

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЧЕРНІВЕЦЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ЮРІЯ ФЕДЬКОВИЧА**

Факультет педагогіки, психології та соціальної роботи

Кафедра психології

**Соціально-психологічні чинники формування
Я-концепції як детермінанти особистісного
самовизначення молоді**

Кваліфікаційна робота

Рівень вищої освіти – перший (бакалаврський)

Виконала:

студентка 4 курсу, 403 групи

Осадчук Ірина Миколаївна

Керівник:

Кандидат психологічних наук,
доцент **Собкова С. І.**

До захисту допущено

на засіданні кафедри

протокол № _____ від _____ 2026 р.

Зав. кафедри _____ доц. Андрєєва Я. Ф.

АНОТАЦІЯ

Осадчук І.М. Соціально-психологічні чинники формування Я-концепції як детермінанти особистісного самовизначення молоді. – Рукопис. Кваліфікаційна робота на здобуття ступеня бакалавра зі спеціальності 053 Психологія. Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича. Чернівці, 2026. 48 с.

У роботі розглянуто Я-концепцію як складне ієрархічне утворення особистості; висвітлено особливості професійного та особистісного самовизначення в юнацькому віці; визначено рівні сформованості структурних компонентів «Я»; доведено зв'язок між когнітивною складністю образу себе та успішністю життєвого вибору.

Встановлено, що позитивна Я-концепція є ключовим внутрішнім чинником, який визначає інтенсивність та спрямованість самовизначення молоді. Статистично підтверджено вплив соціальної рефлексії та самооцінки на статус ідентичності. Результати корисні для практичних психологів системи вищої освіти у супроводі професійного становлення студентів.

Ключові слова: Я-концепція, самовизначення, молодь, ідентичність, самооцінка, соціально-психологічні чинники.

ABSTRACT

Osadchuk I.M. Socio-psychological factors of Self-concept formation as determinants of personal self-determination of youth. – Manuscript. Bachelor's thesis, specialty 053 Psychology. Yuriy Fedkovych Chernivtsi National University. Chernivtsi, 2026. 48 p.

The work considers the Self-concept as a complex hierarchical personality structure; highlights the features of professional and personal self-determination in youth; determines the levels of formation of structural components of the "Self"; proves the connection between the cognitive complexity of the self-image and the success of life choice.

It is established that a positive Self-concept is a key internal factor that determines the intensity and direction of youth's self-determination. Statistical analysis confirmed the influence of social reflection and self-esteem on identity status. The results are useful for practical psychologists of the higher education system in supporting the professional development of students.

Key words: Self-concept, self-determination, youth, identity, self-esteem, socio-psychological factors.

Кваліфікаційна робота містить результати власних досліджень. Використання ідей та текстів інших авторів мають посилання на відповідне джерело.

_____ І. М. Осадчук

ЗМІСТ

ВСТУП	5
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ Я-КОНЦЕПЦІЇ ОСОБИСТОСТІ	10
1.1. Генеза поняття та багатокомпонентна структура Я-концепції в психологічній науці	10
1.2. Соціально-психологічні детермінанти трансформації Я-концепції в молодіжному віці	12
1.3. Психологічні особливості особистісного самовизначення в період ранньої юності	14
Висновки до розділу 1	16
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ВИВЧЕННЯ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИХ ЧИННИКІВ ТА Я-КОНЦЕПЦІЇ МОЛОДІ	17
2.1. Процедура та методичний інструментарій дослідження	17
2.2. Психологічний аналіз результатів дослідження структурних компонентів Я-концепції	20
2.2.1. Психологічна діагностика самоповаги як емоційно-оцінного компонента Я-концепції	20
2.2.2. Психологічний аналіз статусів ідентичності як когнітивного складника Я-концепції	22
2.2.3. Дослідження ціннісно-сміслових орієнтацій особистостей як регулятивного компонента Я-концепції	24
2.2.4. Комплексний порівняльний аналіз та типологізація профілів Я-концепції молоді	26
2.3. Кореляційний зв'язок складників Я-концепції та показників самовизначення сучасної молоді	29
2.4. Програма супроводу	31
2.4.1. Зміст занять програми психологічного супроводу	33
Висновки до розділу 2	42
ВИСНОВКИ	
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	44
ДОДАТКИ	47

ВСТУП

Тема ролі Я-концепції у становлення особистісного самовизначення у ранній юності є надзвичайно актуальною в сучасній психологічній науці. Сьогодні, у швидкоплинному соціально-культурному середовищі, молоді люди стикаються з численними викликами, що стосуються формування власної ідентичності та визначення життєвих цілей. Саме в ранньому юнацькому віці відбувається активний розвиток самосвідомості, що є основою для подальшого становлення особистості як зрілої, автономної та відповідальної людини. Значення Я-концепції у цьому є суттєвим, адже саме від позитивного або негативного сприйняття власного «Я» залежить, наскільки впевнено молодь робитиме життєві вибори.

Я-концепція, що включає уявлення людини про себе, свої здібності, особисті цінності та емоційне ставлення до себе, виконує роль так званого «внутрішнього компаса», який допомагає орієнтуватися у суспільному житті та ухвалювати важливі рішення. Завдяки позитивній Я-концепції юнаки й дівчата формують стійкі погляди на світ і знаходять особистий сенс у різних сферах діяльності. Натомість нестабільна або негативна Я-концепція може призвести до невпевненості у собі, розгубленості та труднощів у визначенні пріоритетів, що, своєю чергою, ускладнює процес самовизначення.

Стан дослідження проблеми. Аналіз наукового доробку засвідчує, що питання становлення Я - концепції як ключової детермінанти особистісного самовизначення молоді перебуває у центрі уваги багатьох сучасних дослідників. Попри значну кількість праць, динаміка цього процесу в умовах сучасних суспільних трансформацій потребує постійного переосмислення.

Теоретичний фундамент розуміння Я-концепції як цілісної системи уявлень про себе закладено в межах гуманістичного напрямку, де самоактуалізація та

прийняття власного «Я» розглядаються як необхідні умови гармонійного розвитку [30]. У західній психологічній думці значна увага приділяється саме віковій динаміці та криза ідентичності, які безпосередньо впливають на якість самовизначення в юності [26].

В українському науковому дискурсі проблема самовизначення молоді крізь призму формування Я-концепції активно висвітлюється у працях, що акцентують увагу на суб'єктності особистості. Дослідники підкреслюють, що внутрішня узгодженість образу «Я» є базовою умовою для успішної життєвої орієнтації та професійного вибору [3].

Соціально-психологічний аспект проблеми часто пов'язують із впливом мікросоціального середовища, зокрема сім'ї. Науково доведено, що рівень підтримки та тип батьківського ставлення прямо корелюють із позитивною модальністю Я-концепції молодих людей [11]. Крім того, у сучасних дослідженнях дедалі частіше піднімається питання впливу віртуального простору на самосприйняття особистості, де цифрова ідентичність може як доповнювати, так і конфліктувати з реальним образом «Я» [8].

Окрему увагу вчені приділяють розвитку емоційного інтелекту та здатності до рефлексії як механізмам, що стабілізують Я-концепцію в умовах невизначеності [16]. Разом з тим, специфіка взаємодії внутрішніх компонентів Я-концепції та зовнішніх соціально-психологічних чинників саме у контексті особистісного самовизначення сучасної української молоді залишається відкритою для подальших емпіричних розвідок.

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити соціально-психологічні чинники формування Я-концепції, а також визначити її роль як провідної детермінанти у процесі особистісного самовизначення сучасної молоді.

Завдання дослідження:

1. Здійснити теоретико-методологічний аналіз наукових підходів до вивчення феномену Я-концепції та особливостей особистісного самовизначення молоді в сучасній психологічній літературі.
2. Розкрити зміст та структуру Я-концепції як психологічного утворення, а також визначити основні соціально-психологічні чинники її формування в юнацькому віці.
3. Обґрунтувати діагностичний інструментарій та організувати емпіричне дослідження взаємозв'язку компонентів Я-концепції та показників особистісного самовизначення молодих людей.
4. Виявити та проаналізувати особливості становлення Я-концепції у респондентів та рівні їхнього особистісного самовизначення.
5. Встановити та статистично підтвердити характер взаємозв'язку між структурними елементами Я-концепції (самооцінкою, самоприйняттям, само керівництвом) та успішністю особистісного самовизначення молоді.

Об'єкт дослідження: людська особистість у період молодості, яка перебуває в процесі самовизначення через трансформацію та становлення власної Я-концепції.

Предмет дослідження – соціально-психологічні чинники та особливості взаємозв'язку структурних компонентів Я-концепції із показниками особистісного самовизначення молоді.

Гіпотеза дослідження: успішність особистісного самовизначення молоді зумовлена структурною цілісністю та позитивною спрямованістю її Я-концепції; високий рівень самосприйняття й адекватне самоставлення виступають внутрішніми детермінантами конструктивного життєвого вибору.

Методи дослідження:

- *теоретичні*: аналіз, порівняння, узагальнення та систематизація наукових першоджерел із проблеми становлення Я-концепції та особливостей особистісного самовизначення молоді;
- *емпіричні*: тестування з використанням стандартизованого психодіагностичного інструментарію;
- *методи математико-статистичної обробки даних*: кількісний та якісний аналіз отриманих результатів; кореляційний аналіз для встановлення характеру зв'язків між досліджуваними показниками.

Теоретичне значення дослідження полягає в поглибленні наукових уявлень про структуру Я-концепції як внутрішнього регулятора життєдіяльності молоді; уточнено зміст поняття «особистісне самовизначення» через призму його зумовленості соціально-психологічними чинниками; теоретично обґрунтовано взаємозв'язок між когнітивними та емоційно-ціннісними компонентами образу «Я» та стратегіями життєвого вибору в юнацькому віці.

Практичне значення дослідження полягає у доборі та апробації діагностичного інструментарію для виявлення особливостей самовизначення та детермінант становлення Я-концепції студентів; результати дослідження та сформульовані висновки можуть бути використані у діяльності психологічної служби ЗВО для розроблення тренінгових програм, спрямованих на розвиток позитивного самовідношення, зміцнення внутрішніх опор та підтримку молоді у процесі професійного й особистісного становлення.

Структура та обсяг роботи. Загальний обсяг кваліфікаційної роботи становить 55 сторінок комп'ютерного тексту. Робота складається зі вступу, двох розділів, висновків до розділів, загальних висновків, списку використаних джерел та додатків. Список використаних джерел містить 35 найменувань.

Зміст роботи:

У вступі обґрунтовано актуальність обраної теми, визначено об'єкт, предмет, мету та завдання дослідження; сформульовано гіпотезу; розкрито теоретичне й практичне значення отриманих результатів.

