

**ВІЙСЬКОВА АКАДЕМІЯ (м. ОДЕСА)**

Кваліфікаційна наукова  
праця на правах рукопису

**ЦИМБАЛ МИХАЙЛО РОМАНОВИЧ**

УДК 159.923: [355.237.082:379.8]

**ДИСЕРТАЦІЯ**  
**ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ СТАНОВЛЕННЯ МАЙБУТНЬОГО**  
**ОФІЦЕРА ЯК СУБ'ЄКТА ДОЗВІЛЛЕВОЇ ДІЯЛЬНОСТІ**

19.00.07 – педагогічна та вікова психологія

05 – соціальні та поведінкові науки

Подається на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук

Дисертація містить результати власних досліджень. Використання ідей, результатів і текстів інших авторів мають посилання на відповідне джерело

\_\_\_\_\_ М. Р. Цимбал

Науковий керівник: Снігур Людмила Анатоліївна, доктор психологічних наук, професор

Одеса – 2021

## АНОТАЦІЯ

*Цимбал М.Р.* Психологічні особливості становлення майбутнього офіцера як суб'єкта дозвіллевої діяльності. – Кваліфікаційна наукова праця на правах рукопису.

Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук за спеціальністю 19.00.07 – педагогічна та вікова психологія. – Військова академія (м. Одеса), 2021.

У дисертаційній роботі викладено результати дослідження психологічних особливостей становлення майбутнього офіцера як суб'єкта дозвіллевої діяльності. Проаналізовано і систематизовано теоретико-методологічні концепції та підходи до вивчення феномена дозвіллевої діяльності, суб'єктності особистості. Здійснено теоретичний аналіз понять «становлення», «суб'єкт», «дозвілля» та «дозвіллева діяльність»; визначено новий вектор становлення суб'єктності індивіда у вигляді процесів самоорганізації; сформульовано діалектичні протилежності дозвілля і дозвіллевої діяльності; визначено місце дозвіллевої діяльності в процесі навчально-професійної діяльності курсанта ВВНЗ з розкриттям основної передумови становлення курсанта як суб'єкта військово-професійної діяльності, а саме розв'язанні діалектичного протиріччя між вихідною і необхідною суб'єктністю.

На основі узагальнення та систематизації проаналізованих наукових джерел було зроблено висновок про те, що становлення майбутнього офіцера Збройних сил як суб'єкта дозвіллевої діяльності ґрунтується на використанні системи цілеспрямованої організації дозвілля курсантів, підпорядкованого загальному завданню організації навчально-професійної діяльності у вищому закладі військової освіти. Розвиток системи самоорганізації кожного окремого курсанта піддається впливам з боку і інших курсантів, у зв'язку з чим в дану систему включаються і самоорганізаційні дії інших осіб. Як наслідок, становлення майбутнього офіцера Збройних сил як суб'єкта дозвіллевої

діяльності є таким же полісуб'єктним процесом, як і суб'єктність його майбутньої професійної діяльності.

Розглянуто поняття «становлення», як теоретичної основи дослідження проблеми в розрізі понять формування і розвитку. Наведені в дослідженні міркування дають нам підставу розглядати становлення як процес виникнення чогось, детермінованого потребою, що стала актуальною у відповідь на зміни в стані суб'єкта, викликані особливостями його життєдіяльності в об'єктивних обставинах. Процес опанування обставин відбувається, як правило, за рахунок власних (розвиток) і зовнішніх ресурсів (формування). Отже, «становлення» розглядається нами як виникнення і подальша зміна психічних явищ особистості за участю процесів розвитку і формування.

Відповідно до основного призначення навчально-професійної діяльності у вищому закладі військової освіти дозвілєва діяльність курсантів, будучи компонентом їх навчально-професійної діяльності, повинна бути підпорядкована основній меті – підготовці майбутнього офіцера Збройних сил відповідно до існуючої традиційної моделі військового офіцера.

Наведено основні детермінанти становлення індивіда як суб'єкта діяльності: перетворення у процесі інтеріоризації зовнішніх регуляторних впливів на явища саморегуляції, що власне і представляє сутність суб'єкта як початку будь-якої активності, формувальне значення відповідного навчання основної (професійної) та допоміжної (дозвілєвої) діяльності, вважаючи принцип саморегуляції найбільш відповідним ідеї становлення суб'єкта як такого взагалі.

За результатами теоретичного вивчення проблеми становлення майбутнього офіцера Збройних сил як суб'єкта дозвілєвої діяльності розроблено модель розвитку суб'єктності відносно власної дозвілєвої діяльності. Дана модель передбачає належність взаємопов'язаних блоків, які складають системність у формуванні спільної діяльності і визначають своєрідність особистості як суб'єкта певної активності. Вбачаючи в понятті

особистості в першу чергу ознаку самоствавлення у вигляді образу «Я», ми вважаємо, що особистісність становлення суб'єкта полягає в його позитивному самоствавленні у зв'язку з переживанням своєї самоцінності в процесі виконуваної активності. На нашу думку, таке ставлення до себе переноситься і на ставлення до конкретної життєвої активності, що виявляється у дозвілльєвій діяльності.

Розроблено програму експериментального дослідження, обгрунтовано загальну вибірку, визначено етапи, систему дослідницьких роцедур та обробки емпіричних даних, які спрямовано на діагностику показників психологічних особливостей становлення майбутніх офіцерів як суб'єктів дозвілльєвої діяльності.

Для перевірки теоретичного конструкту розвитку тих психологічних особливостей особистості, які визначають процес становлення майбутнього офіцера як суб'єкта дозвілльєвої діяльності проаналізовано результати констатувального експерименту, у якому взяли участь курсанти Військової академії (м. Одеса), здійснено психологічний аналіз та інтерпретацію отриманих емпіричних даних.

Поставлені завдання передбачали визначення першочергово особливостей розуміння та усвідомлення респондентами сутності ключових завдань нашого дисертаційного дослідження. Вибірку емпіричного дослідження склали курсанти 2-го та 3-го курсів факультету підготовки спеціалістів матеріально-технічного забезпечення Військової академії (м. Одеса) у кількості 244 осіб. У формувальному етапі експерименту прийняли участь 120 осіб. Запрошення курсантів другого та третього курсу до участі у дослідженні зумовлено міркуваннями, виходячи з особливостей не лише фізичного, а й особистісного зростання курсантів кожного курсу.

За допомогою комп'ютерної програми SPSS 26.0 for Windows здійснено емпіричну перевірку психологічних особливостей курсантів, зокрема проведено кореляційний аналіз діагностованих на констатувальному

етапі дослідження емпіричних даних і встановлено значущі взаємозв'язки між показниками індексу життєвої задоволеності, локусу контролю; інтернальності; самоактуалізації; факторів особистості.

Складено та адаптовано тренінгову програму особистісного росту курсантів, застосування якої спрямовано на організацію проведення психологічних вправ та завдань з розвитку самопізнання, суб'єктності та подальшого життєвого шляху майбутніх офіцерів. Запорукою даної роботи стали результати діагностування самооцінки, цінностей особистості, її властивостей (за Р. Кеттеллом), рівнів суб'єктивного контролю, самоактуалізації курсантів Військової академії. Програма включає в себе мету, завдання, механізми розвитку, організаційні форми, методи, методичні прийоми і засоби формування, які безпосередньо задіяні у кожній вправі. Тренінгова програма передбачає безпосередню участь курсантів у виконанні цілеспрямованих завдань зі становлення майбутнього офіцера як суб'єкта дозвіллевої діяльності та обговорення очікуваних результатів.

Наведено процесуальні та змістові аспекти реалізації вказаної програми в умовах ВВНЗ. Викладено результати психолого-педагогічного формувального експерименту, здійснено аналіз ефективності реалізованої тренінгової програми на основі інтерпретації та порівняння результатів становлення майбутнього офіцера як суб'єкта дозвіллевої діяльності у контрольній (КГ) та експериментальній (ЕГ) групах до та після проведення формувального експерименту.

Доведено, за результатами формувального експерименту, що впровадження тренінгу визначило позитивну динаміку показників психологічних явищ, спрямованих на вивчення самопізнання, суб'єктності, життєвого шляху особистості курсантів експериментальної групи (ЕГ).

Значення t-критерію Стьюдента свідчать про тенденцію до зростання показників рівня суб'єктивного контролю, самоактуалізації та факторів особистості респондентів експериментальної групи (ЕГ) після реалізації

корекційно-тренінгової програми і можуть вважатися статистично достовірними. Отримані результати доводять, що розроблена нами корекційно-тренінгова програма сприяє розвитку тих психологічних особливостей особистості, які визначають процес становлення майбутнього офіцера як суб'єкта дозвіллевої діяльності.

**Ключові слова:** дозвіллева діяльність, становлення, суб'єкт, майбутній офіцер, життєва задоволеність, локус контролю, самоактуалізація, самооцінка, індивідуально-психологічні особливості.

*M. Tsymbal. Psychological features of formation of a future officer as a subject of leisure activities.* - Qualification research study that should be treated as a manuscript.

Thesis for the Degree of Candidate of Psychological Sciences, specialty 19.00.07 - Pedagogical and developmental psychology. - Military academy (Odesa), 2021.

The dissertation presents the results of research of psychological features of formation of the future officer as a subject of leisure activity. Theoretical and methodological concepts and approaches to the study of the phenomenon of leisure activities, the subjectivity of the individual have been analyzed and systematized. Theoretical analysis of the concepts "formation", "subject", "leisure" and "leisure activity" has been carried out; the new vector of formation of subjectivity of the individual in the form of processes of self-organization has been defined; dialectical opposites of leisure and leisure activities have been formulated; the place of leisure activity in the process of educational and professional activity of a cadet of a higher military educational institution is determined with the disclosure of the main precondition of cadet formation as a subject of military-professional activity, namely solving the dialectical contradiction between initial and necessary subjectivity.

Based on the generalization and systematization of the analyzed scientific

sources, it was concluded that the formation of the future officer of the Armed Forces as a subject of leisure is based on the use of a system of purposeful organization of leisure cadets subordinated to the general task of organizing educational and professional activities in higher institution of military education. The development of the system of self-organization of each individual cadet is influenced by other cadets, in connection with which this system includes self-organization actions of others. As a result, the formation of a future officer of the Armed Forces as a subject of leisure activity is the same polysubjective process as the subjectivity of his future professional activity.

The concept of "formation" as a theoretical basis for the study of the problem in terms of the concepts of formation and development has been considered. The rationale proposed in the study give us the reason to consider the formation as a process of emergence of something determined by the need, which became relevant in response to changes in the state of the subject caused by the peculiarities of his life in objective circumstances. The process of mastering the circumstances usually runs by their own (development) and external resources (formation). Thus, "formation" is considered by us as the emergence and subsequent change of mental phenomena of the individual with the participation of processes of development and formation.

According to the main purpose of educational and professional activities in a higher military educational institution, leisure activities of cadets, being a component of their educational and professional activities, should be subordinated to the main goal – training of future officers of the Armed Forces according to the existing traditional model of military officers.

The main determinants of the formation of the individual as a subject of activity are given: transformation in the process of internalization of external regulatory influences on the phenomena of self-regulation, which actually represents the essence of the subject as the beginning of any activity, the formative value of appropriate training of basic (professional) and auxiliary (leisure)

activities, considering the principle of self-regulation project in general.

Based on the results of a theoretical research of the problem of becoming a future officer of the Armed Forces as a subject of leisure activities, a model of the development of subjectivity in relation to their own leisure activities has been developed. This model implies the conformity of interconnected blocks, which are systematic in the formation of joint working processes and determine the identity of the individual as a subject of a particular activity. Recognizing self-esteem (in the form of the "self" image) as a main characteristic in the concept of personality, we believe that the personal component of the subject formation lays in its positive self-attitude in connection with the awareness of their intrinsic value in the process of activity. In our opinion, such an attitude to oneself is transferred to the attitude to a specific life activity, which is manifested in leisure activities.

The program of experimental research is developed, the common sample is substantiated, stages, system of research procedures and processing of empirical data (which are directed on diagnostics of indicators of psychological features of formation of future officers as subjects of leisure activity) are defined.

To verify the theoretical construct of the development of the psychological features of personality that determine the process of becoming a future officer as a subject of leisure activities, the results of a statement experiment (in which cadets of the Military Academy (Odessa) took part) were analyzed, the psychological analysis and interpretation of the obtained empirical data were carried out.

The priority task was to familiarize respondents with the peculiarities of key tasks of our dissertation research. The common sample of empirical research was represented by the faculty of training of logistics specialists of the Military Academy (Odesa) in the amount of 244 persons. 120 persons took part in the formative stage of the experiment. The participation of 2-nd and 3-rd year cadets in the study was based on the characteristics not only of physical but also personal growth of cadets of each course.

An empirical assessment of the psychological characteristics of cadets has



been carried out with the help of the computer programs SPSS 26.0 for Windows, in particular, a correlation analysis of empirical data diagnosed at the ascertaining stage of the study was carried out as well as significant relationships between the index indicators of life satisfaction, the locus of control; internality; self-actualization; personality factors have been established.

A training program for the personal growth of cadets has been compiled and adapted, the application of which is aimed at organizing psychological exercises and tasks for the development of self-knowledge, subjectivity and further life path of future officers. The key to success of this work was the results of diagnosing self-esteem, personality values, its properties (according to R. Kettell), levels of subjective control, self-actualization of cadets of the Military Academy. The program includes the purpose, tasks, mechanisms of development, organizational forms, methods, methodical techniques and means of formation which are directly involved in each exercise. The training program involves the direct participation of cadets in the purposeful tasks related to the formation of a future officer as a subject of leisure activities and discussing the expected results.

Procedural and semantic aspects of the implementation of this program in terms of higher military educational institution are given. The results of psychological and pedagogical formative experiment are presented, the efficiency of the implemented training program is analyzed on the basis of interpretation and comparison of the results of formation of a future officer as a subject of leisure activity in control (CG) and experimental (EG) groups before and after formative experiment.

According to the results of the formative experiment it is proved that the implementation of training determined positive dynamics of indicators of psychological phenomena aimed at studying self-knowledge, subjectivity, life path of the cadets of the experimental group (EG).

The values of Student's t-test indicate a tendency of increasing the rate of the subjective control level, the level of self-actualization and personality factors of

the respondents in the experimental group (EG) after the implementation of the correctional training program and can be considered statistically reliable. The obtained results prove that the correctional and training program developed by us promotes the development of those psychological features of the personality that determine the process of formation of a future officer as a subject of leisure activities.

**Key words:** leisure activity, formation, subject, future officer, life satisfaction, locus of control, self-actualization, self-assessment, individual psychological features.

## СПИСОК ПУБЛІКАЦІЙ ЗДОБУВАЧА ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ

*Статті у наукових фахових виданнях України:*

1. Цимбал М.Р. Дослідження вільного часу курсанта в період підготовки у вищому військовому навчальному закладі. *Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка НАПН України*. Київ 2020. № 34. С. 321–330.

2. Цимбал М.Р. Самореалізація і служіння в просторі вільного часу. *Збірник наукових праць Класичного приватного університету*. Запоріжжя 2020. №1. С. 169–173.

3. Цимбал М.Р. Організація вільного часу майбутніх офіцерів: психологічна програма. *Науковий журнал Психологічний часопис Інституту психології ім. Г.С. Костюка НАПН України*. Київ 2020. № 4 (36). С. 75–84.

*Статті у наукових періодичних виданнях інших держав:*

4. Tsymbal M. Personal qualities of future officers and the organization of free time by them. *Scientific Journal paradigm of knowledge*. Frankfurt Germany. 2020. № 2(40). ISSN 2520-7474. P. 43–52.

5. Tsymbal M. Becoming the subject of leisure activity as part of personal becoming. *KELM*. Lublin Poland. 2021. № 1(37). ISSN 2353-8406. P. 131–138.

*Публікації в інших наукових виданнях:*

6. Цимбал М.Р. Вільний час майбутнього офіцера як аспект соціалізації. *Соціалізація особистості в умовах системних змін: матеріали XV міжнародної наук.-практ. конф.* (Київ 20 берез. 2020 р.). Київ, 2020. С. 30–31.
7. Цимбал М.Р. Дослідження взаємозв'язку локусу контролю та рівня самоорганізації вільного часу майбутніх офіцерів. *Чорноморські наукові студії: матеріали шостої всеукраїнської конф.* (Одеса, 15 трав. 2020). Одеса, 2020. С. 286–288.
8. Цимбал М.Р. Зміст дозвілля як частина професійного відбору. *Педагогіка та психологія: виклики і сьогодення» частина II громадська організація «Київська наукова організація педагогіки та психології»:* матеріали наук.-практ. конф. (Київ, 1-2 трав. 2020 р.). Київ, 2020. С. 130–133.
9. Цимбал М.Р. Дослідження суб'єктності вільного часу курсантів ВВНЗ. *Collection of Abstracts of VI international scientific and practical conference.* (Харків, 10-12 трав. 2020 р.). Khariv, 2020. С. 726–728.
10. Цимбал М. Р. Дослідження щодо організації вільного часу у ВВНЗ. *Спільні дії військових формувань і правоохоронних органів держави: проблеми та перспективи:* матеріали між наук.-практ. конф. (Одеса 10-11 вересня 2020 р.). Одеса, 2020. С. 429.

