних психологічних особливостей старшокласників, а також, основних тривог та спонук, характерних для цієї вікової групи; здійснено емпіричне дослідження їх особистісної структури та аналіз їх життєвої ситуації. Емпіричне дослідження проводилось протягом 2019 року серед учнів однієї з київських шкіл, в межах виконання курсової роботи з психології, студенткою кафедри психології та педагогіки Національного університету «Києво-Могилянська академія», І.В. Самойленко. У дослідженні взяли участь 22 особи.

Науково-теоретичною базою дослідження стали доробки В. Франкла та А. Ленгле, П. Екгарта, С. Д. Максименка, Н.В. Павлік, Я.Ю. Каплуненко. Емпіричне дослідження було проведене серед учнів старших класів Київського ліцею, з використанням Тесту екзистенційних мотивацій – ТЕМ (А. Ленгле, П. Екгарт, 2001) та розробленого І.В. Самойленко опитувальника, що дозволило більш глибоко вивчити особистісну структуру учнів та основні занепокоєння, які виникають у сучасних українських молодих людей.

Глибокі переживання щодо власного життєвого вибору, страхи, хронічних стрес, напруга та негативний соціальний клімат можуть мати значний вплив на особистість, її уявлення про себе та світ. Несприятливі умови спричиняють як позитивний, так і негативний вплив. З одного боку, це спонукає розвиток, рефлексію, переосмислення власних цінностей, способу

життя, поведінки, вибору оточення, бачення власного майбутнього, з іншого - надмірна тривога та стрес зумовлюють й деструктивні наслідки: нервові виснаження, особистісні порушення, залежності, компульсивна поведінка, соціальна дезадаптація та депресивні стани.

Криза юності актуалізує перед людиною велику кількість завдань, пов'язаних із життєвим вибором, відповідальністю, самовизначенням, до яких підліток, з різних причин, може бути не готовий. До таких причин можна віднести й психофізіологічну незрілість, надмірне перевантаження, відсутність бажання та вміння брати на себе відповідальність, неорганізованість, звужений світогляд. Із особистістю відбуваються суттєві життєві зміни, які виходять за межі її уявлення про світ та потребують осмислення та опрацювання. Подекуди, ці виклики ускладнюються несприятливим соціальним середовищем, особистісною ригідністю, браком пошукової активності та механізму цілепокладання. Якщо, до цього додаються ще й надмірний тиск з боку батьків, негаразди з однолітками, відсутність близького спілкування, цькування та інші негативні впливи, природні механізми регуляції дають збій, що призводить до особистісного перевантаження та негативних наслідків.

Підлітки, в благополучних сім'ях, здебільшого, не потерпають від почуття фізичної незахищеності, проте їм може бракувати підтримуючих стосунків з оточуючими, розуміння себе та власної самоцінності, що призводить до зневіри у можливість змін та власний потенціал. Для дослідження особистісної структури підлітків ми використали екзистенційно-аналітичний підхід А. Ленгле, який розглядав здійснення цілісного життя людини в межах 4 основних фундаментальних вимірів, що передбачає діалогічні стосунки - зі світом, з оточуючими та життям, з власною автентичністю, сенсом та майбутнім. Відповідно до кожного з цих фундаментальних вимірів в структурі особистості формується: базові довіра / недовіра до світу; відчуття цінності / не цінності життя та стосунків; самоповага / зневага до себе, невпевненість; беззмістовність / осмисленість життя.

Аналіз результатів дослідження ставлення підлітків до своєї життєвої ситуації, засвідчив достатньо високий рівень тривоги та занепокоєнь з приводу власного майбутнього, а найбільш суттєвим стресовим фактором, окрім інших, був виділений тиск з боку батьків. Варто зауважити, що майже всі учні класу зазначили тривогу з приводу навчання та занепокоєність майбутнім вибором професії, що свідчить про актуальність проблеми самовизначення та високого рівня тривожності з приводу пошуку життєвого шляху серед учнів старших класів. Загальне занепокоєння щодо майбутнього самовизначення, з одного боку, певним чином формує та спрямовує інтелектуальну й вольову активність молодих людей на пошук себе та своєї ідентичності, стимулюючи пошукову активність, з іншого – посилює зовнішній і внутрішній тиск.

77% опитаних учнів зазначили, що ще не чітко бачать своє майбутнє, а отже, знаходяться у фазі невизначеності. Однак, 59% учнів вказали, що вже визначились із майбутнім професійним напрямком, тобто, питання професійної орієнтації в цьому конкретному класі не можна віднести до проблемних. Таким чином, вибір професії є лише невеликою частиною вікової кризи ідентичності у даній групі досліджуваних. 86% учнів зазначили, що відчувають суворість, вимогливість та тиск з боку батьків, проте підтримку з їх боку відчуває лише половина (50%) учнів. Таким чином, можна зробити висновок, що батьки, бажаючи кращого, подекуди, створюють старшокласникам напружену атмосферу для пошуку себе, який вже й без того є нелегким. Що є досить типовим для українських сімей: через важкі випробування, від яких потерпає країна, акцент у суспільстві йде на професії, які допоможуть забезпечити себе, стати успішним, відчути ґрунт під ногами. Батьки, спираючись на свій нелегкий власний досвід, й самі відчуваючи достатній тиск та тривогу, здебільшого приймають не найкращі рішення щодо виховання молодих людей, що знаходяться у пошуку ідентичності.