У першому розділі «Теоретичні основи дослідження Я-концепції особистості» здійснено ретроспективний аналіз наукових підходів до вивчення образу «Я»; визначено структуру та психологічні механізми формування Я-концепції; окреслено специфіку особистісного самовизначення молоді в сучасних соціально-психологічних умовах.

У другому розділі «Емпіричне дослідження взаємозв'язку Я-концепції та особистісного самовизначення молоді» представлено опис вибірки та психодіагностичного інструментарію; наведено результати кількісного та якісного аналізу даних; статистично підтверджено характер зумовленості стратегій самовизначення структурними компонентами Я-концепції.

У висновках узагальнено результати проведеного дослідження; проаналізовано висунуту гіпотезу та окреслено перспективи подальших наукових розвідок у межах обраної проблематики.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ Я-КОНЦЕПЦІЇ ОСОБИСТОСТІ

1.1. Генеза поняття та багатокомпонентна структура Я-концепції в психологічній науці

Я-концепція постає як один із найбільш фундаментальних конструктів сучасної психології, що відображає цілісну систему уявлень людини про саму себе. Це не лише статичний набір характеристик, а складне динамічне утворення, яке визначає ставлення особистості до власного «Я», її усвідомлення своїх можливостей та ролі в соціокультурному просторі. Формуючись у горнилі соціалізації та крізь призму індивідуального досвіду, Я-концепція стає центральним регулятором поведінки та діяльності.

У науковій літературі Я-концепцію розглядають як багаторівневу систему, що інтегрує знання про власні якості, здібності та цінності з емоційно-оцінним ставленням до них. Її природа є плинною: вона постійно трансформується під впливом внутрішніх рефлексивних процесів та зовнішніх соціальних чинників.

Фундаментальний розвиток самосвідомості нерозривно пов'язаний із соціальним почуттям особистості та її прагненням до подолання внутрішніх конфліктів шляхом самовдосконалення [19, р. 45].

Вагомим внеском у теорію став підхід К. Роджерса, який визначав Я-концепцію як організовану, узгоджену систему сприйняття власного «Я». Дослідник акцентував увагу на важливості гармонії між реальним «Я» (тим, ким людина є насправді) та ідеальним «Я» (тим, ким вона прагне бути). Саме глибина

розриву між цими модальностями стає детермінантою внутрішнього стану особистості та її мотивації до змін [30, с. 115].

Не менш важливими для розуміння генези самосвідомості є ідеї В. Джеймса. Він одним із перших здійснив структурний поділ на «Я-об'єкт» (сукупність знань про себе) та «Я-суб'єкт» (активне усвідомлюючи начало), що дозволило науці розглядати людину як активного творця власної ідентичності [25, с. 291].

Традиційно в архітектоніці Я-концепції виокремлюють три взаємопов'язані компоненти:

- когнітивний компонент – інтелектуальна складова, що охоплює систему знань індивіда про свої риси, здібності та соціальні ролі;
- емоційно-оцінний компонент - афективне ядро, що включає рівень самооцінки, самоповаги та глибину прийняття власної особистості;
- поведінковий компонент - функціональна реалізація образу «Я» у конкретних діях, виборах та стратегіях взаємодії з оточенням.

Ці елементи утворюють нерозривну єдність, забезпечуючи стабільність особистості та виконуючи роль «внутрішнього компаса». Я-концепція забезпечує саморегуляцію та стає фундаментом для особистісного самовизначення, що є особливо критичним у юнацькому віці. Як зазначає І. Василенко, внутрішня узгодженість образу «Я» є базовою передумовою для успішної життєвої орієнтації та конструктивного вибору майбутнього шляху [3, с. 13].

Аналізуючи структурні компоненти самосвідомості, особливу увагу варто приділити гуманістичній традиції. Зокрема, Г. Олпорт пропонує термін, що підкреслює динамічну єдність людини. Поняття «Пропріум» охоплює всі аспекти особистості, що створюють відчуття внутрішньої єдності, наступності та індивідуальної самоідентичності протягом життя» [20, с. 127]. Такий підхід дозволяє розглядати Я-концепції не як статичний набір рис, а як живий процес постійного самопізнання та саморозвитку.

Отже, будучи складною багаторівневою системою, Я-концепція не лише відображає минулий досвід, а й проектує майбутнє, виступаючи ключовим чинником становлення особистості в сучасному світі.

1.2. Соціально-психологічні детермінанти трансформації Я-концепції в молодіжному віці

Становлення Я-концепції особистості постає як динамічний і багатогранний процес, що розгортається в координатах інтенсивних соціально-психологічних впливів. Особливої гостроти та значущості ця трансформація набуває в молодіжному віці – періоді, коли внутрішня архітектоніка самосвідомості, система ціннісних координат та життєвих орієнтирів проходять етап активної кристалізації.

Первинною та найбільш вагомою детермінантою, що закладає фундамент образу «Я», є мікросоціальне середовище сім'ї. Саме в родинному колі формуються базові уявлення про власну значущість та рівень самооцінки. Характер батьківського ставлення – підтримка, емпатійне прийняття або, навпаки, деструктивна критика – безпосередньо моделює модальність Я-концепції молодих людей, визначаючи її позитивну або негативну спрямованість.

Не менш суттєвим чинником виступає освітній простір, де взаємодія з викладачами та колективом однолітків стає джерелом рефлексії власних здібностей. У процесі професійного навчання молода людина акумулює не лише знання, а й соціальний капітал, що безпосередньо впливає на впевненість у собі. Як засвідчують дослідження Ю. Павленко, гармонійні взаємини в академічній групі сприяють зміцненню позитивного самосприйняття, тоді як ізоляція чи конфліктність провокують внутрішні суперечності [11, с. 36].

Важливу роль у генезисі Я-концепції відіграє процес соціального порівняння, концептуалізований Л. Фестінгером. Згідно з його теоретичними положеннями, індивід оцінює власні досягнення, орієнтуючись на стандарти інших людей. Залежно від результатів такого зіставлення, самооцінка молоді може як набувати ресурсного характеру, так і ставати джерелом фрустрації [28, с. 122].

Якісні характеристики Я-концепції безпосередньо корелюють із рівнем життєвих домагань молоді: позитивне самоставлення стає фундаментом для продуктивної стратегії самовизначення» [10, с. 58].

Сучасний вимір трансформації «Я» неможливо уявити без впливу цифрового простору та соціальних мереж. Соціальні медіа створюють ілюзорні еталони успішності та привабливості, які часто стають підґрунтям для формування викривленого образу «Я». Молодь, намагаючись відповідати віртуальним стандартам, може зіткнутися з конфліктом між «цифровою ідентичністю» та реальним досвідом, що детально аналізує І. Кравченко [8, с. 87].

Класичним підходом до розуміння соціальної природи самосвідомості залишається теорія «дзеркального Я», розроблена Ч. Кулі. Відповідно до неї, людина конструює уявлення про себе, інтерпретуючи реакції оточуючих. Таким чином, оцінні судження значущих інших стають своєрідним матеріалом для вибудовування внутрішнього образу «Я» [22, с. 184].

У межах когнітивного підходу самосвідомість розглядається як складна система репрезентацій про себе, де Я-концепція виконує функцію фільтрації та інтерпретації життєвого досвіду особистості» [6, с. 92].

Становлення «Я» особистості відбувається через механізм самонародження у процесі активної взаємодії зі світом, де Я-концепція виступає ядром і внутрішнім регулятором цього процесу» [9, с. 115].

Крім того, значущим чинником є вплив референтних груп та лідерів думок, чий цінності стають для молоді людини орієнтирами в процесі самовизначення.

Приналежність до певної спільноти забезпечує відчуття захищеності та підтримує цілісність Я-концепції в умовах соціальної невизначеності.

Динаміка Я-концепції в юнацькому віці відображає перехід від ситуативних уявлень про себе до стійкої цілісної структури, що є необхідною умовою успішної самореалізації» [18, с. 44].

Отже, формування Я-концепції в молодіжному віці зумовлене синергією сім'ї, освітнього середовища, референтних груп та медіа-простору. Взаємодія цих детермінант визначає не лише характер самосприйняття особистості, а й її здатність до конструктивного життєвого вибору та успішного самовизначення.

1.3. Психологічні особливості особистісного самовизначення в період ранньої юності

Особистісне самовизначення постає як фундаментальний етап розвитку в період ранньої юності, що передбачає глибоке усвідомлення людиною власних цінностей, інтересів, потенційних можливостей та життєвих цілей. У цей хронологічний проміжок молода людина не просто шукає своє місце в соціумі, а здійснює активне конструювання власного професійного шляху та вибудовує ієрархічну систему життєвих орієнтирів.

Особистісне самовизначення розглядається як акт творчої активності суб'єкта, який самостійно визначає траєкторію свого життя, спираючись на внутрішні ціннісні орієнтири та власне «Я» [14, с. 214].

Проблема самовизначення перебуває в органічному взаємозв'язку з динамікою Я-концепції, оскільки цілісний образ «Я» слугує тим фундаментом, на якому базуються всі доленосні рішення. Рівень сформованості та адекватності Я-

концепції прямо детермінує ступінь усвідомленості та впевненості молоді у процесі вибору життєвої траєкторії.

Фундаментальний внесок у розкриття цієї проблематики здійснив Е. Еріксон, який трактував юнацький вік як критичну стадію формування ідентичності. Згідно з його поглядами, провідним завданням цього періоду є подолання кризи між ідентичністю та рольовою невизначеністю. Конструктивне розв'язання цього конфлікту сприяє становлення цілісного самосприйняття, тоді як невдача може призвести до дифузії «Я», внутрішньої розгубленості та тривалої невпевненості [24, с. 128].

Особистісне самовизначення в період ранньої юності характеризується низкою *специфічних рис*:

- активний пошук власного «Я» через апробацію різноманітних соціальних ролей та трансформацію життєвих установок;
- виражена орієнтація на майбутню перспективу, що виявляється у стратегічному плануванні життя та визначенні шляхів самореалізації;
- посилена значущість рефлексивних процесів, де здатність до самоаналізу стає інструментом корекції самооцінки.

Суттєвий вплив на цей процес справляє соціальне оточення. Через взаємодію з батьками, викладачами та однолітками відбувається верифікація та уточнення особистих переконань. У цей період критично зростає роль референтних груп, які можуть як стимулювати розвиток автономності особистості, так і створювати перешкоди для самостійного вибору. Особливої ваги набуває рівень розвитку самосвідомості: чим вищою є здатність молодих людей до саморефлексії, тим відповідальнішим стає їхнє ставлення до власного життєвого проектування.

Досліджуючи соціально-психологічні детермінанти розвитку особистості, Т. Говорун наголошує на важливості статевої соціалізації, яка виступає одним із базових каркасів для побудови цілісної Я-концепції» [5, с. С. 48].

Професійне самовизначення є невід'ємною частиною загальної ідентичності особистості, а вибір життєвого шляху зумовлений комплексом внутрішніх психологічних чинників» [17, с. 102].