## ЗМІСТ

<b>ПЕРЕЛІК УМОВНИХ ПОЗНАЧЕНЬ.....</b>	<b>14</b>
<b>ВСТУП.....</b>	<b>16</b>
<b>РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОЦЕСУ СТАНОВЛЕННЯ ОСОБИСТОСТІ МАЙБУТНІХ ОФІЦЕРІВ У ДОЗВІЛЛЄВІЙ ДІЯЛЬНОСТІ.....</b>	<b>24</b>
1.1. Концептуальні ознаки становлення особистості у дозвілльєвій діяльності.....	24
1.2. Дозвілля і дозвіллева діяльність як діалектичні протилежності.....	36
1.3. Суб'єкт дозвіллевої діяльності.....	47
1.4. Дозвіллева діяльність як складова частина навчально-професійної діяльності курсанта ВВНЗ.....	56
Висновки до першого розділу.....	63
<b>РОЗДІЛ 2. ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ СТАНОВЛЕННЯ МАЙБУТНІХ ОФІЦЕРІВ ЯК СУБ'ЄКТІВ ДОЗВІЛЛЄВОЇ ДІЯЛЬНОСТІ.....</b>	<b>66</b>
2.1. Саморегуляційні аспекти суб'єктного становлення майбутнього офіцера у дозвілльєвій діяльності.....	66
2.2. Організація та етапи експериментального дослідження.....	73
2.3. Методичний інструментарій для діагностування психологічних особливостей становлення майбутнього офіцера як суб'єкта дозвіллевої діяльності.....	91
2.4. Співвідношення показників психологічних характеристик, що вивчаються у даному дослідженні.....	96
2.4.1. Особливості дослідження самооцінки та ціннісних орієнтацій курсантів - майбутніх офіцерів як суб'єктів дозвіллевої діяльності.....	99
2.4.2. Взаємозв'язок показників індексу життєвої задоволеності та рівня суб'єктивного контролю особистості.....	115

2.4.3. Кореляційні взаємозв'язки показників індексу життєвої задоволеності та рівнів самоактуалізації особистості.....	119
2.4.4. Співвідношення показників індексу життєвої задоволеності та властивостей особистості згідно опитувальника Р.Б. Кеттелла.....	123
2.4.5. Факторизація простору показників, що характеризують становлення майбутнього офіцера як суб'єкта дозвілєвої діяльності.....	128
2.5. Аналіз та інтерпретація результатів констатувального експерименту.....	133
2.5.1. Специфіка прояву локусу контролю у осіб з високим та низьким рівнем життєвої задоволеності.....	133
2.5.2. Психологічні особливості самоактуалізації осіб з різним рівнем життєвої задоволеності.....	136
2.5.3. Індивідуально-психологічні особливості осіб з різним рівнем життєвої задоволеності.....	139
Висновки до другого розділу.....	143
<b>РОЗДІЛ 3. ФОРМУВАЛЬНИЙ ЕТАП ДОСЛІДЖЕННЯ СТАНОВЛЕННЯ МАЙБУТНЬОГО ОФІЦЕРА ЯК СУБ'ЄКТА ДОЗВІЛЄВОЇ ДІЯЛЬНОСТІ.....</b>	<b>147</b>
3.1. Психологічна характеристика суб'єктності життєвого шляху майбутнього офіцера.....	147
3.2. Корекційно-тренінгова програма особистісного росту та становлення майбутнього офіцера як суб'єкта дозвілєвої діяльності.....	152
3.3. Результати застосування корекційно-тренінгових вправ у становленні майбутнього офіцера як суб'єкта дозвілєвої діяльності.....	170
Висновки до третього розділу.....	181
<b>ВИСНОВКИ.....</b>	<b>183</b>
<b>СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ .....</b>	<b>188</b>
<b>ДОДАТКИ.....</b>	<b>208</b>

## ПЕРЕЛІК УМОВНИХ ПОЗНАЧЕНЬ

№ з/п	Умовні позначення	Назви показників
<b>Показники за методикою «Індекс життєвої задоволеності» А.О. Neugarten (адаптація Н.В. Паніної )</b>		
1	ІЖ	Інтерес до життя
2	ПЦ	Послідовність в досягненні цілей
3	УЗ	Узгодженість між цілями
4	ПО	Позитивна оцінка себе і власних вчинків
5	ЗН	Загальний фон настрою
<b>Показники за методикою «Дослідження самооцінки особистості» С.А. Будассі</b>		
6	Я ід	Я - ідеальне
7	Я р	Я - реальне
<b>Показники за методикою «Рівень суб'єктивного контролю » Дж. Роттера (адаптація Є.Ф. Бажина, Є.А. Голинкіної, О.М. Еткінда)</b>		
8	ЗІ	Шкала загальної інтернальності
9	Д	Шкала інтернальності у галузі досягнень
10	Н	Шкала інтернальності у галузі невдач
11	МС	Шкала інтернальності у галузі міжособистісних стосунків
12	ВВ	Шкала інтернальності у галузі виробничих відносин
13	СС	Шкала інтернальності у галузі сімейних стосунків
14	ЗХ	Шкала інтернальності відносно здоров'я та хвороби
<b>Показники за методикою «Багатофакторний опитувальник дослідження особистості (16 PF)»Р. Кеттелла</b>		
15	А	А+афектотимія — А- сизотимія
16	В	В+високий інтелект — В- низький інтелект
17	С	С+ сила « Я» — С- слабкість «Я»
18	Е	Е+ домінантність — Е- конформність
19	F	F+ безпечність — F- заклопотаність
20	G	G+ сила над «над Я» — G- слабкість «над Я»
21	Н	Н+ сміливість — Н- боязкість
22	I	I+ м'якість — I- твердість
23	L	L+ підозрілість — L- довірливість
24	M	M+ мрійливість — M- практичність
25	N	N+ проникливість — N- наївність
26	O	O+ схильність до відчуття провини — O- амовпевненість
27	Q1	Q1+ радикалізм — Q1- консерватизм
28	Q2	Q2+ самодостатність — Q2- залежність від групи
29	Q3	Q3+ високий самоконтроль — Q3- низький самоконтроль

30	Q4	Q4+напруженість — Q4- розслабленість
31	F1	F1+ висока тривожність — F1- низька тривожність
32	F2	F2+ екстраверт — F2- інтраверт
33	F3	F3+реактивна врівноваженість — F3- сензитивність
34	F4	F4+незалежність — F4- конформність
<b>Показники за методикою «Діагностика самоактуалізації особистості» О.В. Лазукіна ( адаптація Н.Ф. Каліної)</b>		
35	ПС	Прагнення до самоактуалізації
36	ОЧ	Орієнтація в часі
37	Ц	Цінності
38	ПЛ	Погляд на природу людини
39	ПП	Потреба в пізнанні
40	КР	Креативність
41	А	Автономність
42	С	Спонтанність
43	СР	Саморозуміння
44	АС	Аутосимпатія
45	К	Контактність
46	ГС	Гнучкість у спілкуванні
<b>Показники за методикою «Визначення ціннісних орієнтацій» М. Рокіча</b>		
47	Щ	Інструментальні цінності
48	ТЦ	Термінальні цінності

## ВСТУП

**Актуальність дослідження.** Проблема суб'єктності молоді людини в організації власного вільного часу для особистісного і професійного зростання, відпочинку і відновлення є однією з таких, що не знайшли результативного вирішення. Особливо це стосується молоді у старшому юнацькому віці, що є найважливішим у силових структурах. Актуальність наукової теми підсилюється соціальним значенням становлення особистості захисника країни в період збройних конфліктів, світовими конфліктогенними тенденціями, що обумовлюють необхідність посилення обороноздатності держави.

Зростання ролі дозвілля в житті суспільства відмічалась науковцями багатьох галузей знань – соціології, культурології, економіки, педагогіки, менеджменту. Хоча ця проблема є міждисциплінарною, вона центрована на суб'єкті дозвілєвої діяльності. Концепція Державної цільової соціальної програми «Молодь України» на 2016-2020 роки, побудована для молоді до 35 років, відмічає проблеми, які потребують розв'язання. Особлива увага звертається на несистемний характер формування у молодих людей громадянської позиції та національно-патріотичної свідомості; низький рівень організації та культури молодіжного дозвілля, слабку інтегрованість української молоді у європейське та світове молодіжне співтовариство.

У процесі підготовки курсантів силових структур організація дозвілля складає одну з важливих складових процесу психологічного забезпечення діяльності.

Дозвілля людини активно досліджується у соціології (І.А. Бутенко, Ю.М. Ключко, В.Д. Ковтун, Н.Б. Путіловська, Л.О. Троєльнікова, Н.М. Цимбалюк, К. Роджерс), педагогіці, культурології (І.В. Петрова), психології (Campbell, Converse and Rodgers Д. Келлі, Ф. Зімбардо, Ю.А. Бабенко, В.Й. Бочелюк, В.В. Бочелюк, С.О. Кубіцький, О.О. Олійник, А.В. Слободянюк, І.С. Франчук, А.М. Чистілін, Campbell, Converse and



Rodgers) У площині психологічної науки, з одного боку, активно розглядаються проблеми та питання психологічного розвитку особистісних якостей професійних захисників країни (О.Ю. Богуш, Д.С. Зубовський, В.Д. Кузіна), з іншого – посилюється увага науковців до дозвілєвої діяльності і її вагомого значення у становленні особистості та її розвитку (В.Й. Бочелюк, В.В. Бочелюк, О.О. Олійник та ін.). В дослідженнях науковців звертається увага на той факт, що у самоорганізації життя кожної особистості значну роль відіграє рекреаційний період, який дотепер у психології вивчений недостатньо повно. Саме протягом цього періоду людина має можливість не тільки відпочити, набратися сил, оздоровитися, але й переосмислити певні етапи свого життєвого шляху, поставити перед собою нові завдання і відкрити нові перспективи своєї подальшої діяльності. Характер взаємозв'язків дозвілля та особливостей прояву характеристик певної професії в сучасному світі, дозвілля людини та специфіки її внутрішнього світу залишається проблемним. Процес активної взаємодії індивіда і соціального оточення на відміну від споживацького ставлення до життя розкрито у роботах Г.О. Балла, Л.Ф. Бурлачука, О.О. Водолазської та ін. Активність молоді у вільний час має як позитивний, так і негативний вплив на особистість (І.Д. Бех, М.Й. Боришевський, В.В. Рибалка, А.В. Массанов, М.І. Томчук, В.М. Ямницький та ін.).

Випускники військових закладів вищої освіти, що показують високий рівень підготовки на міжнародних навчаннях, у боях за недоторканість кордонів нашої держави, далеко не завжди вміють реалізувати себе у культурному відпочинку, як то вимагає їх гідний статус захисників Вітчизни.

На наш погляд, окремої уваги у вивченні проблем суб'єктності особистості заслуговують питання аналізу психологічних закономірностей та механізмів сприяння формування у курсантів зрілого ставлення до свого вільного часу. На жаль, нам доводиться констатувати, що до сьогодні в сучасній вітчизняній психологічній науці не розкриті питання взаємозв'язку

ступеня усвідомленості курсантом свого вибору діяльності у вільний час, його задоволеності життям, якості його професійної підготовки і загальної якості життя; не виявлено впливу на дозвілля курсантів таких характеристик, як самооцінка, ціннісні орієнтації, локус контролю, самоактуалізація, особливості властивостей особистості тощо.

Усе вищезазначене й зумовило вибір теми дисертаційного дослідження, визначення об'єкта і предмета, формулювання гіпотези, постановку мети і завдань наукового пошуку.

**Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами.** Дисертаційне дослідження виконане згідно з тематикою науково-дослідної роботи кафедри гуманітарних та соціально-економічних дисциплін Військової академії (м. Одеса) «Дослідження питань фізичної та психологічної реабілітації військовослужбовців для відновлення боєздатності військ» (номер держреєстрації 0102U003701). Тему затверджено на засіданні Вченої ради Південноукраїнського національного педагогічного університету імені К.Д. Ушинського (протокол № 4 від 28 листопада 2019 року).

**Мета дослідження** полягає у теоретико-емпіричному обґрунтуванні становлення особистості майбутнього офіцера як суб'єкта дозвіллевої діяльності та визначенні психологічних особливостей даного процесу.

Згідно з поставленою метою визначено такі основні **завдання** дослідження:

1. Уточнити психологічний зміст поняття суб'єктності дозвіллевої діяльності майбутніх офіцерів.
2. Виявити критерії психологічних особливостей організації дозвіллевої діяльності курсантами та їх показники.
3. Розробити програму емпіричного дослідження, підібрати комплекс психодіагностичних методик, спрямованих на вивчення психологічних особливостей становлення майбутнього офіцера як суб'єкта дозвіллевої діяльності.

4. Вивчити співвідношення між показниками життєвої задоволеності та показниками психологічних явищ (самооцінка, ціннісні орієнтації, локус контролю, самоактуалізація, властивості особистості), які гіпотетично визначають становлення суб'єктності майбутнього офіцера у дозвілєвій діяльності.

5. Експериментально перевірити ефективність застосування тренінгової програми, спрямованої на корегування становлення майбутнього офіцера як суб'єкта дозвілєвої діяльності.

**Об'єктом** дослідження є становлення особистості майбутнього офіцера у період підготовки у військовому закладі вищої освіти.

**Предмет дослідження** – психологічні особливості становлення майбутнього офіцера як суб'єкта дозвілєвої діяльності.

**Гіпотеза** дослідження полягає у припущенні, що суб'єктність майбутніх офіцерів у дозвілєвій діяльності в умовах вищого військового навчального закладу сприяє становленню та зростанню їх особистості як професійних захисників країни.

**Теоретико-методологічну основу дослідження** становлять філософські погляди про покликання людини (Т.Г. Шевченко, Г.С. Сковорода), аналіз життєвого шляху особистості (Н.В. Підбуцька, Л.В. Сохань, Т.М. Титаренко); теоретичні уявлення про структуру особистості і її складові (К.К. Платонов, О.П. Саннікова), положення психології про системність як оптимальну форму функціонування особистості (Б.Г.Ананьєв); психологічна теорія єдності діяльності і свідомості (Л.С. Виготський, С.Л.Рубінштейн), теорія функціональної єдності прагнення особистості до індивідуальної цілісності і спрямованості на саморозвиток (О.В. Киричук, В.А. Роменець), діяльнісний підхід (Б.Г. Ананьєв, Л. С. Виготський, О.М.Леонт'єв, С.Л. Рубінштейн), положення про емоційну регуляцію майбутнього спеціаліста з вищою освітою (Л.П. Журавльова, О.Я. Чебикін, В.М. Ямницький) особистісно-орієнтований підхід (І.Д. Бех, Л.К. Велитченко,

Н.В. Підбуцька) експериментально-генетичний метод та вчення про детермінацію і закономірності розвитку психіки (Л.С. Виготський, Д.Б. Ельконін, О.М. Леонтьєв, С.Д. Максименко, С.Л. Рубінштейн); суб'єктний підхід (Г.С. Костюк, В.О. Татенко), психологічні основи дозвілєвої діяльності (В.Й. Бочелюк, В.В. Бочелюк), науково-психологічні уявлення про сутність та закономірності розвитку людини у старшому юнацькому віці (Б.Г. Ананьєв); становлення особистості майбутнього офіцера (В.І. Осьодло, Є.М. Потапчук, О.В. Тимченко, М.І. Томчук, О.Д. Сафін, В.В. Ягупов) розкриті психологічні питання становлення особистості майбутнього офіцера, розвитку громадянськості та патріотичності особистості (М.Й. Боришевський, Л.А. Снігур), засади гуманістичної психології (А. Маслоу, К. Роджерс, К. Юнг); психологічні основи впровадження у практику особистісно-духовно орієнтованих технологій розвитку соціально значущої спрямованості особистості (І.Д. Бех, М.Й. Боришевський).