Аналіз результатів дослідження за тестом А. Ленгле та П. Еккарта, свідчить, що показники 1 ФМ (Фундаментальна довіра), що відповідає сфері стосункам зі світом та сфері спроможності, у більшості учнів класу знаходиться

в межах середньої норми, проте 18% учнів, все ж таки, мають ознаки надмірного напруження та занепокоєнь. Приблизно, така сама ситуація спостерігається і за показниками 3ФМ (Самоцінність) та 4ФМ (Сенс життя), низькі показники за цими сферами мають відповідно 18% та 9% учнів. У групі, в цілому, знижені показники Другої фундаментальної мотивації (Фундаментальна цінність), що свідчить про перевагу пригнічених почуттів та депресивних проявів серед протестованих юнаків та юнок. Крім того, 2 учні з досліджуваної групи (9%) мають занижені показники за усіма фундаментальними мотиваціями, що може вказувати на суттєві труднощі із проходженням кризи та самоідентифікацією.

Друга фундаментальна мотивація, показники якої були суттєво знижені у респондентів, діагностує відчуття задоволення від власного життя, а також вважається соціально орієнтованою, її зміст частково лежить у стосунках людини з іншими, переживанні емоційної близькості. Варто додати, що найбільша кількість негативного, обтяжуючого досвіду, який під час опитування пригадували учні, пов'язана саме із соціальною сферою, що вказує на її значущість для самопочуття ліцеїстів, але водночас, на її дефіцитарність. Можливо, саме надмірна орієнтація на професійний світ та успішність в ньому, спричиняє таку розгубленість учнів у життєвих аспектах. Надмірний тиск з боку батьків призводить до конфліктів, які перешкоджають здоровій сепарації – встановленні меж, побудові власного світогляду, зі збереженням поваги до батьків та їх стилю життя. Зміцнення власного «Я», самоповага та відчуття самоцінності безпосередньо залежать від якості стосунків, адже позитивна самооцінка виникає на основі успіху власних дій та підтримуючої оцінки оточення. Друга фундаментальна мотивація, також, відображає здатність отримувати насолоду від життя, піклуватися про власні потреби. Її пригнічення вказує на брак позитивних переживань, сум, тривожні думки, відсутність достатніх підстав для радості, або, на невміння їх помічати.

Назагал, можна сказати, що учням, які проходили тестування, необхідна емоційна підтримка. Профорієнтаційний пошук проходить досить вдало:

більшість учнів мають уявлення щодо своєї майбутньої профілізації, проте відсутність емоційного та психологічного підкріплення їх вибору та прагнень, викликає в них вагання та сумніви. Результати дослідження вказують на високу сензитивність юнаків до всіх аспектів спілкування, негативний досвід в цій сфері спричиняє на суттєвий вплив. Підвищення рівня довіри в колективі, зниження напруги, групові зустрічі та обговорення різних підходів до побудови професійного шляху, обмін досвідом, підтримка з боку батьків та рідних, навчання навичкам саморегуляції, відкрите обговорення власних переживань допоможе учням знизити напругу та усвідомити, що вони не самотні в проходженні важкого для себе періоду, їх переживання абсолютно нормальні та відповідні до ситуації, і вони отримують достатньо любові та підтримку, незалежно від свого вибору. Найбільш ефективні терапевтичні та корекційні стратегії варто визначати для кожного учня окремо, зважаючи на його внутрішній стан, ступінь адаптованості до нових умов життя, дефіцити та ресурси кожної з фундаментальних мотивацій.

Досліджуючи та аналізуючи кризи юності, її індивідуальні прояви та групові закономірності, психологи зможуть допомогти учням та молодим людям уникнути професійної розгубленості та проблематичного пошуку власної ідентичності, а також пов'язаних із цим соціальних та індивідуальних проблем. Особливо це актуально для українських підлітків, які крім загально вікових напружень та кризових переживань можуть потерпати від травматичного впливу, пов'язаного з нестабільною ситуацією в Україні, а також, тривоги, невизначеності майбутнього, та загального відчуття крихкості людського життя.

## ЛІТЕРАТУРА

1. Каплуненко Я. Ю. Мотиваційно-сміслові чинники психологічного здоров'я особистості в освітньому просторі. *Матеріали всеукраїнської конференції з міжнародною участю: «Психологічні виміри особистісної взаємодії суб'єктів освітнього простору в контексті гуманістичної парадигми»* (Київ, 31 травня 2018 р.) / Від. Ред. С.Д. Максименко, Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України), 2018. С. 99–104.

2. Корякина Ю.М. Адаптация опросника экзистенциальных мотиваций «ТЭМ» (Тест экзистенциальных мотиваций) А. Лэнгле, П. Экхард. *Бюллетень: Экзистенциальный анализ*, №2. Москва. 2010. С.139 -148
3. Максименко С. Д. Особливості прогнозування внутрішніх ліній психічного здоров'я особистості. *Проблеми сучасної психології*, 2013. №2. С. 4-14.
4. Павлик Н. В. Психологічні аспекти змін в структурі особистості під впливом екстремальних умов. 2005. [*Електронний ресурс*] - Режим доступу до ресурсу: [http://novyn.kpi.ua/2005-2/08\\_Pavlik.pdf](http://novyn.kpi.ua/2005-2/08_Pavlik.pdf). -7 с.
5. Франкл В. Людина у пошуках справжнього сенсу. Психолог у концтаборі. Харків: Клуб семейного досуга, 2016. 160 с.
6. Längle A. Die existentielle Motivation der Person. *Existenzanalyse*. 1999. № 16 (3). P. 18—29