Процес самовизначення є інтегративним і охоплює кілька взаємопов'язаних *аспектів*:

1. Професійне самовизначення (вибір сфери діяльності та побудова кар'єрного плану).
2. Особистісне самовизначення (кристалізація внутрішніх принципів, смислів та моральних еталонів).
3. Соціальне самовизначення (пошук і закріплення своєї позиції в суспільній ієрархії).

У сучасних соціокультурних умовах самовизначення молоді ускладнюється через високу швидкість суспільних трансформацій та інформаційну перенасиченість. Ситуація невизначеності майбутнього часто провокує тривожність, що потребує від особистості міцних внутрішніх опор. Як зазначає І. Василенко, саме внутрішня узгодженість компонентів Я-концепції стає тим ресурсом, що дозволяє молоді зберігати стабільність у мінливому світі [3, с. 16].

Отже, особистісне самовизначення молоді – це складний, багатовекторний процес, успішність якого залежить від зрілості Я-концепції та здатності особистості до усвідомленого вибору. Гармонійне проходження цього етапу є запорукою подальшої самореалізації та досягнення життєвої цілісності.

Висновки до розділу 1

Узагальнюючи результати теоретичного аналізу проблеми становлення Я-концепції як детермінанти особистісного самовизначення молоді, можна сформулювати такі висновки:

1. Теоретико-методологічний аналіз наукових підходів дозволив визначити Я-концепцію як складну, динамічну та багаторівневу систему уявлень індивіда про себе, що інтегрує когнітивні, емоційно-оцінні та поведінкові компоненти. Встановлено, що цей феномен виступає не лише результатом самопізнання, а й активним внутрішнім регулятором життєдіяльності, який забезпечує цілісність та стабільність особистості в мінливому соціокультурному просторі.
2. З'ясовано, що структура Я-концепції охоплює когнітивний складник (образ «Я»), емоційно-оцінний (самоствлення та самооцінка) та поведінковий (тенденції до конкретних дій). У контексті молодіжного віку особливої ваги набуває узгодженість між «Я-реальним» та «Я-ідеальним», оскільки саме динамічна рівновага між цими модальностями стає енергетичним ресурсом для розвитку та самовдосконалення.
3. Виокремлено ключові соціально-психологічні детермінанти, що моделюють трансформацію Я-концепції в юності. До них належать мікросоціальне середовище сім'ї, освітній простір, референтні групи однолітків та сучасний медіа-простір. Встановлено, що механізми соціального порівняння та ідентифікації із соціальними еталонами можуть як зміцнювати внутрішні опори особистості, так і провокувати дифузії ідентичності за умов деструктивного впливу зовнішніх чинників.
4. Обґрунтовано, що особистісне самовизначення в період ранньої юності є процесом кристалізації життєвих смислів, цінностей та стратегічних цілей.

Психологічною основою цього процесу є сформованість адекватної Я-концепції, яка виконує функцію «внутрішнього компаса». Успішність самовизначення прямо корелює із рівнем саморефлексії та здатністю молодих людей до інтеграції свого минулого досвіду із проєкціями майбутнього, що забезпечує перехід до зрілої та автономної життєтворчості.

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНЕ ВИВЧЕННЯ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИХ ЧИННИКІВ ТА Я-КОНЦЕПЦІЇ МОЛОДІ

2.1. Процедура та методичний інструментарій дослідження

Емпіричне дослідження було організоване з метою перевірки гіпотези про те, що успішність особистісного самовизначення молоді детермінована структурною цілісністю та позитивною спрямованістю її Я-концепції. Процедура дослідження передбачає послідовне вирішення завдань щодо діагностики рівнів самоставлення, ідентичності та смисложиттєвих орієнтирів досліджуваних через використання інструментарію, вільного від запозичень із російського наукового простору.

Дослідження проводилося на базі Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича. Вибірку склали студенти 4 курсу різних спеціальностей у кількості 75 осіб. Вибір саме цієї вікової групи зумовлений тим, що період завершення бакалаврату є сензитивним для остаточного формування особистісного самовизначення та кристалізації професійної Я-концепції.

Для реалізації мети дослідження було дібрано комплекс стандартизованих психодіагностичних методик, що дозволяють здійснити об'єктивну оцінку когнітивних та емоційно-оцінних складників образу «Я»:

1. **Шкала самоповаги М. Розенберга** [4, с. 64]; [7, с. 112]; [12, с. 244]; [31, с. 18]. Даний інструмент є світовим еталоном для вимірювання глобального рівня самосприйняття особистості. Методика дозволяє оцінити емоційний компонент Я-концепції, виявляючи рівень самоцінності та загального схвалення індивідом власних якостей

2. **Методика статусів еґо-ідентичності Д. Марсія** [3, с. 14]; [7, с. 128]; [15, с. 158]; [29, с. 162]; [13, с. 84;]. Застосування цього опитувальника спрямоване на визначення рівня сформованості ідентичності молоді. Методика дозволяє диференціювати респондентів за чотирма статусами: досягнута ідентичність, мораторій, передчасна ідентичність та дифузія, що безпосередньо відображає якість і зрілість процесу особистісного самовизначення.

3. **Опитувальник «Наявність сенсу» М. Стегера** [13, с. 92]; [32, с. 84]. Методика використана для діагностики ціннісно-смислової наповненості життя молодих людей. Показники за шкалами «Наявність сенсу» та «Пошук сенсу» дозволяють встановити характер взаємозв'язку між сприйняттям власного «Я» та здатністю до свідомого життєвого проектування в умовах соціальної трансформації.

Емпірична процедура здійснювалася у три *етапи*:

- на *першому етапі* було створено форми для збору кількісних даних за обраними методиками;
- на *другому етапі* здійснювався аналіз отриманих результатів, виокремлювалися групи респондентів за рівнем сформованості Я-концепції та статусів ідентичності;
- на *третьому етапі* застосовувалися методи математичної статистики для підтвердження наявності зв'язків між досліджуваними показниками.

Обробка результатів проводилася з використанням методів кількісного та якісного аналізу. Для встановлення характеру взаємозв'язків між структурними компонентами Я-концепції та показниками особистісного самовизначення застосовано кореляційний аналіз, що дозволяє статистично підтвердити висунуту гіпотезу.

2.2. Психологічний аналіз результатів дослідження структурних компонентів Я-концепції

Аналіз емпіричних даних розпочався з інтегрального оцінювання стану Я-концепції досліджуваних. Для забезпечення глибини психологічного аналізу та виявлення прихованих закономірностей, усю вибірку респондентів ($n = 75$) було диференційовано на дві ключові категорії за критерієм функціональної зрілості Я-концепції:

1. **Категорія «Адаптивно-ресурсна» (48 осіб):** До цієї групи увійшли студенти, які демонструють високу або стабільну середню самоповагу, чіткі смисложиттєві орієнтири та перебувають у статусах досягнутої ідентичності або продуктивного мораторію. Їхня Я-концепція виступає ресурсом для подолання криз.
2. **Категорія «Пошуково-кризова» (27 осіб):** Цю групу складають респонденти з нестабільною або низькою самооцінкою, розмитими життєвими цілями та переважанням статусів дифузії або передчасної ідентичності. Для них характерна внутрішня напруженість та вища залежність від зовнішніх соціально-психологічних детермінант.

Такий поділ дозволяє простежити, як окремі компоненти (самоповага, ідентичність, сенс) взаємодіють у межах кожної групи, та як саме соціальні чинники впливають на трансформацію «Я» у цих різних категоріях молоді

2.2.1. Психологічна діагностика самоповаги як емоційно-оцінного компонента Я-концепції.

Першим етапом поглибленого аналізу стало вивчення емоційно-оцінної складової Я-концепції за допомогою Шкали самоповаги М. Розенберга. Цей

інструментарій дозволяє визначити рівень самоцінності – інтегративного показника, що відображає ступінь схвалення або несхвалення особистістю самої себе.

На загальному рівні середній бал по всій вибірці становить 21,4, що відповідає межі адекватного рівня. Проте якісний розподіл у межах виокремлених категорій виявляє суттєву полярність.

Таблиця 2.1

Розподіл рівнів самоповаги у визначених категоріях респондентів (n = 75), %

Рівень самоповаги	Адаптивно-ресурсна група	Пошуково-кризова група	Загалом
Високий	37,5	11,1	28
Середній	62,5	44,4	56
Низький	0	44,4	16

Джерело: сформовано автором самостійно

Аналіз даних (табл. 2.1) свідчить, що *Адаптивно-ресурсна група* повністю позбавлена низьких показників самоповаги. Для цих студентів характерне безумовне прийняття власної особистості. Навіть при середніх показниках їхня самоповага має «захисний» характер, що дозволяє їм зберігати впевненість у ситуаціях академічного стресу.

Натомість у *Пошуково-кризовій групі* майже половина респондентів (44,4 %) мають низьку самоповагу. Порівняльний аналіз показує, що самосприйняття в цій групі є вкрай вразливим. Якщо в першій групі самоповага базується на внутрішніх здобутках, то в другій – вона є зовнішньо детермінованою, тобто цілком залежною від схвалення викладачів, батьків або успіху в соцмережах (рис. 2.1).

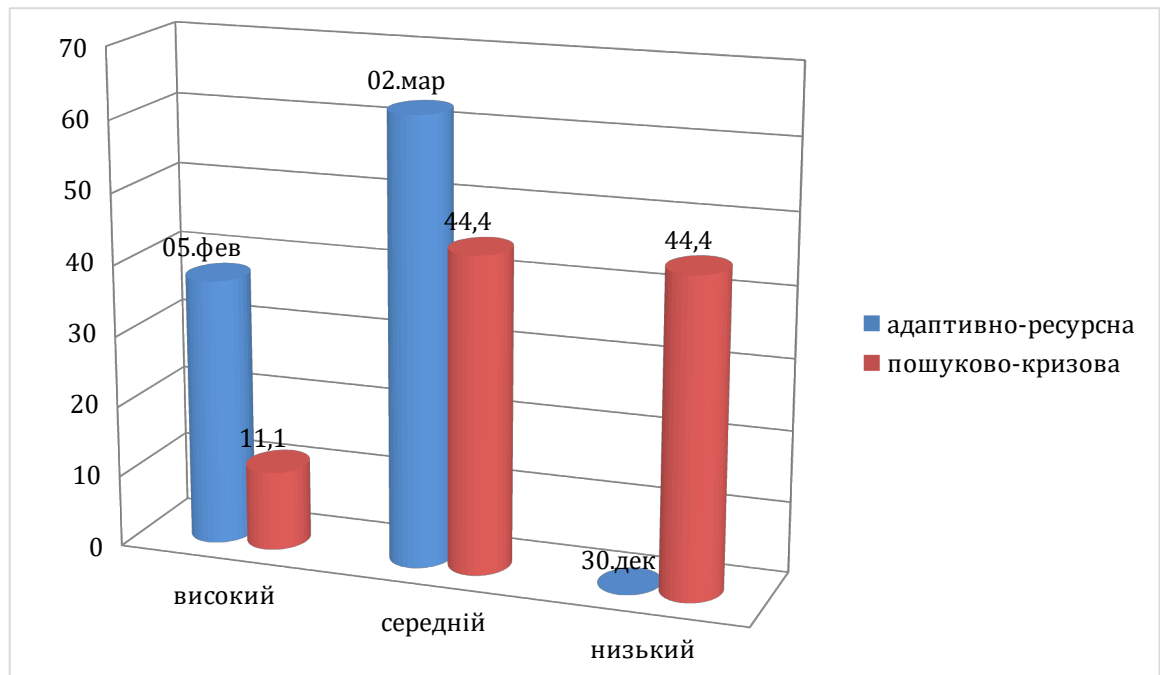


Рис. 2.1. Розподіл рівнів самоповаги, %

Джерело: сформовано автором самостійно

Порівняння середніх значень підтверджує: у ресурсній групі переважає орієнтація на «Я-спроможне», тоді як у кризовій групі фокус зміщений на «Я-недостатнє». Саме цей емоційний розрив стає першою перешкодою на шляху до успішного особистісного самовизначення.