**Методи дослідження.** Для виконання поставлених завдань використовувався комплекс методів дослідження: 1) теоретичні: аналіз, узагальнення та систематизація даних наукової літератури та інтерпретація емпіричних результатів; 2) емпіричні-спостереження, анкетування, психодіагностичне і діагностико-корекційне тестування: а) діагностичні: контент-аналіз творів «Моє дозвілля» на основі фіксованих питань, метод спостереження, методи експертної оцінки та анкетування щодо вивчення особливостей визначення майбутніми офіцерами цінності вільного часу, змісту та форм дозвілля; діагностика життєвої задоволеності проводилась за допомогою методики «Індекс життєвого задоволення» ( автор А.О. Neugarten, адапт. Н.В. Паніної); методика «Дослідження самооцінки особистості» ( автор С.А. Будассі) та методика «Рівень суб'єктивного контролю» (автор Дж. Роттер, адапт. Є.Ф. Бажина, Є.А. Голинкіної, О.М. Еткінда) застосовані для вияву екстернального та інтернального типу поведінки; методика

«Визначення ціннісних орієнтацій» (автор М. Рокіч) призначалась для діагностики системи цінностей рекреантів; методика «Багатофакторний опитувальник дослідження особистості (16 PF)» (Р. Кеттелл) використовувалась з метою вивчення факторів особистості; за допомогою методики «Діагностика самоактуалізації особистості (САМОАЛ)» (О.В. Лазукін, адапт. Н.Ф. Каліної) вивчався рівень самоактуалізації особистості майбутнього офіцера; методи математичної статистики: t-критерій Стьюдента для перевірки вірогідності різниці середніх значень за вибірками, кореляційний аналіз за критерієм Пірсона, визначення середнього арифметичного, факторний аналіз. Статистична обробка отриманих даних проводилась за допомогою комп'ютерної програми SPSS 21.0 для Windows та пакета Microsoft Excel.

В емпіричному дослідженні брали участь курсанти II-III курсів Військової академії (м. Одеса). Загальну вибірку дослідження склали 244 особи.

**Наукова новизна** результатів дослідження полягає у тому, що:

*вперше* запропонована модель становлення особистості майбутнього офіцера як суб'єкта дозвіллевої діяльності у вищому військовому навчальному закладі для розкриття впливу дозвіллевої діяльності на особистість професійного захисника країни у період його підготовки у ВВНЗ; виявлено результати впливу дозвіллевої діяльності майбутніх офіцерів на їх особистісне становлення;

*обґрунтовано* та розроблено корекційно-тренінгову програму сприяння особистісному росту та суб'єктності майбутнього офіцера у дозвіллевій діяльності у період підготовки у вищому військовому навчальному закладі;

*розширено й доповнено* уявлення про зміст поняття «майбутній офіцер як суб'єкт дозвіллевої діяльності» та значення дозвіллевої діяльності для особистісного становлення майбутнього офіцера в період підготовки у вищому військовому навчальному закладі;

*набули подальшого розвитку* теоретико-емпіричні погляди на майбутніх офіцерів як суб'єктів дозвілєвої діяльності.

**Практичне значення** одержаних результатів полягає в розробці проекту сприяння становленню майбутніх офіцерів як суб'єктів дозвілєвої діяльності. Крім того, представлена методика діагностики становлення майбутнього офіцера як суб'єкта дозвілєвої діяльності, яка може бути використана у процесі їх підготовки у ВВНЗ. Вплив суб'єктності дозвілєвої діяльності на становлення майбутніх офіцерів в умовах вищого військового навчального закладу впроваджено у діяльність структурних підрозділів ВВНЗ України для підготовки до їх життєдіяльності як професійних захисників країни з вищою освітою, що підтверджено відповідними актами.

Основні результати дослідження впроваджено в навчальний процес Військової академії (м. Одеса) (акт впровадження №28/4/312 від 10.03.2021р.); Військового інституту Київського національного університету імені Тараса Шевченка (акт впровадження №2 від 15.01.2021 р.); Навчально-наукового інституту психології та соціального захисту (акт впровадження №3462/4 від 29.01.2021 р.); Одеського екологічного державного університету (акт впровадження №4 від 11.02.2021 р.).

**Апробація результатів дисертації.** Матеріали дисертаційної роботи доповідались та обговорювались на: міжнародних науково-практичних конференціях: «Соціалізація особистості в умовах системних змін: теоретичні і прикладні проблеми» (Київ, 2020); «Психологічні умови благополуччя персоналу організацій» (Львів, 2020); «Педагогіка та психологія: виклики і сьогодення» (Київ, 2020); «Наука, суспільство, освіта: актуальні питання та розвиток перспектив» (Харків, 2020); «Спільні дії військових формувань і правоохоронних органів держави: проблеми та перспективи» (Одеса, 2020); всеукраїнській конференції: «Чорноморські наукові студії» (Одеса, 2020).

**Публікації.** Основні результати дослідження відображено у 10 публікаціях, з них: 3 статті у наукових фахових виданнях України, 2 статті в іноземних наукових періодичних виданнях, 5 публікацій у інших виданнях.

**Структура та обсяг роботи.** Дисертація складається зі вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних джерел, що налічує 209 найменувань. Загальний обсяг дисертації становить 220 сторінок, з них основного тексту 171 сторінка. Робота містить 10 таблиць, 13 рисунків та додатки.

## РОЗДІЛ 1

### ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОЦЕСУ СТАНОВЛЕННЯ ОСОБИСТОСТІ МАЙБУТНІХ ОФІЦЕРІВ У ДОЗВІЛЛЄВІЙ ДІЯЛЬНОСТІ

У цьому розділі здійснено теоретико-методологічний аналіз концептуальних ознак становлення особистості у дозвіллевій діяльності; охарактеризовано головні поняття досліджуваної проблеми, а саме: становлення, суб'єкт, дозвіллева діяльність; визначено новий вектор становлення суб'єктності індивіда у вигляді процесів самоорганізації; сформульовано діалектичні протилежності дозвілля і дозвіллевої діяльності; визначено місце дозвіллевої діяльності в процесі навчально-професійної діяльності курсанта ВВНЗ з розкриттям основної передумови становлення курсанта як суб'єкта військово-професійної діяльності, а саме розв'язанні діалектичного протиріччя між вихідною і необхідною суб'єктністю.

#### **1.1. Концептуальні ознаки становлення особистості у дозвіллевій діяльності**

Відповідь на питання про те, що являє собою становлення курсанта вищого військового навчального закладу як суб'єкта дозвільної діяльності насамперед вимагає з'ясування теоретичних положень, що стосуються таких понять, як становлення, суб'єкт, дозвільна діяльність. Якщо виходити з того, що процес становлення являє собою єдність формування і розвитку, а суб'єкт як організуючий початок життєдіяльності індивіда є результатом формування і розвитку в їх єдності, то, природно, напрошується висновок про те, що становлення курсанта є результат функціональної системи, утвореної процесами формування і розвитку як діалектичними протилежностями.

Діяльність вищого закладу військової освіти, як і будь-якого навчального закладу взагалі, будується на основі навчального плану, в основу якого покладена модель фахівця з відповідним набором професійних і особистісних якостей. Вважається, що система формувальних впливів за



умови їх повного засвоєння є запорукою отримання на виході фахівця із заданими параметрами.

Схема «вплив – результат», яка в деякій мірі співзвучна біхевіористичній формулі S - R, на практиці опосередковується особливостями так званого людського фактору, представленого в найзагальнішому вигляді особливостями суб'єктності кожного окремого курсанта у вигляді індивідуального минулого досвіду, висхідного до звичного способу життя.

Якщо виходити з того, що процес формування нашоується на деяку психологічну протидію з боку сформованих стереотипів, на жаль, не завжди корисних в силу своєї а-refлексивності, в процесі елементарного заповнення вільного часу за рахунок фатичного спілкування, то вже момент зіткнення «треба» і «хочу» («не хочу») є моментом, коли чаша терезів переважає в бік «хочу» («не хочу»), а не в бік того, що регламентується вимогою формування.

Сказане дає підставу для судження про те, що в цей момент на арені з'являється не просто деяка протидія, а протиставлення, яке за своєю сутністю є джерелом позитивних емоцій в силу своєї звичності. Це вже вказує на появу нового діалектичного протиріччя – протиріччя між раціональним «треба» і емоційним «хочу» («не хочу»).

Вирішення цього протиріччя можливо шляхом відходу від проблеми за рахунок зниження її суб'єктивної значущості і заперечення її взагалі, або демонстрації не просто її значущості, але і як джерела позитивних емоцій, які в подальшому стануть підсилювальним фактором мотивації.

В цілому, моменти формування, підпорядковані імперативу доцільності, які в процесі навчання у вищому закладі військової освіти утворюють формувальний континуум, і континуальний процес безперервного розвитку, що спирається на індивідуальні психічні особливості і переваги, утворюють у кожного індивіда свою власну функціональну систему, завдяки якій шукане

явище, закладене в якості компонента в модель фахівця, набуває цілком конкретні результативні контури.

Міркуючи так, ми приходимо до висновку про те, що вирішення цього і аналогічних протиріч потребує відповідної підтримки, яке ґрунтується на ідеї інтеріоризації заданих зовнішніх обставин, що утворюють матеріальну (об'єктивну) основу для формування відповідних ментальних конструктів, що утворюють основу формованих якостей.

Якщо виходити з того, що процес підготовки курсантів у вищому закладі військової освіти може бути вдосконалений за рахунок використання можливостей дозвілля, перетворивши його на дозвільну діяльність, то, керуючись принципом інтеріоризації при формуванні знань і умінь в організації дозвілля за рахунок участі у відповідних дозвілєвих заходах створити у них відповідний алгоритм самоорганізації не просто дозвілля, а дозвілєвої діяльності.

Вважаємо за необхідне особливо підкреслити відмінність між поняттями дозвілля і дозвільна діяльність. Якщо дозвілля як таке є часом, вільним від основної діяльності, і служить певним рекреативним цілям, то розгляд його як діяльності змушує нас акцентувати увагу на відповідних компонентах діяльності, до яких, згідно концепції О.М. Леонтьєва, відносять мотив, дію і мету.

Особливо виділяючи ці компоненти, ми тим самим вказуємо на те, що в розробці програмних матеріалів повинні бути присутніми засоби, спрямовані на створення цілісної емпіричної основи у вигляді участі курсантів в різних дозвільних заходах, основна мета яких полягає в створенні відповідної емоційної атмосфери, яка вже сама по собі в силу своєї емоційності є мотивуючим фактором участі в ній.

Однак, для того, щоб дозвілля перетворилось на діяльність, необхідно, щоб воно повністю відповідало її основним характеристикам, які в найзагальнішому вираженні представлені в її дефініціях, в яких особливо

підкреслюється залежність системи предметних дій від особистісних смислу і мотиву [116, с. 91, 117, с. 14].

Якщо розглядати діяльність не як щось спочатку дане, а як результат розвитку, то, звичайно ж, необхідно вказати на джерело і умови цього розвитку. Відповідно до існуючої точки зору на природу діяльності як процесу, що служить для задоволення потреби за рахунок створення відповідного продукту, такою потребою в дозвільній діяльності може бути щось природжене, наприклад, відпочинок після напруженої роботи, або щось раціональне, відповідне системі цінностей, до досягнення яких прагне індивід.

Розглядаючи систему цінностей як одну зі складових спрямованості особистості, а спрямованість особистості – як основну підструктуру в структурі особистості, то ми неминуче доходимо висновку про те, що дозвілля, перетворене на дозвільну діяльність вже само по собі перетворюється на чинник розвитку особистості.

Оскільки діяльність з самого спочатку пов'язана з потребою, а її задоволення передбачає наявність відповідних дій, остільки навчання цим діям відбувається у вигляді самонавчання, як правило, за типом проб і помилок, з поступовим виробленням певних схем поведінки. Але таке навчання може і бути цілеспрямованим, підпорядкованим розробленій програмі, сенс якої підпорядкований заздалегідь сформульованій меті – перетворення веденого індивіда, що виконує йому зазначені дії, на свідомого суб'єкта спочатку окремих дозвільлевих дій, а потім і дозвільлевої діяльності в цілому.

Вважаємо, що розвиток дозвільної діяльності курсантів вищого закладу військової освіти є частиною розвитку їх навчально-професійної діяльності в цілому. Розвиток як виключно суб'єктний процес, який здійснюється за участю імпліцитних психічних механізмів, відбувається при взаємодії

індивіда і середовища, яка виконує направляючу функцію, вказуючи на значущі для його життєдіяльності умови. У навчально-професійній діяльності такі значущі умови містяться в затвердженому навчальному плані і являють собою засоби впливу і, отже, формування.

Існує думка, згідно з якою діяльність ґрунтується на засвоєних у навчанні її основоположних моментів, до яких належать її інструментально-прагматичні обставини. Таке засвоєння відбувається шляхом перетворення ситуативних дій на узагальнені [30, с. 165], що, власне, і являє собою основний механізм розвитку діяльності взагалі і дозвільної діяльності, зокрема.

Маючи на увазі проблему становлення суб'єктності майбутнього офіцера Збройних сил у дозвільній діяльності, ми виходимо з того, що розвиток будь-якої діяльності здійснюється на основі засвоєння розвивальних схем [30, с. 165], закладених в об'єктивні умови реальних ситуацій, що володіють відповідним мотивуючим впливом, заснованим на зіставленні ефекту емоційного зараження і змісту ситуації з системою своїх ціннісних орієнтацій.

Додаючи до сказаного момент раціоналізації у вигляді усвідомлення її суб'єктної значущості в контексті особистісного розвитку, ми отримуємо новий вектор становлення суб'єктності індивіда у вигляді процесів самоорганізації.

Міркуючи про самоорганізацію, ми знаходимо в цьому явищі основну ознаку суб'єкта – бути організуючим началом як окремої дії, так і діяльності в цілому. З цього випливає, що становлення суб'єкта дозвільної діяльності являє собою результат функціональної системи «формування – розвиток» у вигляді самоорганізації.

Якщо до сказаного додати, що в основі самоорганізації лежить навчання основам і прийомам організації, що відбувається, як правило, в умовах

конкретних ситуацій, що зачіпають в тому числі і емоційну сферу індивіда, то з'являється можливість вказати на нову функціональну систему, утворену протиставленням процесів організації і самоорганізації як діалектичних протилежностей.

На підставі викладеного приходимо до висновку про те, що становлення майбутнього офіцера Збройних сил як суб'єкта дозвільної діяльності ґрунтується на використанні системи цілеспрямованої організації дозвілля курсантів, підпорядкованого загальному завданню організації навчально-професійної діяльності у вищому військовому навчальному закладі, що вже саме по собі говорить про значимість плану відповідних заходів.

Виходячи з того, що навчально-професійна діяльність є колективною діяльністю, яка вимагає від її учасників відповідних кооперативних умінь і навичок, ми можемо вважати, що розвиток системи самоорганізації кожного окремого курсанта піддається впливам з боку і інших курсантів, у зв'язку з чим в неї включаються і самоорганізаційні дії інших осіб.

Цей факт змушує думати про те, що становлення майбутнього офіцера Збройних сил як суб'єкта дозвільної діяльності є таким же полісуб'єктним процесом, як і суб'єктність його майбутньої професійної діяльності.

З урахуванням сказаного можна вважати, що відповідь на поставлене запитання про становлення суб'єкта дозвільної діяльності слід шукати розгляді питань, пов'язаних з поняттями становлення, суб'єкт, діяльність, де становлення представляє єдність формування і розвитку, суб'єкт – осередок самоорганізації, висхідної до цілеспрямованої організації діяльності, а діяльність – доцільна активність як результат присвоєння відповідних професійних патернів .

Розглядаючи поняття становлення як теоретичну основу дослідження проблеми в розрізі понять формування і розвитку, ми тим не менш повинні з'ясувати його зміст, звернувшись до відповідних літературних джерел.

Пристаючи до такого вивчення, ми в першу чергу повинні визначитися з вихідною позицією, дотримуючись якої ми будемо проводити розгляд цього питання.

Беручи за основу семантичне значення слова «становлення», висхідне до ознаки виникнення чогось, ми повинні відзначити, що це щось не виникає з нічого, а має деяку передісторію у вигляді певного первинного поштовху. Першоосновою будь-якого становлення є діалектична єдність суб'єкта і об'єкта, взаємодія яких породжує результат, що відображає буттєву сутність суб'єкта в плані його необхідності для існування. Оскільки виникнення саме по собі вже є свідченням того, що те, що виникло, є необхідним для існування, і що воно, природно, перебуваючи в часі, буде змінюватися, підкоряючись закону переходу кількості в якість.

Момент переходу кількості в якість знаменує появу нового етапу, як частини поступальної зміни первинного виниклого. Джерелом трансформації будь-якої якості в часі є потреба суб'єкта в чомусь і можливість її задоволення при даних об'єктивних умовах. Вважаючи, що виникле протиріччя між суб'єктом і об'єктом є джерелом розвитку, приходимо до висновку про те, що процес розвитку і є механізмом становлення.

Зі сказаного випливає, що вирішення протиріччя в процесі певного часу являє собою досить тривалий пошук того, що суб'єкт бажає отримати від об'єктивних умов, що виконується, як правило, шляхом проб і помилок, що, власне, і відбувається в природних умовах життєдіяльності.

Процес становлення, супроводжуваний перманентним пошуком потрібного результату, необхідного для життєдіяльності суб'єкта, будучи перенесеним в полісуб'єктне соціумне середовище, що містить функціональні «підказки» у вигляді соціального навчання, являє собою додаткову можливість для становлення будь чого за рахунок використання результативних схем інших осіб. Ці додаткові схеми, не будучи поки ще власними, впливають на функціональну поведінку суб'єкта, формуючи тим

самим його здатність відповідати викликам середовища і власних потреб як джерела активності.