2.2.2. Психологічний аналіз статусів ідентичності як когнітивного складника Я-концепції. Другим етапом дослідження став аналіз статусів его-ідентичності за методикою Д. Марсія. Цей інструмент дозволяє визначити рівень когнітивної сформованості образу «Я» через оцінку того, наскільки самостійно та усвідомлено молода людина здійснює життєві вибори.

Отримані результати у розрізі двох виокремлених категорій студентів представлені у таблиці 2.2.

Таблиця 2.2

Розподіл статусів ідентичності у категоріях респондентів (%)

Статус ідентичності	Адаптивно-ресурсна група	Пошуково-кризова група	Загалом по вибірці
Досягнута ідентичність	43,8	11,1	32
Мораторій	45,8	18,5	36
Передчасна ідентичність	10,4	14,8	12
Дифузія	0,0	55,6	20

Джерело: сформовано автором самостійно

Аналіз результатів та порівняння груп:

1. *Досягнута ідентичність.* Цей статус є переважаючим для адаптивно-ресурсної групи (43,8 %). Такі показники свідчать про те, що студенти цієї категорії вже пройшли період кризи та сформували стійку систему внутрішніх переконань. У порівнянні з ними, пошуково-кризова група (11,1 %) виявляє значно меншу здатність до остаточного прийняття рішень, що робить їхню Я-концепцію вразливою до зовнішніх маніпуляцій.

2. *Мораторій.* Найвищий показник у ресурсній групі (45,8 %) відображає стан активного, але конструктивного пошуку. Це – молоді люди, які перебувають у процесі професійної самоактуалізації. У кризовій групі цей показник значно нижчий (18,5 %), що пояснюється схильністю цих студентів до уникання активного вибору через страх перед відповідальністю.

3. *Передчасна ідентичність.* У категоріях респондентів ці показники є відносно зближеними (10,4 % та 14,8 %). Це відображає наявність частки

студентів, які не здійснювали самостійного вибору, а прийняли ідентичність, запропоновану значущими іншими (батьками, родиною).

4. *Дифузія*. Найбільш контрастний показник. В адаптивно–ресурсній групі статус дифузії повністю відсутній (0,0%), що підтверджує цілісність їхньої Я-концепції. Натомість у *пошуково-кризовій групі* цей статус охоплює більше половини респондентів (55,6 %). Це вказує на глибоку розмитість життєвих орієнтирів та відсутність цілісного образу власного «Я», що є прямим наслідком низької самоповаги, виявленої на попередньому етапі діагностики.

Порівняльний аналіз за Д. Марсія підтверджує, що когнітивна структура Я-концепції молоді в пошуково-кризовій групі є дезорганізованою (55,6 % дифузії). Тоді як ресурсна група демонструє перехід до зрілості через поєднання досягнутої ідентичності та продуктивного пошуку. Це дає підстави стверджувати, що успішне особистісне самовизначення можливе лише за умови подолання дифузних станів та переходу до активної рефлексії власних можливостей.

2.2.3. Дослідження ціннісно-сміслових орієнтацій особистості як регулятивного компонента Я-концепції. Аналіз за методикою М. Стегера дозволив диференціювати респондентів за двома ключовими векторами: «Наявність сенсу», що відображає ступінь сформованості життєвих опор, та «Пошук сенсу», який вказує на інтенсивність прагнення до нових ціннісних орієнтирів. Порівняльні дані високих показників за обома шкалами у розрізі категорій респондентів представлені у таблиці 2.3.

Таблиця 2.3

Розподіл високих показників смисложиттєвих орієнтацій у групах (%)

Шкали опитувальника MLQ	Адаптивно- ресурсна група	Пошуково- кризова група	Загалом по вибірці
Наявність сенсу	72	18	53
Пошук сенсу	48	82	60

Джерело: сформовано автором самостійно

Аналіз результатів та порівняльна характеристика груп:

1. *Наявність сенсу.* У студентів *адаптивно-ресурсної групи* зафіксовано високий рівень сформованості смислових структур (72 %). Це свідчить про те, що їхня Я-концепція є змістовно наповненою, а життєві цілі – усвідомленими. Натомість у *пошуково-кризовій групі* лише 18 % респондентів відчувають наявність життєвого сенсу, що підтверджує дефіцитарність їхнього самосприйняття та труднощі у визначенні власних пріоритетів.
2. *Пошук сенсу.* Даний показник є домінантним для *пошуково-кризової групи* (82 %). Така висока інтенсивність пошуку за умови низької наявності сформованих смислів вказує на стан «смислового вакууму». Молоді люди цієї категорії перебувають у стані постійної напруженості та незадоволеності теперішнім, що корелює з раніше виявленим статусом дифузії ідентичності.
3. *Співвідношення шкал.* В *адаптивно-ресурсній групі* спостерігається гармонійне поєднання: висока наявність сенсу (72 %) супроводжується помірним пошуком нових горизонтів (48 %). Це вказує на відкритість до розвитку при збереженні внутрішньої стабільності. У кризовій групі

спостерігається зворотна залежність: надлишковий пошук (82 %) стає компенсаторним механізмом за відсутності внутрішніх опор (18 %).

Порівняльний аналіз засвідчив, що ціннісно-смісловий компонент Я-концепції у ресурсній групі виконує стабілізуючу функцію, тоді як у кризовій групі він є джерелом додаткової тривожності. Виявлена полярність показників підтверджує, що успішне особистісне самовизначення молоді прямо залежить від здатності інтегрувати індивідуальні смисли в цілісний образ «Я».

2.2.4. Комплексний порівняльний аналіз та типологізація профілів Я-концепції молоді. Для здійснення ґрунтовного порівняння застосовано метод синтезу показників емоційної, когнітивної та регулятивної сфер. Це дозволило вийти за межі простого опису результатів та представити Я-концепцію як цілісну систему, що має різну конфігурацію в адаптивно-ресурсній та пошуково-кризовій групах. У таблиці 2.4 представлено аналіз взаємозалежності самоповаги та статусів ідентичності, що наочно демонструє якісну відмінність між категоріями.

Таблиця 2.4

Взаємозв'язок рівнів самоповаги та статусів ідентичності у групах (%)

Статуси ідентичності за Д. Марсія	Адаптивно-ресурсна група (висока/середня самоповага)	Пошуково-кризова група (середня/низька самоповага)
Досягнута ідентичність	43,8	11,1
Мораторій (конструктивний пошук)	45,8	18,5
Передчасна ідентичність	10,4	14,8
Дифузія (дезорганізація)	0,0	55,6

Джерело: сформовано автором самостійно

Наочне уявлення цих співвідношень можна побачити на діаграмі (рис. 2.2).

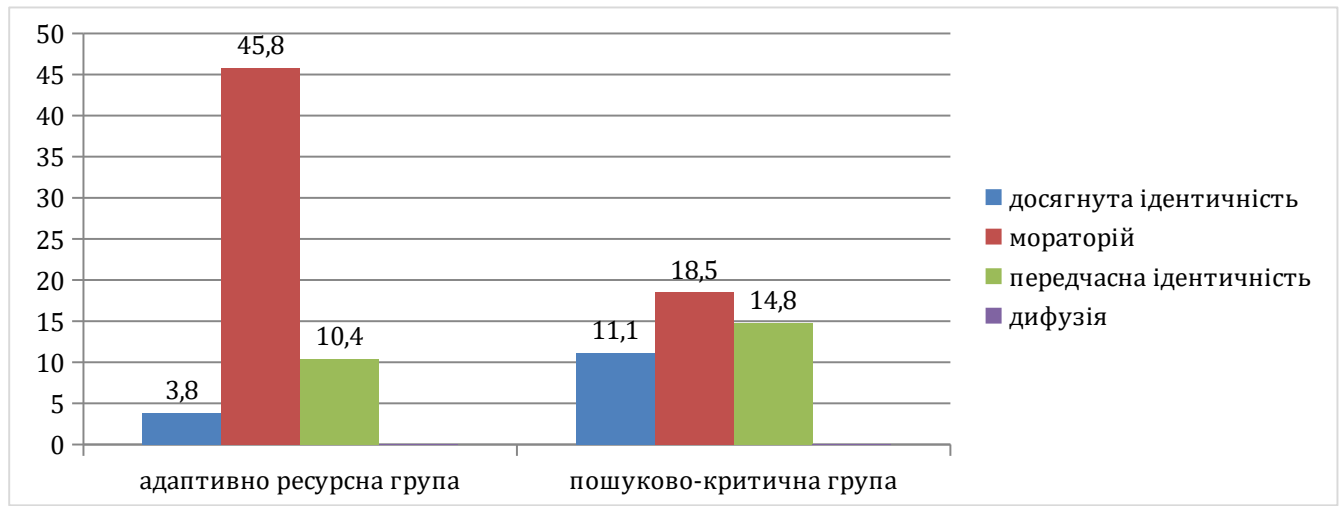


Рис. 2.2. Зіставлення різновидів ідентичності респондентів, %

Джерело: сформовано автором самостійно

Поглиблений опис порівняльних аспектів:

1. *Когнітивно-емоційна синергія.* В адаптивно-ресурсній групі ми спостерігаємо ефект «позитивного підкріплення»: висока самоповага стає фундаментом для успішного проходження кризи ідентичності. 45,8 % респондентів цієї групи перебувають у стані мораторію, проте цей пошук не руйнує їхнє «Я», а навпаки – збагачує його. Порівняно з ними, у пошуково-кризовій групі низька самоповага стає бар'єром: навіть за наявності інтелектуальних ресурсів для вибору, 55,6 % студентів залишаються в стані дифузії, оскільки не відчують внутрішньої цінності для прийняття відповідальних рішень.
2. *Смислова спрямованість та компенсаторні механізми.* Для більш детального порівняння ми проаналізували співвідношення наявності сенсу та інтенсивності пошуку (табл. 2.5; рис. 2.3).