Наведені міркування дають нам підставу розглядати становлення як процес виникнення чогось, детермінованого потребою, що стала актуальною у відповідь на зміни в стані суб'єкта, викликаних особливостями його життєдіяльності в об'єктивних обставинах. Процес опанування обставин відбувається, як правило, за рахунок власних (розвиток) і зовнішніх ресурсів (формування). Отже, становлення являє собою виникнення і подальша зміна за участю процесів розвитку і формування.

Якщо звернутися до поняття становлення в розрізі проблеми становлення майбутнього офіцера Збройних сил як суб'єкта дозвільної діяльності, то, екстраполюючи сказане на поняття дозвілля, ми повинні розглянути питання про значущість дозвілля для курсантів.

Як тільки курсант відчув потребу не просто в дозвіллі, а в дозвіллевій діяльності, він з цього моменту перетворюється на її суб'єкт, що володіє основною ознакою суб'єкта – ознакою «хочу» в контексті переживання мотиву не просто як факту, що стався, але ж перш за все як факту, який має безпосереднє відношення до власної концепції і надає відповідний сенс даній діяльності.

У цьому випадку ми маємо справу з діалектикою бажання і можливостей. Пошук шляхів вирішення цього протиріччя, якщо він розташовується в межах певного відрізка часу, створює відповідні передумови для розвитку, в яких, природно, будуть виявлятися індивідуальні переваги відносно якості заповнення дозвіллевого часу з різним ступенем конструктивності його використання.

Відповідно до основного призначення навчально-професійної діяльності у вищому військовому навчальному закладі дозвільна діяльність курсантів, будучи компонентом їх навчально-професійної діяльності, повинна

бути підпорядкована основній меті – підготовці майбутнього офіцера Збройних сил відповідно до існуючої моделі.

Як було показано вище, процес розвитку дозвіллевої діяльності курсанта, не будучи регламентованим, має досить багато можливостей йти шляхом емоційних уподобань, залишаючи раціонально значуще на потім. У зв'язку з цим процес становлення, що спирається на розвиток відповідно до індивідуальних переваг, буде йти в напрямку індивідуальних переваг.

Якщо зосередити увагу на формуванні, то, природно, будуть потрібні відповідні формувальні впливи, результативність яких буде залежати від того, наскільки вони будуть прийняті самим курсантом і перетворяться на його власний мотив. Як бачимо, основною проблемою становлення курсанта як суб'єкта дозвільної діяльності є проблема мотивації, пов'язана з проблемою цілеутворення.

Вирішення цієї проблеми за рахунок перетворення заданого зовнішнього мотиву на внутрішню мотивацію перетворює процес формування, здійснюваного за принципом впливу, на процес розвитку за принципом вирішення діалектичних протиріч.

Зі сказаного випливає, що становлення як таке, хоча і відбувається на перетині явищ формування і розвитку, що приводить до тих чи інших змін, однак, сенс становлення як суб'єктного явища спонукає нас бачити в ньому більшу значимість процесів розвитку (саморозвитку), ніж формування (зовнішнього впливу).

Оскільки розвиток передбачає наявність свого носія, і таким носієм може бути тільки суб'єкт як організуюче начало життєдіяльності будь-якої істоти, остільки кажучи про розвиток, ми теж говоримо і про суб'єкта. Але в той момент, коли змінюються умови існування, то вони своєю зміненістю є причиною, що спонукає суб'єкта до відповідного реагування з метою відновити порушену рівновагу. З цього випливає, що основним джерелом розвитку суб'єкта є порушення звичного стану справ в умовах існування.



Оскільки основним призначенням суб'єкта є забезпечення життєдіяльності, то його відповідна реакція на зміну середовища є відповіддю на зовнішні впливи як на те, що його формує. Отже, процес розвитку суб'єкта починається із знеособлених збурюючих впливів середовища. Рішення діалектичного протиріччя між зовнішнім (вплив) і внутрішнім (відгук на вплив) призводить до результату, завдяки якому відновлюється порушену рівновагу і життя знову входить в звичне русло.

Якщо звернутися до ознак у визначенні поняття суб'єкт, ми можемо отримати досить об'ємну картину цього психологічного феномена. Так, наприклад, Гегель вбачає в ньому такі ознаки, як цілокупність, що відчуває, внутрішнє саме розрізнення, зануреність в особливість самовідчуттів, почуття самого себе [41, с. 165].

Згідно А. В. Брушлінському, суб'єкт – це людина, що володіє психікою і тому здійснює психічний процес [24, с. 15]. Саме завдяки властивості самому здійснювати свої психічні процеси індивід здійснює свою власну активність в тому руслі, в якому йому це здається необхідним. У зв'язку з цим А.В. Брушлінський пише: «Інакше кажучи, будь-яка особистість може бути об'єктом справжнього виховання лише остільки, оскільки вона разом з тим є суб'єктом цього виховання, що все більш стає самовихованням» [24, с. 22]. [24, с. 22]. Вважаємо, що ці слова якнайкраще відтіняють основну ідею процесу становлення майбутнього офіцера Збройних сил як суб'єкта дозвілєвої діяльності – для того, щоб стати її суб'єктом, він повинен сам захотіти цього.

Існує думка, згідно якої основним предикатом суб'єкта є його суб'єктність, яка, будучи системною якістю [29, с. 19], являє собою єдність об'єктивного (функціональна сторона) і суб'єктивного (відбивна сторона) [20]. Функціональний аспект складають прагматика задач, смислові, семантичні, операційні системи, а відбивний – складність і багатоплановість свідомості, контрольованість, керованість, особистісність відображення дійсності,

діапазон від елементарних відчуттів до складної інтелектуальної діяльності, відображувальна і породжувальна функції.

Виходячи з ознаки особистісності, сполученої з ознакою керованості, ми можемо цілком обґрунтовано судити про те, що *становлення суб'єкта* будь-якої діяльності відтворює момент *зміни* того, що було на початку виникнення. Якщо бути більш конкретним, то ми повинні підкреслити ідею *особистісної керованості* і, отже, суб'єктності в процесі зміни, де саме суб'єкт, керуючись особистісною значимістю, є ініціатором змін.

Наведені міркування про поняття *становлення* і *суб'єкт* дозволяють нам впритул підійти до аналізу поняття *становлення суб'єкта діяльності* шляхом зіставлення їх основних ознак. Якщо становлення ґрунтується на таких ознаках, як перетворення заданого *зовнішнього мотиву* (формування) на *внутрішню мотивацію* (розвиток), а суб'єкт – на такій ознаці, як *особистісна керованість*, то *становлення суб'єкта діяльності* повинно, природно, відбуватися під впливом самосприйняття себе як особистості в контексті даної діяльності, де особа повинна демонструвати саме ті якості, які необхідні для того, щоб бути успішним в ній.

Оскільки ці якості не є наслідком механічного привнесення в особистість як таку, оскільки їх потрібно розвивати самостійно, користуючись не інтуїтивною моделлю елементарного «хочу», а слідуючи відповідним з зовні заданим алгоритмам, що входять у зміст формувального діяльнісного контексту.

Сказане служить підставою для судження про першорядну значимість формувального контексту, який, однак, повинен бути прийнятий особою як особистісно значущий. Це прийняття може відбутися або при безпосередній прямій ідентифікації себе з ним («Я в контексті») або за рахунок ототожнення себе з учасниками даного контексту як з носіями шуканих якостей у вигляді бажання походити на них («Я такий же як вони»).

Відзначаючи значимість самосприйняття для становлення суб'єкта діяльності, ми тим самим вказуємо на значимість для цього процесу Я-концепції, яка є відрефлексованого переживання себе як суб'єкта власної життєдіяльності взагалі і конкретної діяльності, зокрема. Таке переживання відбувається на підставі порівняння себе з іншими учасниками формульовального контексту за рахунок механізмів «соціального порівняння» [207] і «соціального навчання».

Якщо розглядаючи структуру особистості, запропоновану О.М. Леонт'євим, задати питання про психологічне явище, до якого структурно «примикає» мотив (початковий компонент структури діяльності), тобто хто є носієм мотиву, то, природно, у відповіді буде вказівка на поняття особистості. Враховуючи те, що особистість відкрита особі у вигляді Я-концепції, а Я-концепція, згідно Л.К. Велитченку, конкретизується в особистісних сенсах, то ми маємо повне право стверджувати, що становлення суб'єкта діяльності детерміновано становленням відповідних особистісних смислів, які, будучи пов'язані з індивідуальною ціннісною системою, впливають на ставлення особистості до діяльності як такої.

Сказане дає підставу для судження про те, що дозвільна діяльність в плані її змістовного насичення повинна бути співзвучною системі ціннісних орієнтацій особи, з тим, щоб не просто відповідати їй, а входити через неї в зміст особистісних смислів і через них до складу Я-концепції індивіда. Вважаємо, що саме через Я-концепцію зовнішні впливи «стикаються» з єством суб'єкта, сприяючи його зміні як основного носія становлення.

Отже, становлення суб'єкта діяльності визначається тим, наскільки дана діяльність взагалі і в окремих її аспектах відповідає уявленню особи про належне як частину його перспективної суб'єктності. Таке уявлення може бути змінено, якщо будуть застосовані відповідні формульовальні прями або опосередковані впливи із залученням у другому випадку засобів колективного

впливу у вигляді відповідних додаткових заходів, що володіють позитивним емоційним навантаженням.

Вважаємо, що колективність і емоційність є тією самою умовою, які не просто забезпечують переживання почуття причетності до колективу, а створюють психологічну основу для наслідування колективістської поведінки як основі перейняття її необхідних суб'єктних форм, що, власне, і є поведінковою основою в процесі становлення суб'єкта діяльності.

## **1.2. Дозвілля і дозвіллева діяльність як діалектичні протилежності**

Продовжуючи наші міркування щодо концептуалізації ідеї нашого дослідження, ми повинні тепер особливо зупинитися на питанні про становлення суб'єкта дозвільної діяльності, вказавши на істотні ознаки дозвілля, відтінивши умови перетворення дозвілля в дозвільну діяльність. Дозвілля як час, не зайнятий роботою, є тим самим моментом, коли людина, будучи суб'єктивно абсолютно вільною від трудових професійних обов'язків, може розпоряджатися собою на свій розсуд. Якщо взяти за основу вираз «на свій розсуд», то саме він є психологічною характеристикою індивіда як особистості. Вважаємо, що саме в цьому «розсуді» присутні уявлення про буттєво належне, висхідне до його самовідчуття в континуумі життєвих ситуацій, в якому розведені позитивні і негативні моменти в значенні відповідних полюсів, що визначають вектори прагнення (корисне) і уникнення (некорисне). Звернувшись до такої ознаки в понятті суб'єкт, як «почуття самого себе» [41], ми можемо з повним правом екстраполювати сказане і на наш випадок, вважаючи, що таке самоставлення дає нам можливість отримати відповідь на питання, що дає умову повної свободи «бажання і поведінки». Вбачаючи в співвідношенні «бажання» і «доцільності» співвідношення емоційного і раціонального, ми можемо вважати, що суб'єкт як такий об'єднує в собі два начала – імператив спокою (самозбереження, відпочинок, рекреація) і імператив активності

(самоствердження, продуктивність). Якщо перший імператив наказує індивіду встановлювати порушену рівновагу між ним і середовищем, то другий спонукує виходити за межі встановленої рівноваги з метою додавання до себе нових якостей, що підвищує його ефективність. Отже, основним імперативом суб'єкта як такого є імператив саморозвитку. Оскільки останній ґрунтується на вирішенні діалектичних протиріч, остільки вихід за межі встановленої рівноваги являє собою наслідок протиріччя між даним і бажаним. Вважаємо, що вихід зі звичної ситуації з метою придбання чогось не просто нового, але перш за все особистісно значущого, є виходом із зони комфорту як необхідна умова особистісного зростання.

Міркуючи так, ми обов'язково приходимо до висновку про те, що будь-яка активність, яка передбачає «заглядання» в майбутнє, в якому міститься шуканий результат, є в той же час уявлення не тільки про цей результат, але і про себе як творця цього результату. Оскільки отримання результату передбачає наявність в особі відповідних умінь, навичок, а також відповідних особистісних якостей, остільки таке уявлення вже саме собі є в певному сенсі авансуванням і результативних функцій, і особистісних якостей. Вважаємо, що така суб'єктивна готовність до діяльнісних функцій є тією самою психологічною основою, про яку писав А.В. Брушлінський, говорячи про значення суб'єктності для різних формувальних впливів у вихованні [24, с. 22].

Маючи на увазі в якості вихідної дихотомії протиставлення понять дозвілля і дозвіллевої діяльності, ми можемо стверджувати, що їх відмінність є джерелом не просто розвитку дозвіллевої діяльності, а становлення її суб'єкта за рахунок «входження» особи в її обставини як колективної діяльності, яка повідомляє йому правила поведінки і дій в ній. Перше, що хочеться зробити, коли потрібно визначити сутність дозвіллевої діяльності, це з'ясувати значення слова дозвілля, звернувшись при цьому до його етимології, вважаючи, що саме в етимології міститься вказівка на його психологічний

сенса. Звертаються до думки Аристотеля про дозвілля як час, вільний від будь-яких матеріально-необхідних занять. Вказують також, що дозвілля пов'язано з ознакою вільного використання свого часу на свій розсуд, не вимагаючи дозволу ні від кого і погоджуючись тільки зі своїм хотінням [47], що передбачає, звичайно, володіння мистецтвом творення власного життя за рахунок самоорганізації [147].

Дозвілля – це діяльність заради власного задоволення, розваги, самовдосконалення або досягнення інших цілей за власним вибором, а не з причини матеріальної необхідності. Дозвілля – це діяльність, якою люди займаються тому, що вона подобається [52, с. 82].

Дозвілля – сукупність видів діяльності (занять), які здійснюються у час, який є вільним для задоволення певних фізичних, інтелектуальних, соціальних і культурних потреб. У широкому значенні дозвілля ототожнюють з вільним часом, який розуміють як частину позаробочого часу людини, не зайнятого проблемами підтримання повсякденної життєдіяльності [46, с. 35–41].

Дозвілля занадто часто сприймається як комплекс заходів, які люди виконують, коли всі важливі завдання виконані. На нашу думку, сучасним є аналіз, який демонструє центральне місце дозвілля для розвитку людини і її значущих відносин.

Дозвілля визначає спосіб життя і він, в свою чергу, впливає на дозвілля [90].

Дослідження дозвілля в зарубіжній психології вважаються [193, 208] такими, що висвітлюють проблему, яка свідчить про цивілізаційний рівень суспільства і концепцію людини в ньому [187, с. 66], яка відмежовує тоталітарні суспільства від суспільства з вільним волевиявленням.

У класифікацію видів діяльності – гра, вчення, праця [6] включають також і рекреацію [62], що цілком обґрунтовано, оскільки вона є свідомою активністю, виявляється в системі дій, спрямованих на досягнення

поставленої мети [88, с. 342], відтворює систему суспільних відносин [87, с. 198] і формує власну психіку [86, с. 81].

Якщо виходити з уявлення про діяльність, представленій в концепції [12], згідно з якою діяльність ініціюється прагненням або до досягнення мети, або до отримання задоволення від процесу її досягнення, то сенсом дозвільної діяльності є саме отримання задоволення від неї. Однак, не дивлячись на таку особливість, вона, не будучи прямо пов'язаною з раціональною цільовою складовою, проте містить цілком певні особистісні передумови, які слугують детермінантою опосередкованого діяльнісного формування тих чи інших особистісних якостей.

Якщо трактувати дозвільну діяльність в руслі теорії діяльності О.М. Леонт'єва, розглянуту в термінах мети, мотивів, засобів, дій та операцій у вигляді таких складових, як блок мотивів, блок цілей і блок операцій [83], то, природно, ми виявимо в ній ті обставини, які викликають до життя нові форми активності і, відповідно, свої власні особливості психічних процесів і станів, які як наслідок визначають зміни в особистості в цілому.

Якщо розглядати дозвільну діяльність як одну з детермінант особистісного розвитку, в якому, згідно К.-Г. Юнгу, присутнє покликання як вияв певного містичного внутрішнього закону [142] у вигляді, наприклад, потягу до самореалізації [150, с. 8], то вона, будучи переведеною в простір змісту поняття «спрямованість особистості» дає цілком певну відповідь на питання про те, як відбувається становлення майбутнього офіцера як суб'єкта дозвільної діяльності.

Відповідаючи коротко на це питання і забігаючи трохи вперед, ми можемо імовірно стверджувати, що спрямованість хоча і зумовлює в деякій мірі розвиток особистості в цілому, проте об'єктивні умови життєдіяльності, пов'язані з процесами групової інтеграції, особливо в процесі навчально-професійної діяльності, є більш дієвою причиною в силу їх регламентації

офіційно встановленими об'єктивними обставинами перебування у вищому військовому навчальному закладі.