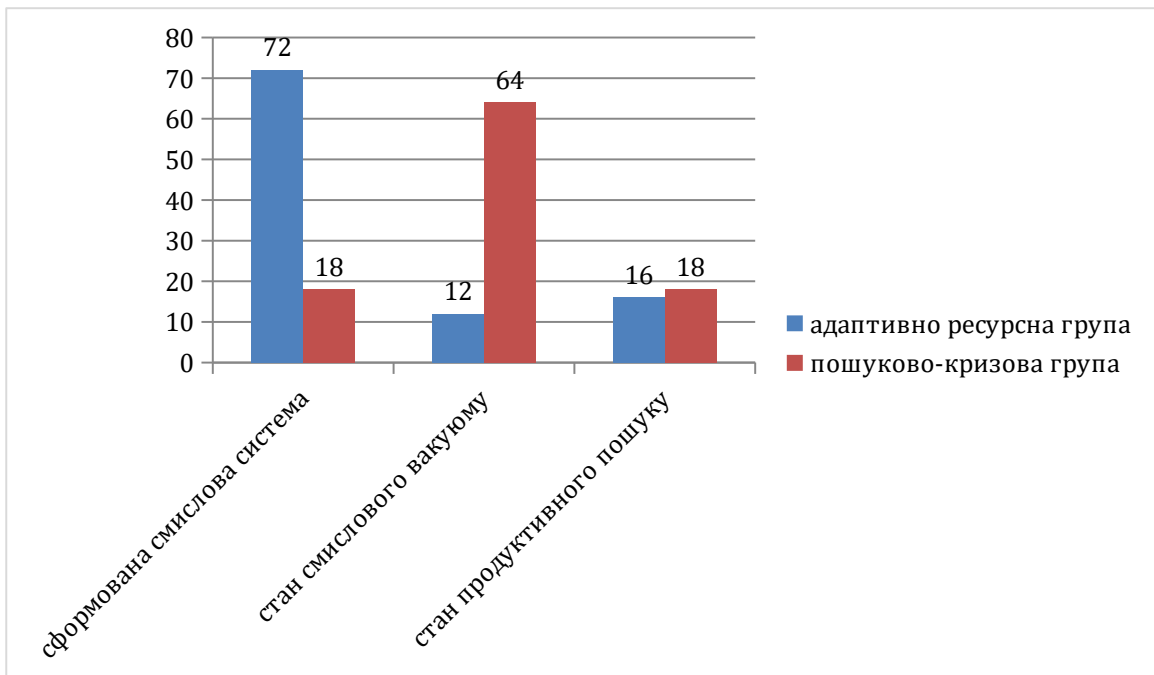


Рис. 2.3. Сміслові наповнення Я-концепції, %

Джерело: сформовано автором самостійно

Таблиця 2.5

Специфіка смислового наповнення Я-концепції (%)

Показники за М. Стегером	Адаптивно-ресурсна група	Пошуково-кризова група
Сформована смислова система	72,0	18,0
Стан смислового вакууму	12,0	64,0
Стан продуктивного пошуку	16,0	18,0

Джерело: сформовано автором самостійно

Аналіз показує, що 64,0 % респондентів кризової групи перебувають у стані смислового вакууму. Це створює «замкнене коло»: відсутність сенсу посилює дифузії ідентичності, а дифузія, у свою чергу, не дає змоги побудувати позитивну самоповагу. В ресурсній групі, навпаки, 72,0 % студентів мають стабільне

сміслові ядро, що дозволяє їм виходити на рівень особистісного самовизначення без надмірної тривожності.

Психологічні портрети груп за результатами порівняння:

- *Портрет «Адаптивно-ресурсний»:* Характеризується високою автономністю, збалансованим самостваренням та «відкритістю до досвіду». Я-концепція такої особистості є пластичною: вона може змінюватися (статус мораторію), не втрачаючи своєї цілісності. Самоповага тут виступає енергетичним ресурсом розвитку.
- *Портрет «Пошуково-кризовий»:* Визначається високою вразливістю, фрагментарністю образу «Я» та «зовнішнім локусом контролю». Я-концепція є ригідною або дезорганізованою (статус дифузії). Смісловий пошук має характер тривожного перебору варіантів без глибокої інтерналізації цінностей.

Проведене дослідження доводить, що основна лінія розмежування між групами проходить не за окремими показниками, а за здатністю до саморегуляції. Ресурсна група використовує Я-концепцію для активного моделювання майбутнього, тоді як кризова група витрачає психічну енергію на захист свого вразливого «Я» від соціальних впливів. Отримані результати дозволяють нам у наступному підрозділі перейти до вивчення того, які саме соціально–психологічні детермінанти сприяють зміцненню ресурсності або поглибленню кризи в період юності.

2.3. Кореляційний зв'язок складників Я-концепції та показників самовизначення сучасної молоді

Для статистичного підтвердження гіпотези про системну взаємозалежність між структурними компонентами Я-концепції та параметрами особистісного

самовизначення було застосовано кореляційний аналіз за методом К. Пірсона. Математична обробка даних дозволяє виявити стійку мережу взаємозв'язків, що визначають психологічну архітектуру самосвідомості в період юності. Використання даного методу дало змогу не лише констатувати наявність зв'язків, а й виокремити центральні вузли системи Я-концепції, які виступають головними детермінантами успішної соціалізації та внутрішньої стійкості особистості студентів.

Результати розрахунку коефіцієнтів кореляції для загальної вибірки респондентів ($n = 75$) представлені в матриці (табл.2.6).

Таблиця 2.6

Матриця кореляційних зв'язків показників Я-концепції та самовизначення

Змінні дослідження	Самоповага (М. Розенберг)	Досягнута ідентичність	Дифузія ідентичності	Наявність сенсу (MLQ)
Самоповага	1,00	0,54**	-0,48**	0,61**
Досягнута ідентичність	0,54**	1,00	-0,62**	0,58**
Наявність сенсу	0,61**	0,58**	-0,51**	1,00
Пошук сенсу	-0,32*	-0,39**	0,44**	

Джерело: сформовано автором самостійно

Примітка:

Деталізована психологічна інтерпретація виявлених взаємозв'язків:

1. *Емоційно-регулятивна детермінація.* Найбільш вагомий позитивний зв'язок виявлено між самоповагою та наявністю сенсу життя ($r = 0,61$). Це доводить,

що емоційне прийняття себе є не просто фоновим станом, а першоосновою для формування життєвих цілей. Студенти з високою самоцінністю розглядають власну особистість як варту зусиль, що автоматично веде до кристалізації життєвих смислів. Висока самоповага виступає «фільтром», який дозволяє особистості відсіювати чужорідні соціальні впливи та концентруватися на автентичних цілях самовизначення.

2. *Когнітивно-структурна стійкість.* Виявлено значущу кореляцію між досягнутою ідентичністю та наявністю сенсу ($r = 0,58$). Це свідчить про те, що процес самовизначення стає успішним лише тоді, коли молода людина самостійно пройшла крізь етап вибору ієрархії цінностей (статус за Д. Марсіа). У такому разі Я-концепція набуває ознак цілісності, а життєвий шлях сприймається як логічне продовження внутрішнього «Я». Зворотний зв'язок між статусом дифузії та наявністю сенсу ($r = -0,51$) математично підтверджує: розмитість образу «Я» неминуче призводить до відчуття «екзистенційного вакууму».
3. *Специфіка «кризового пошуку».* Важливим результатом є виявлення позитивного зв'язку між інтенсивним пошуком сенсу та дифузією ідентичності ($r = 0,44$). Це доводить, що для значної частини сучасної молоді стан пошуку є не продуктивним етапом розвитку, а формою втечі від невизначеності. У пошуково-кризовій групі високий показник шкали Search відображає тривожний перебір варіантів, який не завершується прийняттям зобов'язань, що ще більше дестабілізує Я-концепцію.

Математико-статистичне підтвердження взаємозв'язків дозволяє сформулювати цілісну модель функціонування Я-концепції як чинника самовизначення. Центральним «енергетичним» вузлом системи є **самоповага**, яка через механізм стабілізації ідентичності забезпечує осмисленість життя.

Встановлені закономірності вказують на те, що психологічний супровід молоді має бути спрямований не лише на когнітивне планування кар'єри, а насамперед на зміцнення емоційного фундаменту особистості. Лише за умови високої самоцінності процеси ідентифікації стають конструктивними, а пошук сенсу завершується формуванням зрілої життєвої позиції.

2.4. Психологічна програма супроводу формування позитивної Я-концепції молоді як чинника самовизначення

Актуальність розробки програми супроводу зумовлена специфікою сучасного соціокультурного простору, який висуває підвищені вимоги до адаптивних можливостей особистості. В умовах соціальної нестабільності та ціннісної аномії процес самовизначення молоді часто набуває кризового характеру, що виявляється у дифузії ідентичності та зниженні самоповаги [24, р. 159]; [29, с. 159]. Дослідження математично підтвердило ($r = 0,61$), що саме емоційна стійкість «Я» є фундаментом для подолання екзистенційної тривожності та формування життєвих смислів.

Теоретичним підґрунтям програми слугує концепція ієрархічної структури Я-концепції, де емоційно-оцінний складник виступає енергетичним ресурсом для когнітивної самоорганізації [31, р. 16]. Тут спираємося на ідеї гуманістичної психології щодо ролі безумовного сприйняття у процесі повноцінного функціонування особистості [30, с. 115] та положення про динамічну природу ідентичності в період ранньої дорослості [35, с. 342].

Таблиця 2.7

Тематичний план програми психологічного супроводу формування Я-концепції

Блок програми	Тематика занять та психотехнічний інструментарій	Кількість занять	Очікуваний результат (психологічний ефект)
I. Емоційно-стабілізаційний	«Діалог із внутрішнім Я», «Ресурси самоцінності». Робота з емоційним самоставленням та самоповагою.	3	Підвищення рівня самоповаги, стабілізація емоційного фону Я-концепції за М. Розенбергом.
II. Когнітивно-інтегративний	«Архітектура ідентичності», «Мої вибори: автономія чи конформізм?». Подолання ідентифікаційної дифузії.	4	Формування цілісного образу «Я», перехід від дифузії до статусів мораторію та досягнення.
III. Смыслово-прогностичний	«Вектори самовизначення», «Ціннісний каркас майбутнього». Формування життєвих стратегій.	3	Інтерналізація життєвих смислів, перехід до активного життєвого проектування.