Якщо розглядати навчально-професійну та дозвіллеву діяльність як пов'язані діяльності, то завжди є можливість знайти точки дотику, в результаті чого відбудеться їх взаємовплив за рахунок додавання у функціональний ресурс нових досвідних схем, що розширюють кількість суб'єктних патернів кожної конкретної особи.

Вбачаючи в дозвілєвій діяльності у певному сенсі споріднену діяльність, ми можемо слідом за Г.С. Сковородою стверджувати, що вона може принести людині справжню насолоду не стільки результатом, скільки процесом діяльності [50], особливо тоді, коли людина, за М. Чиксентмихайи, залучена в діяльність заради неї самої [181].

Існує думка про розділення вільного часу на «дозвілля» і «більш піднесену діяльність» [22]. Виділяючи у дозвіллі «піднесену діяльність», автори даної концепції відносять до неї заняття, які що найбільше сприяють розвитку сутнісних сил людини, її всебічному удосконаленню: а) навчання без відриву від виробництва; б) підвищення кваліфікації; в) самоосвіта; г) суспільно-політична діяльність; д) участь у вихованні дітей; е) творча діяльність і аматорські заняття; є) спортивні заняття і туризм [22].

В нашій роботі ми не поділяємо вільний час на дозвілля і «більш піднесену діяльність», адже, за суттю, мова йде про рівень культури особистості, яка розпоряджається своїм вільним часом. На нашу думку, особливий поділ дозвілля на просто дозвілля і «більш піднесену діяльність» є характеристикою дозвілля за культуральною ознакою зі зверненням до якісних особливостей використання вільного часу.

В соціології вільного часу та дозвіллезнавстві при використанні вільного часу культури вирізняють різні рівні культури з характерними для них ознаками: а) високий рівень характеризується значною часткою суспільно-корисної творчої діяльності; б) середній рівень характеризується



переважним споживання культури в поєднанні з її творенням; в) низький рівень характеризується переважним споживанням культури, яке супроводжується елементами явної антикультури.

Відповідно до зазначених рівнів визначають і три типи особистості: а) конструктивний (діяльний), для якого характерне пріоритетне ставлення до більш піднесеної діяльності; б) раціонально-споживацький, який обмежується здебільшого споживанням культури, а в питанні співвідношення дозвілля і більш піднесеної діяльності пріоритет віддає дозвіллю; в) деструктивний (руйнівний), для якого притаманне утилітарне ставлення до дозвілля, наявність в останньому деструктивних елементів, явищ антикультури.

Вільним часом вважають час, не зайнятий професійною діяльністю і роботою по життєзабезпеченню. При невідповідності грошових ресурсів потребам сім'ї військовослужбовців відбувається скорочення долі вільного часу в загальному бюджеті часу. Цей факт спонукає до підвищення культури вільного часу, осмисленого користування наявним та потенційним вільним часом.

Вільний час як частина соціального часу характеризується переживанням свободи вибору, тоді як інший час містить елемент обов'язковості. Поняття «культура вільного часу» і «культура дозвілля» розглядаються як синонімічні [80, с. 48].

Вільний час – це час, яким кожна людина може розпоряджатися, виходячи зі своїх особистих інтересів і потреб, відповідно до своїх ідеалів, життєвою позиції та моральним установкам [182]. Віднесення конкретного виду заняття до вільного часу засновується на критерії почуття свободи вибору.

В наукових джерелах поняття «вільний час» і «дозвілля» часто вживають як синоніми. Вільний час є «часом свободи», простором вільної діяльності і вільного розвитку особистості, відповідає особливостям людини і

спрямована на задоволення потреб та інтересів особистості. Дозвілля розглядають в цілому, як вільний вибір різних видів діяльності на противагу обов'язковим заняттям, як звільнення від примусу, зобов'язань, обмежень звичайного життя і сприяє зняттю психологічного напруження.

В.Й. Бочелюк, В.В. Бочелюк відмічають, що структура вільного часу – сукупність видів діяльності, які характеризують проведення вільного часу і можуть містити публічно-видовищне розважання, інтелектуальну аналітику, спілкування чи розваги, пасивний відпочинок чи навіть зловживання алкоголем і безцільне проведення часу. Зміст вільного часу – це форми занять у вільний час, зумовлені соціальним середовищем, рівнем культури особи, її інтересами, психологічними якостями.

Вільний час – частина, яка залишається у військовослужбовця за вирахуванням різноманітних обов'язкових витрат часу і може використовуватися ним на свій розсуд.

Час розглядається як форма буття людини і важливий її ресурс [74, с. 15, 109; 145; 175; 176, с. 42; 185, с. 16]. Вільний час розглядається як час, який залишається у військовослужбовця з вирахуванням різноманітних обов'язкових тимчасових витрат (самообслуговування, побутові справи, сон тощо). Проведення вільного часу визначається внутрішньою культурою, потребами і здібностями.

Внутрішні, суб'єктивні чинники вільного часу: внутрішня культура як прилучення до їх цінностей і норм національної і світової культури, здатності обирати і привласнювати ці цінності і норми; потреби, їх ієрархія в загальній системі потреб військовослужбовця; творчі здібності виступають умовою здатності організувати свій вільний час самостійно і з врахуванням власної індивідуальності.

Вільний час особистості пов'язаний з базовими цінностями українців і віддзеркалює їх. Цими цінностями є доброзичливість, універсальність (у знаннях і вміннях), самовиявлення (бажання виявити себе,

самореалізуватись), традиційність (бажання берегти традиції), безпека, майстерність, рівноправ'я, автономія, гармонія, конформізм [122].

Функції вільного часу – розвивальна (основна), відновлювальна, соціальна, культурно-виховна, «заспокійлива» (така, що знімає напруження, стрес (зауваження наше) і знімає напруження суспільстві («pacification»), які можуть ставати домінуючими в залежності від тих чи інших умов. «Структура вільного часу військовослужбовця являє собою сукупність видів вільної діяльності військовослужбовця» [184, с. 12].

Функції дозвілля тотожні функціям вільного часу. Їх реалізують у різних видах діяльності, які можуть виконувати кілька зазначених функцій. Наприклад, читання може бути не тільки відпочинком, розвагою, але й засобом підвищення культурної компетенції людини. У вузькому розумінні дозвілля розглядають як частину вільного часу, пов'язану з відпочинком і розвагами. Фахівці нараховують близько сорока видів діяльності у вільний час, що забезпечують виконання саме функції відпочинку і розваг. У фаховій літературі ці заняття часто називають дозвіллевими [15; 73, с. 73; 75; 92, с. 242; 93, с. 136; 94, с. 26; 159, с. 144].

Управління вільним часом відбувається на соціальному і особистісному рівнях. Суб'єктність є змістом особистісного рівні регулювання вільного часу з такими факторами як фактори управління, як здоров'я людини, стать, вік, емоційно-психологічний стан, рівень особистісного і культурного розвитку та інші. Суб'єктність означає відповідальність особистості за діяльну наповнення свого часу і активність особистості як бажання що-небудь робити. Вільний час розглядається як умова розвитку особистості військовослужбовця [184].

При визначенні поняття дозвілля ґрунтуються на ознаках: а) вільного часу; б) вигляді активності; в) комплексності. При цьому всі точки зору єдині щодо ознак особистого інтересу і емоційної забарвленості [134].

Дозвілля може розглядатися характеристикою часу, коли людина обрає різні форми діяльності – творчу, споглядальну, фізичну, інтелектуальну, ігрову і навіть служіння (участь у церковній літургії) тощо. Оскільки дозвілля розглядається як час, то і може бути розглянуте як короткотривале – перерва між навчальними заняттями, може бути години, дні і роки, як це відбувається, наприклад, в період пенсії. Для багатьох курсантів час дозвілля – це вихід за межі вузькопрофесійного спілкування, а іноді і поєднання з професійною підготовкою – пряме чи опосередковане, як то відбувається у полюванні, яке в багатьох культурах світу вважається частиною фізичної та військової підготовки («Лови на грубого звіра – то не забавка, то боротьба тяжка, не раз кровава, не раз на життя і смерть» [157, с. 11]).

Відносно поняття дозвіллевої діяльності всі точки зору єдині в тому, що в ній відтворюються особливості соціальних та виробничих відносин. В якості особливих ознак вказують на: а) спосіб життєдіяльності людини, спосіб її самоствердження та спілкування; б) залежність від інтересів і потреб, політичного, культурного та морального розвитку індивіда; в) засвоєння культурних цінностей з метою формування творчої особистості [134].

Дозвіллева діяльність по відношенню до курсанта в період його навчання має ще один синонім – її розглядають як позанавчальну [92, с. 248] і пропонують використовувати у цілях, які відповідають завданням підготовки спеціаліста і ефективності людини у її загальному життєвому просторі.

Звертає на себе увагу ідея [37], згідно з якою факт існування дозвілля повинен знайти відображення в педагогіці дозвіллевої діяльності, яка має вивчати шляхи та методи освіти й виховання у дозвіллевій сфері, розкривати зміст такої діяльності, виокремлювати напрями цілеспрямованої роботи соціальних інституцій по організації дозвілля з метою сприяння розвитку моральних якостей особистості, розвитку ціннісних орієнтацій через активну

діяльність самої особистості, в якій, зокрема, можуть реалізовуватися і завдання навчання [134].

Проблему організації культурно-дозвіллевої сфери [14; 15; 66; 108; 173] розглядають через призму ідеї про цивілізацію дозвілля [192]. З посиланням на соціолога і економіста Ж. Фурастьє вказується на постіндустріальне суспільство як на сферу надання послуг, а за посиланням на французького соціолога Ж. Дюмазядьє відзначається такі ознаки дозвілля, як сукупність занять, яким індивід може віддаватися зі своєї волі з метою відпочинку, для розвитку своїх знань, а також добровільної участі в суспільному житті у вільний від професійних, сімейних і громадських обов'язків час. Дозвілля за рахунок вільного вибору аматорських виконує такі функції, як відпочинок, розвага і розвиток особистості [192], а також функції біологічного відновлення порушення рівноваги психічної і фізичної сторін життя людини [64, с. 7].

Сказане дає підставу для висновку про те, що дозвілля як сукупність занять у вільний час, за допомогою яких задовольняються безпосередні потреби людини, що має відновлювальний або розвивальний вплив, може служити вихідною основою для судження про дозвільну діяльність, підпорядковану основним складовим будь-якої діяльності – таким, як мотив, дія, мета.

Якщо розглядати дозвілля як системне явище, то, природно, ми повинні відзначити як факт його залежність від культури соціального оточення в плані його зв'язків із загальними проблемами освіти, роботи, сім'ї, виховання, що в значній мірі відображає психологічні особливості типів особистості, які формуються даними обставинами.

Існує досить поширена думка [155], згідно з яким дозвілля є сукупність видів діяльності, якими людина займається за своїм вільним вибором з метою відпочинку і розваг, збагачення знань і розвитку творчих здібностей після звільнення від роботи інших обов'язків.

Дозвілля розглядають як сукупність видів діяльності, які здійснюють у вільний час для задоволення певних фізичних, інтелектуальних, соціальних і культурних потреб.

Відповідно до такого погляду на проблему, у дозвіллі набуваються спеціальні навички, отримують задоволення і можливість самореалізації, духовногозбагачення, підвищення самооцінки, позбавлення тих чи інших комплексів, відчуттяприналежності до соціальної спільноти.

Наведене є вельми важливим для проблематики дозвілля майбутнього офіцера Збройних сил як представника складної професії, про що прямо чи опосередковано свідчить ціла низка публікаційний джерел [68, с. 124; 67 с. 48; 70; 72; 73; 76, с. 30; 98, с. 78; 99, с. 63; 115; 113; 126, с. 185; 131; 144; 149; 151, с. 3; 153; 202].

Наведені відомості, що стосуються поняття дозвілля, можуть бути використані при розробці поняття дозвільна діяльність при наявності вихідної концептуальної основи, що містить вказівки на головні складові в понятті діяльність. Без такої вихідної основи все, що сказано про дозвілля щодо його багатьох, в принципі, вірних ознак, як би автоматично переноситься і на саме поняття дозвільної діяльності. Правда, неясним залишається питання про те, чим же, власне відрізняються ці два поняття, що стосуються часу, вільного від виконання індивідом своїх основних життєзабезпечуючих функцій.

Звертаючись до змісту поняття діяльність, ми знаходимо в ньому, зокрема, такі ознаки, як «втілення психічного образу» [6, с. 91], «взаємодія з реальністю» [7, с. 135], які вказують на присутність деякого діяча – носія втілення, впливу, взаємодії, який своєю присутністю олюднює ситуацію, існуючу в часі і просторі, відповідно до потреб, мотивів, дій, спрямованими на отримання результату, відповідного суб'єктивному уявленню про нього.

Вважаємо, що присутність «носія діяльності і пізнання» [156] – суб'єкта в ситуації дозвілля перетворює його на дозвільну діяльність, відповідну намірам суб'єкта. Слідуючи уявленню про структуру діяльності,

запропонованої одним із засновників діяльнісного підходу О.М. Леонт'євим [83], ми повинні наголосити, що дозвільна діяльність починається з моменту виникнення мотиву, висхідного до відповідної потреби.

Якщо взяти, наприклад, відому піраміду потреб А. Маслоу, то ми, розділивши елементарні і вищі потреби, можемо отримати уявлення про потенційні мотиви, присутні у дозвільній діяльності, вважаючи дозвілля потенційною передумовою до дозвіллевої діяльності, якщо існує потреба в ній.

Вважаючи, що основою системи потреб є переживання особи себе як актуального суб'єкта власної життєдіяльності [41] у зіставленні з уявленням про свій бажаний статус (соціальний, інтелектуальний, освітній, спортивний тощо), приходимо до висновку про діалектику актуального і потенційного як основне джерело її становлення відповідно до уявлення про належне у складі своєї Я-концепції.

Згідно з іншим уявленням про структуру діяльності [30, с. 165], вихідним компонентом якої запропоновано вважати Я-концепцію як саморефлексію суб'єкта з подальшою її конкретизацією в поняттях особистісного сенсу, мотиву, мети, дії з об'єктом, результаті і винагороди за результат, джерелом становлення дозвіллевої діяльності є рефлексивне ставлення до свого «Я» у вигляді визначення не просто основних пріоритетів свого перспективного «самовдосконалення», а й з урахуванням поєднання «корисного з приємним».

В цілому, можна стверджувати, що основною відмінністю між поняттями дозвілля і дозвіллева діяльність є ознака суб'єкта, якщо мова йде про діяльність, і ознака полісуб'єктної ситуації у випадку з дозвіллям як таким.

### **1.3. Суб'єкт дозвіллевої діяльності**

Розмірковуючи про становлення майбутнього офіцера Збройних сил як суб'єкта дозвільної діяльності, ми, як було показано в підрозділі 1.1, виходимо з того, що становлення, є, за своєю суттю, процесом зміни того, що

виникло, в напрямку переходу від меншої до більшої функціональності. Виникнення будь чого в активності індивіда не тільки обумовлено зовнішніми причинами, але і його відгуком на них, що, власне, і вказує на інтерактивну природу суб'єкта, який знаходиться під постійним впливом навколишнього середовища, підкоряючись його вимогам.

Природно, відповідь особи ґрунтується на імпліцитних механізмах, які з часом перетворюються на механізми більш досконалі. Через деякий час кількості повторень функції призводить до «відбракування» факультативного і посилення результативного. В подальшому результативне стає звичним і створює передумови для вдосконалення функції. Таке чергування «функціональних придбань», як результат вирішення діалектичних протиріч, являє собою сутність процесу становлення взагалі і суб'єкта будь якої діяльності, зокрема.

Це означає, що становлення майбутнього офіцера Збройних сил можна розглядати з точки зору зростання його функціональності в контексті: а) навчально-професійної діяльності в плані вирішення навчальних завдань.; б) професійної (особистісної) поведінки в плані вирішення комунікативних (міжособистісних) завдань; в) дозвілля як дозвіллевої діяльності в плані вирішення дозвіллевих завдань.

Якщо виходити з того, що перебування курсанта у вищому військовому навчальному закладі підпорядковано отриманню освітнього продукту – високо функціонального фахівця військової справи, то основною умовою цього процесу потрібно вважати систему навчальних, комунікативних і дозвіллевих завдань. Навіть якщо процес підготовки оснастити найдосконалішими навчальними програмами, дидактичними і методичними посібниками до них, все одно ще буде потрібно певна зустрічна активність курсантів, що спирається на ресурси їх власної суб'єктності.

Суб'єктність розглядається як інтегратор здатності людини до усвідомленого і керованого саморозвитку [77]. Суб'єктність, за



В.А. Петровським, пов'язана з актами вільного виходу за межі передбачуваного [102, с. 40]. Її ознаками є самоактивність, рефлексивність, ініціативність, творчість, самодетермінація, саморегуляція, саморозвиток, інтенціональність та самоусвідомлення.