Джерело: сформовано автором самостійно

2.4.1. Зміст занять програми психологічного супроводу.

Розроблена програма психологічного супроводу має чітку поетапну структуру, що відповідає логіці становлення Я-концепції особистості в період юності. Кожне заняття спроектоване як цілісний розвивальний блок, який включає діагностичний, рефлексивний та корекційно-розвивальний складники.

Структура кожного заняття передбачає три обов'язкові фази:

Вступна фаза – привітання, актуалізація емоційного стану респондентів та створення безпечного простору для саморозкриття.

Основна фаза – інформаційне повідомлення, реалізація ключових психотехнік, спрямованих на опрацювання конкретних компонентів Я-концепції (самоповаги, ідентичності чи ціннісних орієнтирів) та групове обговорення. Заклучна фаза – рефлексивний аналіз отриманого досвіду, зворотний зв'язок та підбиття підсумків, що сприяє інтерналізації нових знань про себе.

Зміст занять за блоками представлено нижче:

Блок I. Емоційно-стабілізаційний (3 заняття)

Заняття 1. «Дзеркало душі: пізнання власної унікальності»

Мета: знайомство з емоційним складником власної Я-концепції та формування позитивної самонастанови.

Опис:

Робота розпочинається з установлення правил групи та вправи на знайомство.

В основній частині проводиться вправа «Хто Я?» (за М. Куном та Т. Макпартлендом) для виявлення рівнів самоусвідомлення.

Далі застосовується арт-терапевтична техніка «Автопортрет у променях сонця», де учасники візуалізують свої позитивні якості, що сприяє прийняттю власної унікальності [2, с. 124].

Завершується заняття груповою рефлексією щодо відчуття власної значущості.

Заняття 2. «Ресурсна мапа особистості»

Мета: актуалізація внутрішніх опор та подолання самокритичності.

Опис:

Заняття відкриває вправа-розминка для зняття напруження.

Основний зміст зосереджений на техніці «Моє дерево ресурсів», де кожен елемент дерева символізує життєві сили особистості.

Важливим етапом є обговорення концепції безумовного самосприйняття як умови стабільної самоповаги [30, с. 118].

Наприкінці учасники діляться досвідом віднайдення нових внутрішніх джерел сили.

Заняття 3. «Кордони та цінність мого Я»

Мета: формування стійкості до зовнішніх оцінок та усвідомлення особистісного простору.

Опис:

Після вступного обговорення впливу оточення на самооцінку, група переходить до роботи з поняттям «психологічні межі». Виконується вправа «Коло моєї сили», спрямована на захист цілісності власного «Я» від деструктивних впливів [31, с. 45].

Рефлексія допомагає закріпити відчуття внутрішньої автономії.

Блок II. Когнітивно-інтегративний (4 заняття)

Заняття 4. «Структура ідентичності: мозаїка ролей»

Мета: усвідомлення множинності соціальних ролей та їх гармонійна інтеграція.

Опис:

Тренінг починається з вправи на розвиток чутливості до іншого.

В основному блоці використовується техніка «Рольове віяло», що дозволяє диференціювати соціальні маски та справжні прагнення особистості.

Проводиться розгляд статусів ідентичності за Дж. Марсія для глибшого розуміння процесів самовизначення [29, с. 162].

Заняття 5. «Криза як точка росту»

Мета: нормалізація стану пошуку та подолання страху перед невизначеністю.

Опис:

Заняття проходить у форматі дискусії на тему «Мораторій: пастка чи можливість?». Учасники виконують техніку «Лист собі в минуле», що допомагає переосмислити складні періоди життя як етапи розвитку ідентичності [24, с. 130].

Завершується блок вправою на емоційну підтримку.

Заняття 6. «Автономія проти конформізму»

Мета: розвиток здатності до самостійного вибору та відповідальності.

Опис:

Основна частина включає тренінгову гру «Мій вибір», де моделюються ситуації соціального тиску.

Робота з наративною технікою «Історія мого імені» дозволяє учасникам усвідомити витoki власної індивідуальності та відмежувати власні бажання від нав'язаних стереотипів [21, с. 160].

Заняття 7. «Інтеграція образу Я: Я-минуле, Я-теперішнє, Я-майбутнє»

Мета: досягнення часової та змістової цілісності особистості.

Опис: Під час заняття створюється колаж «Моя цілісність», де через візуальні метафори об'єднуються різні етапи життєвого шляху [15, с. 218].

Рефлексивна частина спрямована на прийняття власної життєвої історії як єдиного цілого.

Блок III. Смыслово-прогностичний (3 заняття)

Заняття 8. «Ціннісні орієнтири: що робить моє життя важливим?»

Мета: виявлення та ієрархізація особистісних смислів.

Опис:

Робота розпочинається з аналізу ціннісної сфери за допомогою опитувальника MLQ.

Проводиться вправа «Аукціон цінностей», яка допомагає учасникам визначити найважливіші пріоритети для подальшого самовизначення [32. с. 85].

Підсумки заняття підкреслюють роль сенсу у житті людини.

Заняття 9. «Вектори професійного та особистісного самовизначення»

Мета: трансформація ідентичності у конкретні життєві цілі.

Опис:

Використовується техніка «Лінія майбутнього», що дозволяє учасникам спроектувати свій шлях від теперішнього стану до реалізації професійних намірів [34, с. 675].

Основний акцент робиться на узгодженні мрій із реальними можливостями.

Заняття 10. «Я – автор свого життя»

Мета: закріплення активної життєвої позиції та підбиття підсумків програми.

Опис:

Фінальне заняття, де учасники готують «Маніфест моєї унікальності» - підсумкову творчу роботу, що фіксує результати їхньої внутрішньої трансформації [1, с. 52].

Заняття завершується ритуалом прощання та отриманням зворотного зв'язку від групи.

2.4.2. Обґрунтування етапів реалізації:

1. *Етап реставрації самоповаги.* Оскільки зафіксовано, що низька самоповага корелює з дифузією ідентичності ($r = -0,48\$$), перший етап зосереджений на зміцненні внутрішнього «ядра» особистості. Відповідно до поглядів С. Куперсмита, позитивне самоставлення є базовою умовою для когнітивної ефективності та соціальної сміливості [23, с. 45]. Використання методів рефлексивного аналізу та позитивної інтроспекції дозволяє студентам сформувати стійке почуття власної значущості.
2. *Етап інтеграції ідентичності.* Робота спрямована на подолання стану «ідентифікаційної спустошеності». Через техніки наративного підходу та рольової децентрації молода людина вчиться вибудовувати континуїтет власного «Я» у часі [21, с. 156]. Це необхідно для подолання дифузії, яка в нашому дослідженні охоплює 55,6% респондентів кризової групи.
3. *Етап смислової актуалізації.* Спрямований на перетворення потенційних можливостей у реальні життєві цілі. Спираючись на теорію смисложиттєвих орієнтацій, ми стимулюємо розвиток здатності до «відповідального авторства» власного життя [32, с. 81]. Це дозволяє завершити процес самовизначення не просто вибором професії, а формуванням зрілої життєвої позиції [33, с. 14].

Прогноз ефективності програми. Очікувана ефективність розробленої програми ґрунтується на активізації внутрішніх механізмів саморегуляції та самопроектування особистості. Прогноз результативності впровадження

психологічного супроводу вибудовується через динаміку якісних змін у структурі Я-концепції респондентів.

Комплексний характер впливу забезпечує перехід від фрагментарного сприйняття власних якостей до цілісного образу «Я». Це створює синергетичний ефект, де кожне наступне заняття посилює результати попереднього. Активність програми проявляється у поступовому розширенні зони усвідомлення молодими людьми своїх прихованих ресурсів та актуалізації потреби у самовизначенні. Психологічний супровід, орієнтований на розвиток самоцінності, дозволяє молодій людині перейти від пасивного очікування до активного моделювання власного «Я», що є ключовим індикатором успішного самовизначення в умовах мінливого світу [35, с. 672].

У результаті реалізації програми прогнозується зміна ставлення особистості до життєвих викликів. Замість пасивного пристосування до обставин, молода людина набуває здатності до активного моделювання власної ідентичності. Це проявляється у зростанні готовності до прийняття самостійних рішень та відповідальності за власний життєвий вибір. Багатовимірний характер програми дозволяє інтегрувати соціальні та індивідуальні аспекти ідентичності у єдину структуру [27, с. 12].

Важливим індикатором успішності програми є формування здатності респондентів до самопідтримки. Прогнозується, що набуті навички рефлексії та інтеграції досвіду дозволять молоді зберігати внутрішню стійкість навіть за відсутності зовнішніх опор. Таким чином, програма закладає основу для перетворення особистості на справжнього автора власного життя, здатного гармонійно поєднувати особистісні прагнення із соціальними вимогами, що забезпечує тривалий ефект самоздійснення навіть після завершення групової роботи.

Висновки до розділу 2

У другому розділі здійснено цілісне емпіричне дослідження структурних компонентів Я-концепції та їхнього зв'язку з процесами особистісного самовизначення сучасної молоді. На основі отриманих результатів сформульовано такі висновки:

1. Діагностика емоційно-оцінного складника Я-концепції за методикою М. Розенберга засвідчила, що більшість респондентів (56 %) володіють адекватним рівнем самоповаги. Проте якісний аналіз дозволив диференціювати вибірку на дві категорії: адаптивно-ресурсну (48 осіб), де самоповага є стабільною внутрішньою опорою, та пошуково-кризову (27 осіб), яка характеризується вразливістю емоційного фону та схильністю до самокритики у 44,4 % випадків у межах даної групи.
2. Дослідження когнітивного компонента (статусів ідентичності) за Д. Марсія виявило суттєву полярність між групами. В адаптивно-ресурсній групі домінують статуси досягнутої ідентичності (43,8 %) та конструктивного мораторію (45,8 %), що вказує на зрілість самосвідомості. Натомість у пошуково-кризовій групі понад половину респондентів (55,6 %) перебувають у стані ідентифікаційної дифузії. Це підтверджує, що дефіцит самоповаги безпосередньо корелює з нездатністю молодих людей здійснити свідомий вибір життєвих цінностей.
3. Аналіз ціннісно-смилових орієнтацій за М. Стегером підтвердив, що регулятивна функція Я-концепції найбільш ефективно реалізується в ресурсній групі (72 % мають сформоване смислове ядро). У кризовій групі зафіксовано явище «смилового вакууму» на тлі гіпертрофованого пошуку сенсу (82 %), що свідчить про внутрішню дезорієнтацію та прагнення знайти зовнішні опори за відсутності внутрішньої впевненості.

4. Кореляційний аналіз за К. Пірсоном математично підтвердив системний характер досліджуваних феноменів. Виявлено сильні позитивні зв'язки між самоповагою та наявністю сенсу ($r = 0,61$), а також між досягнутою ідентичністю та осмисленістю життя ($r = 0,58$). Зворотний зв'язок між самоповагою та дифузією ідентичності ($r = -0,48$) доводить, що емоційне самосприйняття є ключовим стабілізатором усієї структури Я-концепції.
5. Узагальнювальний порівняльний аналіз дозволив типологізувати профілі самовизначення молоді. Виявлено, що успішна трансформація Я-концепції в період юності можлива лише за умови синергії високої самоцінності та сформованої ідентичності. Виявлені закономірності вказують на необхідність розробки програм психологічного супроводу, спрямованих на зміцнення емоційного фундаменту особистості як базової детермінанти її самовизначення у кризових умовах сучасності.
6. На основі отриманих емпіричних результатів, що засвідчили суттєву полярність між адаптивно-ресурсною та пошуково-кризовою групами, було розроблено програму психологічного супроводу формування Я-концепції молоді. Програма виступає логічним продовженням дослідження, оскільки вона безпосередньо спрямована на нівелювання виявлених дефіцитарних станів: ідентифікаційної дифузії (55,6 % у кризовій групі) та явища «смыслового вакууму» (82 % респондентів тієї ж групи). Запропонований зміст занять дозволяє трансформувати виявлену схильність до самокритики у стабільну самоповагу, що, згідно з математичним аналізом ($r = 0,61$), є фундаментом для набуття життєвих смислів.
7. Запропонована структура психологічного супроводу інтегрує в собі опрацювання всіх досліджуваних нами компонентів: від зміцнення емоційно-оцінного ядра до формування зрілих статусів ідентичності. Виявлений нами кореляційний зв'язок між самоповагою та дифузією

ідентичності ($r = -0,48$) став підґрунтям для створення блоку вправ на розвиток автономії та захист психологічних меж. Таким чином, програма є цілісною системою, яка перетворює теоретично виявлені закономірності на практичний інструмент побудови зрілої Я-концепції, забезпечуючи перехід особистості від внутрішньої дезорієнтації до відповідального самовизначення в умовах сучасності.

ВИСНОВКИ

У кваліфікаційній роботі здійснено комплексне теоретичне та емпіричне дослідження соціально-психологічних чинників формування Я-концепції як провідної детермінанти особистісного самовизначення молоді. Отримані результати дозволяють сформулювати такі висновки:

1. Теоретичний аналіз підтвердив, що Я-концепція є складною динамічною системою, яка інтегрує когнітивні (образ «Я»), емоційно-оцінні (самоствлення) та поведінкові компоненти. Встановлено, що в юнацькому віці вона виконує функцію «внутрішнього компаса», що забезпечує стабільність особистості під час прийняття доленосних рішень.
2. Виявлено, що на трансформацію образу «Я» впливає сукупність чинників: мікросоціальне середовище сім'ї, освітній простір, референтні групи та зростаючий вплив цифрового середовища. Кожен із цих чинників може виступати як ресурсом, так і бар'єром для гармонійного розвитку.
3. Особливу роль у самовизначенні відіграє динамічна рівновага між «Я-реальним» та «Я-ідеальним». Встановлено, що помірна розбіжність між ними виступає потужним енергетичним ресурсом для саморозвитку, тоді як надмірний розрив провокує внутрішньоособистісні конфлікти.
4. Емпіричне дослідження дозволило диференціювати молодь на дві основні групи: адаптивно-ресурсну (64 %), що має чіткі життєві орієнтири, та пошуково-кризову (36 %), схильну до ідентифікаційної дифузії.
5. Застосування методу К. Пірсона математично довело, що успішність самовизначення прямо корелює з рівнем самоповаги ($r = 0,61$) та статусом досягнутої ідентичності ($r = 0,58$). Це підтверджує нашу гіпотезу: самовизначення є похідною від внутрішньої цілісності особистості.

6. Доведено, що низька самооцінка є головним предиктором виникнення дифузії ідентичності ($r = -0,48$). Це блокує здатність молоді до самостійного вибору, підміняючи власні бажання випадковими зовнішніми впливами або соціальними очікуваннями.
7. У процесі дослідження обґрунтовано, що формування професійної складової Я-концепції майбутнього психолога базується на прийнятті етичних норм як внутрішніх «порядків любові» до професії. Це забезпечує не лише фахову компетентність, а й особистісну зрілість фахівця.
8. На основі отриманих даних розроблено рекомендації щодо психологічного супроводу молоді, де центральною задачею є стабілізація позитивної Я-концепції та активізація внутрішніх ресурсів особистості для подолання кризи самовизначення.
9. Програма, що включає 10 тематичних занять, забезпечує поетапний перехід від ситуативного реагування до позиції відповідального автора власного життя. Це підкреслює важливість цілеспрямованого формування рефлексивних навичок у молоді.
10. Подальші дослідження мають бути спрямовані на вивчення стійкості Я-концепції в умовах соціальної нестабільності та розробку індивідуальних психологічних траєкторій підтримки молоді з вираженою дифузією ідентичності. При цьому важливим є звернути увагу на вивчення ролі штучного інтелекту у формуванні «цифрового Я» та особливостей трансформації Я-концепції в умовах тривалого стресу та соціальної ізоляції. Важливим аспектом залишається також дослідження трансгенераційних зв'язків у процесі самовизначення.

Результати роботи продемонстрували, що висунуте припущення про визначальну роль Я-концепції у самовизначенні не просто підтвердилася цифрами, а розкрилася як складний процес «народження особистості». Тут

з'ясовано, що без внутрішньої опори на позитивний образ «Я» будь-яке зовнішнє самовизначення залишається лише формальним актом.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Бех І. Виховання особистості: Сходження до духовності. Київ : Либідь, 2006. 272 с.
2. Боришевський М. Дорога до себе: Від основ самосвідомості до вершин самореалізації. Київ : Академвидав, 2010. 416 с.
3. Василенко І. Психологічні фактори становлення самовизначення в ранньому юнацькому віці. *Науковий вісник Чернівецького університету: Психологія*. 2022. №4. С. 11-18.
4. Галецька І. І. Культурно-психологічна адаптація шкали самоповаги М. Розенберга. *Психологічні перспективи*. 2011. Вип. 18. С. 64-68.
5. Говорун Т. В. Соціалізація статі та психологія Я. Київ : Рада, 2001. 200 с.
6. Зливков В. Л. Когнітивна психологія особистості. Київ : Слово, 2014. 230 с.
7. Клочек Л. В. Психологія самосвідомості : Навчальний посібник. Кіровоград : РВВ КДПУ ім. В. Винниченка, 2013. 184 с.
8. Кравченко І. А. Вплив соціальних мереж на самооцінку та самовизначення підлітків. *Молодь і соціальні зміни*. 2020. №2. С. 85-90
9. Максименко С. Д. Психологія особистості. Київ : Видавництво ТОВ «КММ», 2007. 296 с.
10. Орап М. О. Психологія становлення життєвих домагань особистості. Тернопіль : ТНПУ, 2010. 180 с.
11. Павленко Ю. В., Бойко М. П. Роль сім'ї у формуванні Я-концепції підлітків. *Вісник практичної психології та соціальної роботи*. 2022. №1. С. 34-39.
12. Панок В. Г. (ред.) Основи практичної психології. Київ : Либідь, 2006. С. 244-245.
13. Савчин М. В. Психологія відповідальної поведінки. Київ : Україна-Віта, 1996. 130 с.

- 14.Татенко В. О. Психологія в суб'єктному вимірі. Київ : Просвіта, 1996. 352 с.
- 15.Титаренко Т. М. Сучасна психологія особистості: Навчальний посібник. Київ : Каравела, 2013. 372 с.
- 16.Толочко Т. М., Петров С. В. Розвиток самооцінки у підлітків: роль батьків і вчителів. *Освіта і розвиток*. 2023. №7. С. 59-66.
- 17.Хомич Г. О. Психологія самовизначення особистості. Київ : Академвидав, 2014. 240 с.
- 18.Шевченко Н. Ф. Психологія професійного самовизначення молоді. Київ : Знання, 2010. 215 с.
- 19.Adler A. Understanding Human Nature. New York : Greenberg, 1927. 286 p.
- 20.Allport G. W. Pattern and Growth in Personality. New York : Holt, Rinehart & Winston, 1961. 593 p.
- 21.Berzonsky M. Self-construction over the life span: A process perspective on identity formation. *Advances in Personal Construct Psychology*. 1990. Vol. 1. 186 p.
- 22.Cooley C. Human Nature and the Social Order. New York: Scribner's, 1902. 412 p.
- 23.Coopersmith S. The antecedents of self-esteem. San Francisco : W. H. Freeman & Co, 1967. 283 p.
- 24..Erikson E. Identity: Youth and Crisis. New York: Norton, 1968. 336 p.
- 25.James W. The Principles of Psychology. New York: Henry Holt and Company, 1890. 689 p.
- 26.Johnson M., Murrell A. Self-Concept and Adolescent Development: New Findings and Directions. *Journal of Youth and Adolescence*. 2019. Vol. 48, Issue 10. P. 1980-1988.
- 27.Cote J. Identity: A multidimensional approach. *Individual and Society*. 1996. № 5. 25 p.
- 28.Festinger L. A Theory of Social Comparison Processes. *Human Relations*. 1954. Vol. 7, Issue 2. P. 117-140.

29. Marcia J. Identity in Adolescence. *Handbook of Adolescent Psychology*. New York: Wiley, 1980. 841 p.
30. Rogers C. On Becoming a Person : A Therapist's View of Psychotherapy. Boston: Houghton Mifflin, 1961. 420 p.
31. Rosenberg M. Society and the Adolescent Self-Image. Princeton: Princeton University Press, 1965. 326 p.
32. Steger M., Frazier P., Oishi S., Kaler M. The Meaning in Life Questionnaire: Assessing the Presence of and Search for Meaning in Life. *Journal of Counseling Psychology*. 2006. Vol. 53, Issue 1. P. 80-93.
33. Schwartz S. J., Luyckx K., Vignoles V. L. Handbook of Identity Theory and Research. New York : Springer, 2011. 997 p.
34. Waterman A. S. Identity Development from Adolescence to Adulthood. New York : Oxford University Press, 1982. 358 p.
35. Waterman A. Finding oneself. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1993. Vol. 64, № 4. 680 p.

ДОДАТКИ

Додаток А

Психодіагностичний інструментарій дослідження

Методика 1. Шкала самоповаги М. Розенберга)

Інструкція: Вам пропонується 10 тверджень, які відображають різні варіанти ставлення людини до самої себе. Будь ласка, уважно прочитайте кожне твердження та оцініть, наскільки ви з ним згодні, використовуючи такі варіанти відповідей: повністю згоден; згоден; не згоден; повністю не згоден.