Суб'єктність як така ґрунтується на таких ознаках, як: а) самоповага, самодопомога, самозасудження та самоконтроль; б) активність, орієнтована на адаптацію до середовища, мотивацію на досягнення успіху, вияв інтересу та готовність до конкуренції; в) впевненість у своїх силах, яка реалізується за рахунок креативності мислення, креативності усвідомлення, практичних умінь; г) ініціативність, самостійність, творчість, відповідальність, свобода [40, с. 59].

Вищим рівнем суб'єктності є вчинок як акт моральної творчості, максимальний розвиток творчого потенціалу [146, с. 233], який спонукує особу до самореалізації.

Звернення до питання про будову суб'єктності як основної властивості суб'єкта покликане розкрити сутність того, що, власне, робиться в кожному конкретному випадку, з яким особа стикається в своїй життєдіяльності, будучи, як стверджують, її організуючим началом. Пошук продовження декларованого «начала» повинен бути продовжений в напрямку завдань, що вирішуються ним в межах його життєвого ареалу, взагалі, і простору конкретного завдання, зокрема. Сказане пов'язується із з'ясуванням суті його функціонування з використанням вже відомого алгоритму або вироблення нового в разі ще не алгоритмізованої задачі.

Існує думка, згідно з якою функціональний бік суб'єктності утворюють: а) прагматика завдань (перцептивні, мнемічні, мовні, розумові завдання); б) смислові (те, що є умовою, значущим атрибутом природного і соціального буття суб'єкта); в) семантичні (мовна особистість, стиль спілкування, типи інтеракцій, статусні відносини); г) операційні системи (практичні,

пізнавальні, комунікативні дії; присвоєні інструментально-прагматичні обставини праці) [31, с. 39].

Виходячи з того, що діяльнісні функції формуються і розвиваються в дихотомічному просторі «праця – діяльність», а особистісні – в дихотомічному просторі «соціоіндивід – особистість» [31, с. 43], відповідь на питання про становлення майбутнього офіцера Збройних сил як суб'єкта дозвільної діяльності ми вирішили шукати, конкретизуючи «сектор пошуку». Цієї конкретизації підлягають, як ми вважаємо, явища, що відносяться до простору суб'єкт-суб'єктних відносин у навчально-професійній та дозвіллевій діяльності, що утворюють особистісний ресурс індивіда, який він здатний використовувати з тим чи іншим ступенем готовності.

Кожна з діяльностей, маючи свої відмінні риси у прагматиці завдань, вимагає від її виконавця прояву відповідних дій, які не тільки відтворюють об'єктивну доцільність ситуації, а й відповідають його особистісним сенсам. Оскільки особистість як така існує, згідно А.В. Петровському, в просторі міжособистісних взаємовідносин [103], остільки цей простір, вже з самого початку відчуваючи вплив з боку прагматичної ситуації, необхідним чином починає впливати і на особистість кожного її учасника, вимагаючи від нього прояву тематично пов'язаних мовних формулювань, які стають частиною індивідуального лексикону за типом «своїх-чужих слів» [117].

Зі сказаного щодо суб'єктності як основного атрибуту суб'єкта стає зрозумілим, що становлення майбутнього офіцера Збройних сил як суб'єкта дозвільної діяльності необхідним чином пов'язане з оволодінням її прагматикою, підпорядкованою відповідному стратегічному плану підготовки фахівця в ВВНЗ в його конкретному тактико-змістовному втіленні.

З урахуванням багатоаспектності прагматичних ситуацій становлення суб'єкта будь-якої діяльності хоча і пов'язане з вирішенням завдань різної спрямованості і складності, але тим не менше присутність в кожній з них

деякої сукупності завдань, що надає їй основоположний сенс, дає підставу вважати присутність в ній провідної тенденції, яка дає можливість охарактеризувати її досить коротким перерахуванням її функцій, які вказують на спосіб отримання специфічного результату. Сказаного достатньо для судження про те, що становлення суб'єкта будь-якої діяльності визначається становленням його функцій як перехід від потенційної функціональності, продиктованої значущими обставинами, до функціональності актуальної, як наслідок самостійного або спеціального навчання.

Зі сказаного випливає, що основною ознакою суб'єкта взагалі і конкретної діяльності, зокрема, є ознака функції у значенні виконуваної роботи з метою отримання шуканого результату, що має значимість для його виконавця, визначається відповідною системою цінностей і, отже, особистісних смислів.

Вважаємо, що перетворення незначущого на значуще є основною лінією у визначенні вектору розвитку будь-якої системи за умови визнання нею значущості як такого, що відповідає її потребам. Основою такого переходу є розв'язання діалектичного протиріччя за рахунок функціональної системи «дане – шукане», присутнє спочатку як переживання, а потім і усвідомлення значущості майбутньої функціональності.

Постійне перебування в просторі «усвідомленої необхідності», який визначає континуум ситуацій життєдіяльності особи, що, природно, обмежує інтенції, потяги, бажання особи, породжує потребу у часі, вільному від диктату правил і приписів, який дає можливість бути самим собою в повному сенсі цього слова.

Вважаємо, що становлення суб'єкта будь-якої діяльності здійснюється як розв'язання діалектичного протиріччя між несвободою насущних вимог і свободою ідеального буття, яке наповнює життя сенсомвідповідно до системи цінностей, що склалася на даний момент онтогенезу. Оскільки будь-який діяльнісний акт здійснюється на основі попередніх передбачень, що

містять елементи минулого досвіду, остільки навіть в разі цілковитої свободи особа все-таки практично невільна в організації свого вільного часу. І тому вона проводить його так, як вона його звикла проводити, маючи його в своїй уяві в деякому бажаному («вільному») майбутньому.

Оскільки вільний час дозволяє особі стати суб'єктом власного життя, підпорядковуючи його свідомо поставленій меті та розвитку суб'єктності [146], остільки сказане вказує на необхідність такого навчання особи вільному часу, що відповідає вимогам раціональної організації життєдіяльності з огляду на підтримку рівноваги між функціональними (життєвими) системами і вимогами середовища, спираючись на накопичений діяльнісний досвід з додаванням до нього тих моментів, які не тільки забезпечують отримання квазі-психотерапевтичного ефекту за типом психологічного розвантаження, відволікаючи від «суворої дійсності» і привносячи елемент «безпосередньої безтурботності», але й формують патерни дозвіллевої діяльності.

Звертаючи спеціальну увагу на навчання дозвіллевої діяльності, організатори навчально-професійної діяльності в ВВНЗ не тільки забезпечують формування відповідних дозвіллевих патернів, а й, що важливо, потребу в переживанні вже відчуваних емоційних станів, які є важливою складовою її самоорганізації та саморегулювання.

Існує думка, згідно якої саморегулювання вільного часу є властивість особистості, що вказує на її зрілість, потенціал її розвитку, сформовану здатність до організації свого часу взагалі [22]. Воно опосередковано вказує на спосіб життя (соціальна активність, реальна поведінка, потреби та інтереси), роль вільного часу як ресурсу саморозвитку (сприйняття вільного часу як цінності). Така властивість особистості (риса, якість) виражається у конструктивному ставленні до вільного часу як простору продуктивного відпочинку і самореалізації, що супроводжується зростанням комунікативної і когнітивної компетентності.

Розглядаючи становлення майбутнього офіцера Збройних сил як суб'єкта дозвілєвої діяльності в розрізі його конструктивного ставлення до вільного часу, особливу увагу ми звертаємо на співвідношення процесів формування і «самоформування», вважаючи, що саме приставка само- основною ознакою становлення суб'єкта, тому що джерелом будь-яких змін в суб'єкті є власне воління, засноване на передбаченні бажаного як такого, що збулося.

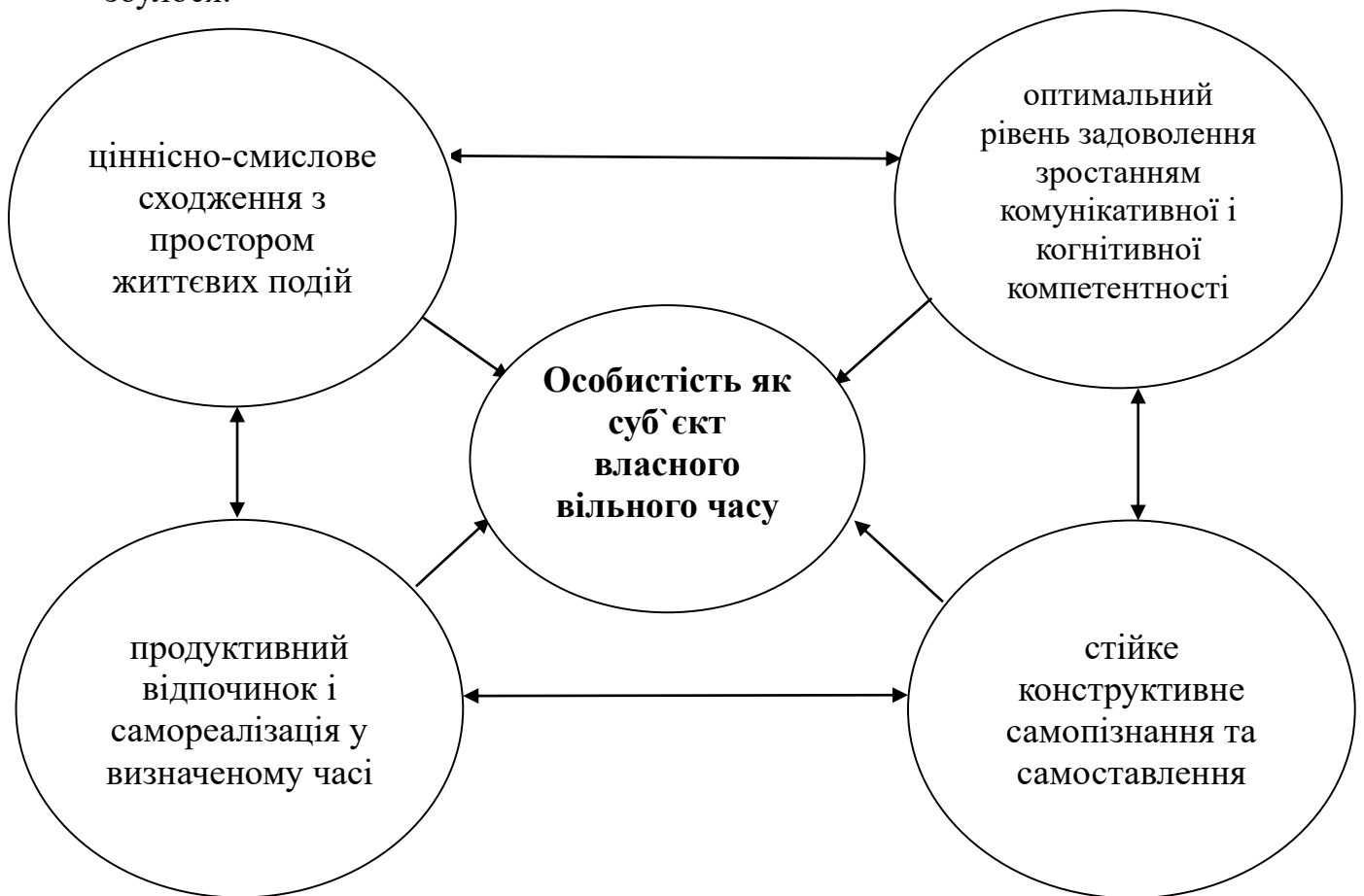


Рис. 1.1. Модель розвитку суб'єктності відносно власної дозвілєвої діяльності

Вбачаючи в понятті «особистість» в першу чергу ознаку самоствавлення у вигляді образу «Я», висхідного до рефлексивного самовідчуття в просторі міжособистісних взаємовідносин, ми маємо право вважати, що особистісність становлення суб'єкта полягає в його позитивному самоствавленні у зв'язку з переживанням своєї самоцінності в процесі виконуваної активності. На нашу

думку, таке ставлення до себе переноситься і на ставлення до конкретної активності, перетворюючись тим самим на джерелом додаткової мотивації.

Відповідно до даної моделі, об'єктивні умови життєдіяльності особи (див. блок «Ціннісно-смісловне сходження простором життєвих подій»-рис.1.1) визначають якісну своєрідність розв'язання діалектичних протиріч, що, власне, і визначає отримання функціональних результатів, що у своїй сукупності визначають своєрідність життєвого (суб'єктного) досвіду. Вважаємо, що буттєві ситуації, спонукаючи особу до відповідних дій, створюють умови для виникнення функціональної системи, підпорядкованої отриманню шуканого результату, цим самим визначаючи зміст її функціонального досвіду. У цьому досвіді знаходять відображення ціннісні переваги особи, які в діяльній активності перетворюються на особистісні смисли.

Сказане означає, що функціональний досвід не тільки опосередковано вказує на особистісні смисли особи, але і служить основою становлення її суб'єктності в різних видах активності, до яких її спонукають обставини (у нашому випадку необхідність оволодіння дозвільною діяльністю) (див. центральний блок «Особистість як суб'єкт власного вільного часу»).

Оскільки континуум доцільних активнісних ситуацій необхідним чином переривається моментами відпочинку (див. блок «Продуктивний відпочинок і самореалізація у визначеному часі»), які проводяться відповідно до індивідуальних переваг, в яких, як ми вважаємо, в тому чи іншому відбивається система ціннісних орієнтацій і, отже, система особистісних смислів, остільки в такому відпочинку не тільки реалізується потреба в рекреації, а й потреба бути саме в тій якості, в якій особа являє себе собі в своєму самосприйнятті.

Відчуваючи за собою ресурс свого минулого досвіду, особа не просто розіграє уявну роль, а живе життям реального носія цієї ролі. Вважаємо, що саме швидке вживання в роль, що відповідає прихованій потребі особи бути

тією, хто вона є психологічно насправді, визначає не тільки психологічний сенс дозвіллевої діяльності, а й становлення її суб'єкта, перетворюючи його на суб'єкт свого вільного часу.

У кожній активності особа не може не ставитися до себе як до носія цієї активності, пізнаючи і оцінюючи себе як діяча, і ситуацію активності як умову завдання, і як ступінь адекватності своїх дій об'єктивним умовам (див. блок «Стійке конструктивне самопізнання і самоствавлення»). Природно, таке самоствавлення спрямоване і на самозбереження себе в біологічному (здоров'я) і соціальному плані (соціальний статус), і на «приріст» нових функціональних можливостей, які лежать в основі його становлення як суб'єкта своєї життєдіяльності в цілому.

Якщо розглядати проблему становлення суб'єкта в плані «конструктивного самоствавлення», то ми повинні звернути увагу на його залежність від фактично одержуваних результатів, на підставі яких особа оцінює свою успішність як у праці, так і у відпочинку, вбачаючи в цьому показники своєї успішності як особистості (див. блок «Оптимальний рівень задоволення зростанням когнітивної і комунікативної компетентності»). Ознака когнітивності вказує на збільшені можливості у визначенні істотних орієнтирів в життєдіяльності в цілому, а комунікативності – на збільшений особистісний потенціал, висхідний до комунікативних процесів спільній діяльності.

На рис.1.1 зазначені блоки, будучи взаємопов'язаними попарно між собою і безпосередньо з центральним блоком, дають можливість отримати різнопланову картину становлення особистості як суб'єкта вільного часу. Виходячи з того, що особистість як системна якість індивіда, яка формується в спільній діяльності і спілкуванні [117. с. 193], зовні відкрита спостерігачеві з боку її поведінкових проявів, ми можемо за цими проявами судити про якісну своєрідність її як суб'єкта тієї чи іншої активності, оцінюючи міру самостійності та успішності.

Розглядаючи ставлення особистості до свого вільного часу під кутом зору оціночного ставлення до життєвих подій з огляду на міру самореалізації в них під впливом конструктивного ставлення до себе і компетентності, що зростає, ми можемо з усією визначеністю вважати, що становлення майбутнього офіцера Збройних сил як суб'єкта дозвіллевої діяльності відбувається в системному контексті ВВНЗ з наголосом на системній організації поведінки курсантів у вільному часі, перетворюючи дозвілля на дозвільну діяльність, яка має всі ознаки колективної діяльності, в напрямку переходу від меншої до більшої функціональності.

#### **1.4. Дозвіллева діяльність як складова частина навчально-професійної діяльності курсанта ВВНЗ**

Основою наших міркувань про становлення майбутнього офіцера як суб'єкта дозвіллевої діяльності є теза про системну цілісність суб'єкта як вихідного начала будь-якої активності, що ініціюється відповідною нуждою, яка вказує на залежність існування від міри її задоволення. Вважаємо, що переживання нужди в об'єкті є імпліцитною характеристикою суб'єкта нужди, оскільки вже сама нужда є імперативом його існування.

Якщо перекласти сказане на мову нашої проблематики, то основним джерелом активності курсанта в умовах ВВНЗ повинна бути потреба відповідати всім його вимогам в тій мірі, в якій вони ним рефлексуються. Отже, переживання себе в плані індивідуального і соціумного самозбереження мотивує курсанта до орієнтовної діяльності з виділенням необхідних інформативних ознак, з урахуванням яких відбувається вироблення індивідуальних способів поведінки, що з часом змінюються під впливом офіційно регламентованих способів. Наведене вказує на існування діалектичного протиріччя між вихідним індивідуальним і необхідним офіційним, розв'язання якого визначає шуканий результат взаємодії суб'єктності курсанта як соціумної особи і суб'єктності ВВНЗ як соціальної інституції. Зважаючи на різницю в суб'єктності курсанта і представника



ВВНЗ з'являється необхідність у відповідному супроводі (поведінковому, педагогічному, психологічному, дидактичному), спрямованому на «прищеплення» професійних форм поведінки, які проте не можуть бути повністю вільні від індивідуальних поведінкових проявів як з боку курсанта, так і з боку викладача.

Таким чином, потреба в розв'язанні діалектичного протиріччя між вихідною і необхідною суб'єктністю є основною передумовою становлення курсанта як суб'єкта військово-професійної діяльності в цілому, і, отже, її складових, зокрема.

Сказане означає, що для того, щоб відповісти на питання про становлення майбутнього офіцера Збройних сил як суб'єкта дозвілєвої діяльності, ми повинні з'ясувати аналогічне питання про його становлення як суб'єкта військово-професійної діяльності, вважаючи, що сформовані дії з оволодіння професійними навичками утворюють відповідну ментальну основу для їх перенесення на умови дозвілєвої діяльності, природно, з урахуванням специфіки останніх.

Вбачаючи в суб'єкті не просто початок психічної активності, що має продовження в дії – складовій змісту тієї чи іншої діяльності, а осередок особистісних установок, які отримують об'єктивне втілення в поведінкових проявах, що відповідають вимогам континууму ситуацій в тім числі і в провідній діяльності, ми можемо вважати, що ситуації навчально-професійної діяльності, впливаючи на становлення особистості курсанта, впливають на становлення його як суб'єкта цієї діяльності в плані прояву його самостійності як такої в цілому і в окремих діяльностях, пов'язаних з нею.

Розглядаючи нашу проблему з позицій особистісного становлення майбутнього офіцера Збройних сил, що трактується як процес зміни особистості курсанта під впливом професійної підготовки, результатом якої є набуття соціальної зрілості на кшталт конструкту «Я у світі» з огляду на

набуту життєву компетентність та уявлення про військову службу у перспективі [53, с. 20], ми повинні взяти до уваги такі аспекти становлення особистості, як когнітивний, мотиваційний, емоційний і поведінковий стосовно до проблеми становлення майбутнього офіцера як суб'єкта дозвілєвої діяльності.

Для того, щоб підкреслити значення суб'єктності – основного атрибута суб'єкта, звернемося до думки Б.Ф. Ломова про те, що ні діяльність, ні спілкування самі по собі жодними психологічними якостями не володіють, які належать виключно особистості [86]. Це судження вказує на значимість власного самостійного відтворення особою програмних умов, заданих ззовні, що зайвий раз підтверджує справедливість положення про опосередкування зовнішніх причин внутрішніми умовами [127].

Оскільки діяльність не є єдиною детермінантою особистісного розвитку [2], який пов'язаний також з громадянською та вчинковою активністю, де життя за певних обставин перетворюється на суцільний вчинок [17], остільки весь процес становлення особистості детермінований цілою системою ставлень – до мотивів, цілей, прагнень, до способу включення в загальний хід життя, до врахування його об'єктивної логіки і своїх суб'єктивних можливостей [1].

Вбачаючи в категорії ставлення [91] не тільки ознаку оцінності (оцінювальності), а й вираз міри суб'єктивної прийнятності об'єкта ставлення, ми отримуємо відповідь на питання про те, в якій мірі цей об'єкт бажаний для особи в плані його подальшого включення в свій габітус [26].

Якщо використовувати словосполучення «активне ставлення» [163], в якому особливо підкреслюється ідея не просто практичного освоєння об'єкта позитивного ставлення, а здійснення імпліцитного пошуку аналогічних об'єктів [163], то, природно, все те, що входить у сферу суб'єктивних інтересів особи вже є потенційною детермінантою становлення особистості як

механізму власної суб'єктності в контексті суб'єкт-суб'єктних взаємовідносин тієї чи іншої діяльності, у тому числі і навчально-професійної.

Все те, що ментально відбувається відносно об'єкта позитивного ставлення, потенційно вже присутнє і по відношенню до задачі, процесу і умов діяльності, пов'язаних з ним [127, с. 82]. Вважають, що з часом система ставлень перетворюється на характер, що виражається у відповідних функціональних проявах [6, с. 235].

Становлення суб'єкта діяльності, якщо його розглядати через призму становлення особистості, а становлення особистості – через призму інтерактивних взаємовідносин у колективній діяльності («взаємодіяльності»), пов'язується з дією психічних механізмів, які, будучи відрефлексованими теоретичною думкою, позначаються за допомогою таких термінів (понять), як споглядання, адаптація, рефлексія, самопроектування, самовизначення у професійному соціумі з огляду на професійні і світоглядні цінності.

Вважаємо, що кожне зі згаданих понять, будучи навіть взятим окремо, може скласти основу міркувань про процес становлення особистості і, отже, суб'єкта як її інтернального осереддя. Це означає, що вже «живе споглядання» створює «перцептивну передумову» для отримання і відомостей, на підставі яких у особи складається вихідний образ професійної діяльності (в нашому випадку, діяльності курсанта ВВНЗ). Звернувшись до термінів психології сприйняття (наприклад, предметність, цілісність, категоріальність, аперцепція тощо), можна, наприклад, створити схему емпіричних студій, спрямованих на теоретичну концептуалізацію впливу окремих перцептивних образів на виникнення загального репрезентативного образу тієї чи іншої діяльності на кшталт опитувальника «Що зазвичай роблять носії даної діяльності?».

Якщо ж розглядати дію зазначених механізмів, ґрунтуючись на теоретично обґрунтованій системі, то ми отримуємо можливість відтворити дію системного механізму становлення і особистості як механізму суб'єкта, і

суб'єкта як психічного осереддя особистості. Трактування понять особистість і суб'єкт як діалектичних протилежностей дає можливість розглядати їх як єдність зовнішнього (поведінкового) і внутрішнього (регулятивного).

У зв'язку з таким трактуванням питання про особливості становлення майбутнього офіцера як суб'єкта і професійної, і супутньої їй дозвільної діяльності, автоматично переводиться в площину методологічних принципів детермінізму, єдності свідомості і діяльності, і, природно, принципу розвитку. Нам залишається тільки деталізувати питання про детермінанти, вважаючи, що кожна з них, інтеріоризуючись, перетворюється на інтернальну основу відповідної функції. У зовнішньому (поведінковому) плані вони визначають особистісний статус особи з огляду, наприклад, на образ життя [9, с. 134], а у внутрішньому (регулятивному) плані – її суб'єктний статус.

Аналогічні міркування можливі і щодо принципу єдності свідомості і діяльності, згідно з яким все, що пов'язано з діяльністю, в першу чергу, орієнтовна основа дії, її виконання, контроль за виконанням та корекції тощо, перетворюється на відповідні структури свідомості у вигляді репрезентативних образів, мовних знаків (наприклад, професійна лексика), міри володіння їхніми значеннями і ставлення до них як до смислів [30]. Отже, діяльність як особистісна активність, будучи пов'язаною з ідеєю особистісного самовизначення і самовираження, необхідним чином призводить до виникнення відповідних ментальних конструктів, які служать ментальною основою в наступних міжособистісних інтеракціях.

Якщо розглядати зовнішнє (об'єктивні вимоги) і внутрішнє (суб'єктивні можливості), то протиріччя між ними як закономірне джерело розвитку призводить при його вирішенні до виникнення функції, адекватної вимогам обставин. Вбачаючи у внутрішньому основну причину функціональної невідповідності регулюючої системи (суб'єкт) по відношенню до системи регульованої, виконавчої (особистість), приходимо до висновку про первинність активності особистості як інструменту суб'єкта в просторі

інтерактивних взаємовідносин з соціумом, який, володіючи відповідною чутливістю до змін зовнішніх обставин, сигналізує про ці зміни, апробуючи відповідні варіанти поведінки, як правило, шляхом проб і помилок.

Трактування становлення особистості майбутнього офіцера в термінах вирішення діалектичного протиріччя між зовнішнім (об'єктивним) і внутрішнім (суб'єктивним) наводить на думку про значення властивих кожному індивіду, правда, з різним ступенем вираженості, психологічних механізмів, що забезпечують йому можливість інтерактивної присутності в просторі міжособистісних взаємовідносин, які, згідно А.В. Петровському [103], є основною умовою існування особистості. До таких механізмів відносять, у першу чергу, механізм афіліації – механізм основної, за Г. Мюрреєм, потреби людини як прагнення бути в суспільстві людей. Цей механізм дозволяє особі перевіряти обраний спосіб поведінки поведінки [117, с. 34], що, природно, передбачає прихильне ставлення до оточення та його емоційне прийняття [129, с. 71].

Становлення особистості і, звичайно, суб'єкта як її інтернальної основи є основним атрибутом життєвого шляху, який, будучи цілісним континуальним явищем, містить моменти і професійної, і дозвіллевої діяльності, які у загальному і цілому складають апперцептивну основу суб'єктного буття індивіда. Оскільки ціле не зводиться до суми його частин, оскільки вся послідовність ситуацій діяльнісних і дозвіллевих ситуацій, закарбовуючись у свідомості, перетворюється, узагальнюючись і генералізуючись, на деякий системний суб'єктний конструкт, який в рівній мірі відноситься і до професійної, і дозвіллевої сфери. Цілісність особистості, за К.О. Абульхановою-Славською, полягає в тому, що всі психічні явища інтегровані у індивіда в систему свідомої діяльності і різноаспектної поведінки [1].

З огляду на наведене доходимо висновку про принципову сполученість навчально-професійної та дозвіллевої діяльності, основою яких є принцип

самостійного відтворення розвивальних патернів, що утворюють зміст як однієї, так і іншої діяльності.

Виходячи з категорії цілісності в міркуванні про становлення особистості і суб'єкта, ми тим не менш далекі від думки про те, що воно відбувається само собою під впливом поточних подій кожного дня. Проводячи аналогію з функціональною системою П.К. Анохіна, який вважав результат, потреба в якому зріє всередині організму (в нашому випадку, всередині суб'єкта!), ми маємо повне право вважати, що і у випадку з діяльністю, яку ми слідом за Л.К. Велитченком розглядаємо як інтернальне і, отже, суб'єктне утворення, потреба в результаті також визріває всередині самого суб'єкта, отримуючи реалізацію за рахунок вирішення діалектичного протиріччя за допомогою відповідного супроводу – професійно педагогічного, професійно дидактичного, а також професійно дозвілєвого.

Цілісність особистості як такої виражається в цілісності її ставлення до реципрокних взаємовідносин зі світом взагалі, із предметним світом, із соціумним оточенням, із фактом самосвідомості. Отже, і становлення її здійснюється як поступова зміна суб'єктної функціональності щодо зазначених «світів» під впливом інтерактивних відносин з ними, що відображається у таких прикметниках, як вільний, самостійний, автономний, ініціативний, творчий, оригінальний [146, с. 223].

Особистість позбавлена обмежень об'єктивної необхідності, хоча і отримує можливість повного самовираження, проте все ж слідує засвоєним соціальним стереотипам. Прихильність до стереотипів не просто вказує на їх значимість для особи, а й свідчить про роль зовнішніх обставин для формування концептуальних основ суб'єктних патернів, що володіють здатністю до перенесення на нові умови життєдіяльності.

Особливе значення здатність до перенесення має для процесів самоактуалізації при використанні можливостей вільного часу. Особистість з установкою на самоактуалізацію орієнтована насамперед на задоволення

мотивів саморозвитку на протигагу рекреаційним та гедоністичним мотивам при відсутності такої.

У спеціальній літературі категорія вільного часу розглядається в розрізі: а) ідеологічної роботи з метою прищеплення відповідних установок і форм поведінки [56]; б) підвищення якості праці чи навчання; в) дослідження стихійних форм поведінки з метою попередження потенційних негативних наслідків [110]; г) соціальних процесів у суспільстві [28, с. 82]; д) особистісної регуляції вільного часу [182]; е) етико-моральної категорії гідності людини особистісної та етико-моральної обумовленості [5].

Наведені вище теоретичні міркування ґрунтуються на ідеї цілісності суб'єкта як такого, який є в першу чергу суб'єктом своєї життєдіяльності, у контекст якої входять різні види активності, що конкретизують її. Основою становлення суб'єкта взагалі і окремих видів активності, зокрема, є рефлексивне ставлення до умов їх здійснення з метою відповідності їх об'єктивним вимогам шляхом використання можливостей орієнтовної діяльності.

### **Висновки до першого розділу**

1. Концептуалізація предмета дослідження ґрунтується на понятті становлення, основними ознаками якого є ознаки виникнення і зміни під впливом зовнішніх впливів (формування) і безпосередньо внутрішніх процесів, викликаних інтера́кціями з навколишнім середовищем (розвиток). Звідси, становлення являє собою функціональну систему, утворену процесами формування і розвитку, результатом якої є зміни, відповідні логіці інтерактивних взаємовідносин об'єктивного і суб'єктивного.

Включаючи в формулювання предмета дослідження поняття суб'єкт – становлення суб'єкта, ми зосереджуємо увагу на тому, в чому, власне, відбуваються зміни, що, природно, вимагає з'ясування питання про найближче родове поняття і видові відмінності. Вибираючи між двома

крайніми позиціями в розумінні суб'єкта – суб'єкт як людина, що володіє психікою і суб'єкт як центр психіки людини, і віддаючи перевагу другій точці зору, нашу увагу ми зосередили на з'ясуванні причин зміни у внутрішньому плані як основі саморегуляції активності індивіда на тому чи іншому етапі його життєдіяльності.

2. Відповідаючи на питання про детермінанти становлення індивіда як суб'єкта діяльності, ми виходимо з положення про перетворення в процесі інтеріоризації зовнішніх регуляторних впливів на явища саморегуляції, що власне і представляє сутність суб'єкта як початку будь-якої активності, ми прийшли до висновку про формувальне значення відповідного навчання основної (професійної) та допоміжної (дозвілєвої) діяльності, вважаючи принцип саморегуляції найбільш відповідним ідеї становлення суб'єкта як такого взагалі.

Становлення суб'єкта діяльності, як основної, так і допоміжної, ґрунтується на орієнтовних, виконавських і контролюючих діях, пов'язане з організацією (самоорганізацією) відповідних ситуацій, які являють собою переклад концептуальних уявлень про них в практичний план, в тому числі і при організації дозвілєвої діяльності.

3. Дозвілєва діяльність, будучи підпорядкованою основній діяльності, при її спеціальній організації, не просто відтворює відсутні в основній діяльності аспекти, забезпечуючи таким чином відповідну психологічну рівновагу між активністю і релаксацією, але і є однією з передумов становлення суб'єкта як самоорганізуючого начала індивіда як біосоціальної істоти.

Якщо розглядати проблему становлення майбутнього офіцера Збройних сил суто в термінах психології суб'єкта, то на перший план виходять інтернальні аспекти проблеми, залишаючи не висвітленими процеси, пов'язані з особистісним становленням курсанта. Оскільки навчально-професійна діяльність в ВВНЗ здійснюється в системах «курсант/курсанти –



викладач/викладачі», оскільки кожен з її учасників, перебуваючи в просторі міжособистісних взаємовідносин, постає і перед іншими, і перед собою як особистість, яка є екстернальним виразом інтернально присутнього суб'єкта.

4. Протиставленість поняття особистість (особистість курсанта) і поняття суб'єкт (курсант як суб'єкт) є основою діалектичного протиріччя в процесі становлення професіонала, вирішення якого відбувається за рахунок взаємообміну «особистісної» і «діяльнісної» індивідуальними «суб'єктностями» учасників процесів, що відбуваються в ВВНЗ.

В цілому, проблема становлення майбутнього офіцера Збройних сил як суб'єкта становлення дозвілєвої діяльності в теоретичному плані зводиться до проблематики становлення в розрізі вирішення діалектичного протиріччя між: а) формуванням і розвитком; б) зовнішнім (поведінковим) і внутрішнім (саморегуляція).