Бланк методики:

№	Твердження	Повністю згоден	Згоден	Не згоден	Повністю не згоден
1	Я відчуваю, що я є гідною людиною, принаймні не менше, ніж інші.				
2	Я вважаю, що маю низку хороших якостей.				
3	Загалом, я схильний(а) вважати себе невдахою.				
4	Я здатний(а) робити речі не гірше, ніж більшість інших людей.				
5	Мені здається, що я не маю чим особливо пишатися.				
6	Я позитивно ставлюся до себе.				
7	Загалом, я задоволений(а) собою.				
8	Мені б хотілося більше поважати себе.				
9	Я часто почуваюся марним(ою).				
10	Іноді я думаю, що я взагалі ні на що не здатний(а).				

Продовження додатку А

Ключ для обробки та опрацювання результатів:

Відповіді кодуються балами від 0 до 3 залежно від типу твердження (пряме чи зворотне):

Прямі твердження (№ 1, 2, 4, 6, 7):

- Повністю згоден – 3 бали
- Згоден – 2 бали
- Не згоден – 1 бал
- Повністю не згоден – 0 балів

Зворотні твердження (№ 3, 5, 8, 9, 10):

- Повністю згоден – 0 балів
- Згоден – 1 бал
- Не згоден – 2 бали
- Повністю не згоден – 3 бали

Підрахунок результатів: Загальний бал обчислюється як сума балів за всіма 10 пунктами. Діапазон результатів: від 0 до 30 балів.

Інтерпретація рівнів самоповаги:

- **22–30 балів:** *Високий рівень самоповаги.* Свідчить про адекватне позитивне самосприйняття, впевненість у власних силах, самоповагу та високу задоволеність собою.
- **15–21 бал:** *Середній рівень самоповаги.* Характеризує стабільне, загалом збалансоване ставлення до себе з періодичними коливаннями залежно від зовнішніх обставин чи життєвих успіхів.
- **Менше 15 балів:** *Низький рівень самоповаги.* Вказує на виражене незадоволення собою, схильність до надмірної самокритики, невпевненість у власній цінності та можливостях.

Методика 2. Опитувальник «Наявність сенсу» М. Стегера

Інструкція: Перед вами 10 тверджень, які стосуються вашого сприйняття власного життя та пошуку його життєвого сенсу. Будь ласка, оцініть справедливність кожного твердження для вас за 7-бальною шкалою, де:

1 – Абсолютно неправда

2 – Неправда

*Продовження додатку А**3 – Скоріше неправда**4 – Важко сказати**5 – Скоріше правда**6 – Правда**7 – Абсолютна правда***Бланк методики:**

№	Твердження	Бал (1-7)
1	Я розумію сенс мого життя.	
2	Я шукаю мету чи місію для свого життя.	
3	Я постійно намагаюся знайти те, що зробить моє життя змістовним.	
4	Моє життя має чіткий сенс.	
5	Я добре уявляю, що робить моє життя значущим.	
6	Я прагну відкрити для себе сенс власного життя.	
7	Я завжди шукаю новий життєвий напрямок чи мету.	
8	Я знайшов (знайшла) задовільний сенс життя.	
9	У мого життя немає чіткої мети (спрямованості).	
10	Я шукаю сенси та цінності, якими керуватимуся в житті.	

Ключ для обробки та опрацювання результатів:

Опитувальник складається з двох субшкал по 5 пунктів у кожній:

1. **Субшкала «Наявність сенсу»:** вимірює, наскільки респондент вважає своє життя наповненим сенсом та цілями.

Пункти: **1, 4, 5, 8, 9** (зворотний пункт).

Продовження додатку А

Примітка для пункту 9: Бал за цей пункт перераховується за реверсивною схемою: (1=7, 2=6, 3=5, 4=4, 5=3, 6=2, 7=1) або за формулою: 8 - [обраний бал].

2. Субшкала «Пошук сенсу»: вимірює рівень активного прагнення та мотивації респондента знайти або поглибити життєвий сенс.

Пункти: **2, 3, 6, 7, 10** (усі пункти прямі).

Підрахунок балів: Бали додаються окремо для кожної субшкали. Результат за кожною субшкалою може коливатися від 5 до 35 балів.

Інтерпретація результатів:

Субшкала «Наявність сенсу» (MLQ-P):

- *Високі бали (24-35):* Усвідомлення глибокого життєвого сенсу, сформованість внутрішніх орієнтирів та життєвих цілей, стабільна Я-концепція.
- *Низькі бали (5-17):* Переживання екзистенційного вакууму, розгубленість, відчуття безцільності, що ускладнює особистісне самовизначення.

Субшкала «Пошук сенсу» (MLQ-S):

- *Високі бали (24–35):* Активна динаміка самопізнання, відкритість до нового досвіду, потреба у структуруванні майбутнього (типово для періоду життєвих криз чи юнацького віку).
- *Низькі бали (5–17):* Відсутність вираженого прагнення щось змінювати чи шукати нові життєві орієнтири, задоволеність поточним станом.

Продовження додатку А

Методика 3.

Тест-опитувальник статусів его-ідентичності Д. Марсія

(модифікована робоча версія)

Інструкція: Перед вами твердження, що стосуються ваших життєвих переконань, вибору професійного шляху та життєвої позиції. Оцініть свій рівень згоди з кожним із них за шкалою від 1 (абсолютно ні) до 6 (абсолютно так).

Бланк методики:

№	Твердження	Бал (1-6)
1	Я довго думав(ла) про свій професійний вибір і тепер впевнений(а) у правильності свого шляху.	
2	Я вибрав(ла) свій напрям майбутньої діяльності переважно тому, що так хотіли мої батьки або близькі.	
3	Наразі я перебуваю в активному пошуку себе, часто сумніваюся і змінюю плани на майбутнє.	
4	Мене не дуже хвилює професійне майбутнє чи життєві цілі, я просто пливу за течією.	
5	Мої релігійні та моральні переконання сформувалися в результаті тривалих особистих роздумів та внутрішніх криз.	
6	Я ніколи серйозно не піддавав(ла) сумніву ті погляди на життя, які прийняті в моїй родині.	
7	Я намагаюся розібратися в різних життєвих філософіях, щоб знайти те, що підходить саме мені.	
8	Життя занадто мінливе, тому я не бачу сенсу будувати тривалі плани чи шукати якісь стійкі принципи.	

Продовження додатку А**Ключ для обробки та опрацювання результатів:**

Кожна пара запитань репрезентує один із чотирьох статусів его-ідентичності за класифікацією Д. Марсія:

- **Досягнута ідентичність (Identity Achievement):** Пункти **1 та 5**. Високі бали свідчать про те, що людина успішно пройшла період кризи й сформувала стійкі власні цілі та цінності.
- **Передчасна ідентичність (Foreclosure):** Пункти **2 та 6**. Свідчить про прийняття життєвих цілей та цінностей без внутрішнього аналізу, під безкритичним впливом авторитетів (батьків тощо).
- **Мораторій (Moratorium):** Пункти **3 та 7**. Характеризує стан активного вибору, проходження через кризу інтенсивного пошуку ідентичності в поточний момент.
- **Дифузна ідентичність (Identity Diffusion):** Пункти **4 та 8**. Вказує на відсутність чітких цілей, небажання думати про майбутнє та відсутність внутрішньої потреби у пошуку.

Опрацювання: Порівнюються суми балів за кожною шкалою (максимум по 12 балів на статус). Домінуючий статус визначається за найвищим сумарним показником, що демонструє поточний рівень та характер особистісного самовизначення молоді.

Додаток Б

Первинні статистичні дані емпіричного дослідження

Матриця первинних емпіричних даних (N=75)
(фрагмент)

У таблиці наведено приклади кодування та бальних оцінок для перших 10 респондентів вибірки з метою демонстрації розрахунків за всіма трьома методиками дослідження.

№ п	Стать	Вік	Самоповага (М.	Субшкала MLQ	Субшкала MLQ	Домінуючий статус ідентичності (Д. Марсія)	Виділена категорія (тип профілю)
01	Ж	21	26	31	14	Досягнута ідентичність	Адаптивно-ресурсна
02	Ч	22	12	11	32	Дифузна ідентичність	Пошуково-кризова
03	Ж	21	24	28	21	Мораторій	Адаптивно-ресурсна
04	Ж	21	18	22	25	Мораторій	Адаптивно-ресурсна
05	Ч	21	11	14	34	Дифузна ідентичність	Пошуково-кризова
06	Ж	22	28	33	12	Досягнута ідентичність	Адаптивно-ресурсна
07	Ж	21	14	16	29	Передчасна ідентичність	Пошуково-кризова
08	Ч	21	23	27	18	Досягнута ідентичність	Адаптивно-ресурсна
09	Ж	21	9	10	35	Дифузна ідентичність	Пошуково-кризова
10	Ж	22	21	25	22	Мораторій	Адаптивно-ресурсна

Продовження додатку Б

Комплексна матриця інтеркореляційних зв'язків за К. Пірсоном
(повна версія для всього інструментарію)

Математичний аналіз здійснено для визначення внутрішньої структури Я-концепції молоді та її детермінуючого впливу на самовизначення.

Змінні дослідження	1	2	3	4	5	6	7
1. Самоповага (М. Розенберг)	1,00						
2. Досягнута ідентичність	0,54**	1,00					
3. Мораторій	0,22	0,11	1,00				
4. Передчасна ідентичність	-0,15	-0,24*	-0,18	1,00			
5. Дифузія ідентичності	-0,48**	-0,62**	-0,29*	0,14	1,00		
6. Наявність сенсу (MLQ-R)	0,61**	0,58**	0,19	-0,11	-0,51**	1,00	
7. Пошук сенсу (MLQ-S)	-0,32*	-0,39**	0,34* *	0,08	0,44**	-0,21	1,00

Примітка: 1. * - статистична значущість коефіцієнта кореляції при $p \leq 0,05$; 2.. - статистична значущість коефіцієнта кореляції при $p \leq 0,01$.

Продовження додатку Б

Критерії та результати математико-статистичного порівняння груп за допомогою U-критерію Манна-Уитні

Для перевірки значущості відмінностей між *Адаптивно-ресурсною* ($N=48$) та *Пошуково-кризовою* ($N=27$) групами респондентів.

Психологічні показники	Середній ранг (Адаптивно-ресурсна)	Середній ранг (Пошуково-кризова)	Емпіричне значення U_{emp}	Рівень значущості p
Загальний рівень самоповаги	49,12	18,24	142,5	$\leq 0,01$ (значуще)
Статус «Досягнута ідентичність»	46,55	22,80	264,0	$\leq 0,01$ (значуще)
Статус «Дифузія ідентичності»	23,10	64,50	98,0	$\leq 0,01$ (значуще)
Субшкала «Наявність сенсу»	51,40	14,18	112,0	$\leq 0,01$ (значуще)
Субшкала «Пошук сенсу»	28,34	55,16	211,5	$\leq 0,01$ (значуще)