**У першому розділі використані літературні джерела, що знаходяться у списку використаних джерел під номерами: [1; 2; 5; 6; 7; 9; 12; 14; 15; 17; 20; 22; 24; 26; 28; 29; 30; 31; 37; 40; 41; 46; 47; 50; 52; 62; 64; 66; 67; 68; 70; 72; 73; 74; 75; 76; 77; 80; 83; 86; 87; 88; 99; 91; 92; 93; 94; 98; 102; 103; 108; 109; 110; 113; 115; 116; 117; 122; 126; 127; 129; 131; 134; 142; 144; 145; 146; 147; 149; 150; 151; 153; 155; 156; 157; 159; 163; 173; 175; 176; 181; 182; 184; 185; 187; 192; 193; 202; 207, 208].**

**Матеріали першого розділу дисертації висвітлено в таких публікаціях автора, як: [ 165; 166; 167; 168; 169].**

## РОЗДІЛ 2

### ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ СТАНОВЛЕННЯ МАЙБУТНІХ ОФІЦЕРІВ ЯК СУБ'ЄКТІВ ДОЗВІЛЛЕВОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

У цьому розділі представлено експериментальне дослідження психологічних особливостей становлення майбутнього офіцера як суб'єкта дозвіллевої діяльності в навчально-виховному процесі ВВНЗ, розкрито його мету, завдання, етапи, показники та психодіагностичні методики; проведено оцінку ставлення досліджуваних курсантів до різних ситуацій вільного часу з використанням критеріїв, які за своїм змістом є показниками ставлення до дозвілля як такого. Емпірично вивчено ставлення курсантського складу до становлення майбутніх офіцерів як суб'єктів дозвіллевої діяльності, зокрема проведено кореляційний аналіз показників індексу життєвого задоволення з показниками таких психологічних особливостей особистості, як локус контролю, самоактуалізація, самооцінка, ціннісні орієнтації, властивості особистості з обговоренням результатів співвідношення значущих взаємозв'язків та припущенням, що результати взаємовідношень вищезазначених показників можуть чинити позитивний вплив на поведінкові прояви суб'єктності майбутнього офіцера; виділено фактори, які пояснюють розгортання досвіду самоорганізації власного дозвілля у його впливі на становлення майбутнього офіцера як суб'єкта.

#### **2.1. Саморегуляційні аспекти суб'єктного становлення майбутнього офіцера у дозвіллевій діяльності**

Емпіричне вивчення будь-якого психологічного явища, як правило, спирається на його теоретичну модель, основу якої утворює його дефініція. Розглядаючи проблему суб'єкта як організуюче начало психічного життя індивіда, ми дійшли висновку про нього як носія функції самоорганізації, яка здійснюється відповідно до спрямованості уваги на ту чи іншу ситуацію

активності, сприйняття логіки якої визначає вихідну умову задачі, її обробку, прийняття рішення про послідовність дій з метою отримання відповідного результату.

Оскільки будь-яка жива система є самоорганізованою системою, що реагує на змінювані умови середовища відповідями, закладеними в генетичну програму того чи іншого виду на кшталт аутопоезісу, остільки аутопоезісна саморегуляція може вважатися вихідною точкою суб'єкта як такого. Перехід на більш високий рівень, пов'язаний з рішенням не стільки вітальних, скільки буттєвих завдань, які передбачають складний тип поведінки, що зачіпає не тільки і не стільки індивідний, а й особистісний рівень з використанням різних аспектів самоорганізації. До них відносять мету, модель, програму, критерії успішності, результати активності, до яких належать також і відповідні корегувальні дії [116], до яких відносяться також відповідні корекції. Оскільки самоорганізація як така є критерієм суб'єктності, остільки основна увага в емпіричному дослідженні приділялась саме їй.

Самоорганізація визначається як здатність, що проявляється в цілеспрямованості, активності, обґрунтованості, мотивації, вмінні планувати власну діяльність, швидкому прийнятті рішень і відповідальності за них, критичності за результати власних дій, почутті обов'язку. Поняття самоорганізації особистості ототожнюється з поняттям самоуправління. [111]. Самоорганізацію характеризують також як спосіб особистісної організації життєдіяльності за допомогою розширення меж власної ініціативи і самостійної діяльності, самовдосконалення та саморегуляції.

Дослідження проблеми становлення майбутнього офіцера як суб'єкта дозвільної діяльності передбачає відповідь на питання про те, наскільки претендент на шуканий професійний статус є суб'єктом як таким, тобто суб'єктом всіх діяльностей і дій, що разом утворюють зміст його життєдіяльності. Міркуючи в такому плані, ми необхідним чином приходимо

до висновку про суб'єкта – організуюче начало живої істоти, як про системне явище психіки з ієрархічною структурою, розташоване навколо ідеї (рефлексивної/арефлексивної) власного «Я», спрямовану на його біосоціальне збереження за допомогою захисних (адаптація) і експансивних (творення) дій.

Таке розуміння поняття суб'єкт дозволяє нам представити його у вигляді деякої системи функцій, керованої кожна своєю програмою, утвореної в результаті інтерактивних взаємовідносин індивіда за схемою «суб'єкт - об'єкт» у континуумі значущих для життя завдань.

Зі сказаного випливає, що курсант на момент початку навчання в ВВНЗ володіє відповідним життєвим досвідом, що виражається в деякому наборі функцій різного ступеня результативності, висхідних до його природних задатків і історії індивідуального психічного розвитку. Якщо виходити з того, що кожен індивід створює для себе індивідуальний стиль діяльності – прийоми, навички, методи і т. ін., обумовлені так званою зоною операційної невизначеності [116, с. 137], то контингент курсантів можна зобразити як полісуб'єктне соціумне утворення з деякою множиною індивідуальних стилів.

Переслідуючи мету сприяти становленню суб'єкта дозвільної діяльності у практиці підготовки курсантів, неможливо не сприяти і становленню суб'єкта навчально-професійної діяльності, а через нього і суб'єкта життєдіяльності в цілому. Вважаючи, що індивідуальний стиль діяльності, будучи продуктом вихідних нейрофізіологічних і середовищних передумов, не може не проявлятися аналогічним чином в контекстах багатьох діяльностей, ми можемо припускати, що кожен курсант проявляє себе, в принципі, однаково як в основній, так і в допоміжній діяльності.

Розглядаючи суб'єкт з точки зору його значущості для індивіда в плані самоорганізації будь-якої активності в контексті життєдіяльності індивіда, ми, дотримуючись методологічного принципу детермінізму, повинні, природно, звернутися до об'єктивних умов, в яких та чи інша функція не може не

здійснитися. У нашому випадку такими об'єктивними умовами є умови навчально професійної діяльності, організовані згідно з нормативними вимогами. Дотримуючись цих нормативних вимог, кожен учасник трансформує їх у свій власний, тепер уже суб'єктивний, внутрішній регулятор, який він згодом використовує в якості основи саморегуляції при виконанні дій, що входять до складу завдань навчально-професійної діяльності.

Наведена схема ілюструє основну ідею процесу перетворення зовні заданих дій шляхом відповідних ментальних трансформацій на підсумкову ментальну модель того, що було виконано в предметному та/або дієвому плані. Якщо розглядати цю схему в суто раціональному ключі, вважаючи, що індивід виконує вимоги з зовні заданої задачі без різних знижок на емоції і почуття, що виникають при цьому, то, природно, отримуємо деяке роботообразне перенесення зовнішнього плану у внутрішній.

Але оскільки в процес включається минулий досвід, похідний від переживання себе як діяча, в тому числі і в ситуаціях, аналогічних актуальній, остільки він вже спочатку актуалізує відповідні установки, що запускають в дію вже практично готову реакцію у відповідь. Таким чином, утворюється деяка послідовність накопичуваних схем, що відтворюють суб'єктивний досвід індивіда у вигляді узагальнених функцій.

Вбачаючи в процесі становлення зміни, що відбуваються в результаті впливу із зовні (навчання; формування,) і зсередини (учіння; розвиток), ми повинні взяти до уваги вплив перенесення навички на підставі виділення загальних ознак в освоєній і освоюваній дії [116, с. 271]. Отримане, як правило, піддається перевірці шляхом зіставлення вихідної задачі і результату з подальшим його відображенням в самооцінці. Самооцінка як така належить до ядра особистості і являє собою важливий регулятор її активності [116, с. 352].

Маючи на увазі становлення власної суб'єктності не тільки в плані результативності засвоєних нових функцій, а й оцінку їх значущості для себе, особа через самооцінку налаштовує себе як на відповідні коригувальні при необхідності дії, так і на подальші досягнення у плані підвищення рівня домагань, цим самим забезпечуючи собі просування в розвитку і, отже, в становленні.

Міркуючи так, приходимо до висновку про саморегулятивність суб'єкта як про його основний атрибут, завдяки якому здійснюється «входження» індивіда в об'єктивні обставини континууму ситуацій життєдіяльності. Оскільки дія – одиниця діяльності, що визначається предметною ситуацією, складається з орієнтовної, виконавчої та контрольної частини [116, с. 94], і, як правило, передбачає оцінювання і отриманого результату, і себе як його творця, оскільки самооцінку можна вважати суб'єктивним критерієм як виконання дії, так і індивідуального просування в плані оволодіння діяльністю в цілому.

Якщо це так, то ми можемо використовувати самооцінку як критерій щодо змін, що відбуваються в суб'єктності курсантів під впливом ситуацій основної (навчально-професійна діяльність) та допоміжної (дозвіллева діяльність).

Розрізняючи загальну і парціальну самооцінку, ми тим самим визнаємо багатоаспектність становлення суб'єкта. Це становлення деталізується в залежності від сфери докладання зусиль як в основній діяльності, так і в окремо взятих діях. Це означає, що становлення індивіда як суб'єкта пов'язано з його власною активністю, в якій він, досягаючи передбачуваного результату, переживає позитивні емоції від досягнутого, формуючи тим самим відповідний рівень мотивації досягнення, що є імпліцитним механізмом розвитку особистості [180, с. 107].

Оцінюючи себе за результат, індивід оцінює себе, хоча найчастіше ретроспективно, і за процес, що надає самооцінці певний відтінок деякого

«самонавчання», яке, удосконалюючи ту чи іншу функцію, удосконалює функціональні можливості суб'єкта і, природно, і суб'єкт в цілому.

Сказане означає, що індивід, перманентно оцінюючи свої дії, одночасно здійснює зворотний зв'язок між вихідною (суб'єктною) схемою дії і отримуваним результатом, що спонукає його вносити, за необхідності, відповідні корективи.

Якщо врахувати, що в навчально-професійній діяльності приймає участь уся кількість курсантів, які проявляють досягнення різного рівня, і на тлі яких досягнення індивіда виглядають краще / гірше, то тоді до самооцінки додається і порівняння себе з ними, що вносить свої корективи на кшталт орієнтації на інших. Така «перехресна» самооцінка створює відповідні умови для соціального навчання (запозичення, наслідування), що вже саме по собі наводить на думку про полісуб'єктну детермінацію процесу становлення будь-якого індивіда як суб'єкта основної (професійної) і допоміжної (дозвілєвої) діяльності, та й життєдіяльності взагалі.

Виходячи з того, що метою нашого дослідження є вивчення парадигми вільного часу, основну увагу ми зосередили на тому, як курсанти ВВНЗ ставляться до нього. Спостереження за життям курсантів в умовах військового закладу висвітлило наступні ситуації:

а) ситуація I – сенс вільного часу незрозумілий (характерна поведінка людини, що «не вміє відпочивати»);

б) ситуація II – вільний час організований певним чином;

в) ситуація III – стимуляція інтересу курсанта до діяльності у вільний час;

г) ситуація IV – вільний час організований у незвичний для курсанта спосіб;

д) ситуація V – вільний час визначався практичними потребами професійної діяльності майбутнього офіцера;

е) ситуація VI – вільний час використовувався для підтримання впевненості особистості в собі;

є) ситуація VII – вільний час проводився так, щоб «вбити час»;

ж) ситуація VIII – вільний час відбувався в умовах, коли курсант не був обмежений часом.

При оцінці ставлення курсантів до різних ситуацій вільного часу, ми використали виявлені критерії, які за своїм змістом є показниками ставлення до дозвілля :

а) критерій ініціативи по відношенню до вільного часу – ініціює проведення вільного часу; наслідує розумну ініціативу інших; пасивний у проведенні вільного часу;

б) критерій вольового зусилля – прагне домогтися мети, не дивлячись на підготовчі труднощі. Курсант їх переборює, якщо не з'являється справа більш суб'єктивно приваблива; шукає можливості для того, щоб ухилитися від проведення вільного часу, що пов'язано підготовчими зусиллями;

в) критерій характеру дій – у дозвіллевій діяльності виявляє творчість; погоджується на можливість творчої діяльності у час дозвілля; у вільний час не передбачає творчої діяльності;

г) критерій орієнтації на інших – прагне підтримати інших; прагне підтримати інших тільки за сприятливих обставин; не має бажання підтримувати інших;

д) критерій задоволеності – задоволений реалізацією власного вільного часу; не завжди задоволений реалізацією власного вільного часу; зазвичай не задоволений реалізацією власного вільного часу;

е) критерій ставлення до власного вільного часу – можливість реалізувати цілі і втілити смисли; даність, яка при певних умовах має значення; реальність, цілі і можливості якої не визначені.

Міркуючи про становлення особистості в цілому і її суб'єктності, зокрема, ми виходили з того, що особливості самоорганізації об'єктивно



представлені в такій особистісній якості, як організованість, яка проявляється, практично, у всіх сферах життєдіяльності індивіда. Сказане відноситься в рівній мірі і до поведінки у сфері вільного часу. Ми вважали, якщо курсант володіє навичками самоорганізації часу, пов'язаного з життєдіяльністю у військовому закладі, то його результати в навчанні повинні відповідати рівню його старанності, що, в принципі, має вказувати на потенційне перенесення навички самоорганізації на сферу вільного часу.

Розглядаючи поняття суб'єктності, В.А. Петровський опирається на термін «самопричинність». З точки зору дослідника, даний термін визначає фундаментальну властивість і здібність суб'єкта бути причиною себе, бути здібним виявляти одночасно спонтанність та відповідальність, організованість [104]. Отже, суб'єктність може бути представлена такими рисами особистості, які властиві лише їй, є невідчужуваними і не зведені до певної заданості зовні. Тобто, це можуть бути лише індивідуалізовані характеристики, які спонукають особистість до індивідуальних проявів у будь-якій ситуації.

Саме це припущення і стало засадою подальшого експериментального дослідження, спрямованого на вивчення психологічних особливостей становлення майбутнього офіцера як суб'єкта дозвіллевої діяльності.

## **2.2. Організація та етапи експериментального дослідження**

У першому розділі нашої дисертаційної роботи було визначено мету дослідження, яка полягає у теоретичному вивченні та експериментальному підтвердженні психологічних особливостей курсанта - майбутнього офіцера та його суб'єктності. Відповідно, метою емпіричної частини нашої дисертаційної роботи є вивчення прояву суб'єктності курсантів у організації дозвілля в умовах військового закладу, що зумовлено індивідуальними психологічними особливостями.

Мета емпіричної частини дослідження зумовила постановку певних завдань:

1. Виявити рівень усвідомлення курсантами поняття «дозвілля»; визначити ставлення курсантів до організації дозвіллевої діяльності в умовах військового закладу; вивчити механізм взаємовпливу психологічних особливостей, що формуються у курсанта завдяки його участі у дозвіллевій діяльності, на становлення особистості майбутнього офіцера.

2. Вивчити взаємозв'язки між показниками таких психологічних явищ, як індекс життєвого задоволення та показниками самооцінки, цінностей особистості, інтернальності-екстернальності, рівня суб'єктивного контролю, самоактуалізації та факторної структури особистості.

3. Дослідити психологічні особливості прояву суб'єктності курсантів за участі у дозвіллевій діяльності в умовах військового закладу вищої освіти.

4. За необхідності, організувати та провести тренінгові заняття, спрямовані на корекцію особистісного росту курсантів під час участі у дозвіллевій діяльності в умовах військового закладу вищої освіти.

5. Вивчити зміни, які відбулись у процесі становлення майбутніх офіцерів як суб'єктів дозвіллевої діяльності після проведення корекційних вправ та охарактеризувати кореляційні зв'язки між показниками індексу життєвого задоволення та рівнем суб'єктивного контролю.

Зазначені завдання були покладені в основу проведення експерименту. Традиційно, у експериментальному дослідженні використовують декілька етапів, кожен з яких має вирішувати певні завдання. Це: підготовчий етап, діагностувальний та аналітико-інтерпретаційний етапи емпіричного дослідження.

Зазвичай, підготовчий етап передбачає формулювання завдань емпіричного дослідження, відповідно до мети дисертаційної роботи та гіпотетичного припущення; формування вибірки; підбір комплексу психодіагностичного інструментарію; визначення засобів проведення дослідження, послідовності збору даних і часових меж протікання експерименту.

Поставлені завдання передбачали визначення першочергово особливостей розуміння та усвідомлення респондентами сутності ключових завдань нашого дисертаційного дослідження. Вибірку емпіричного дослідження склали курсанти 2-го та 3-го курсів факультету підготовки спеціалістів матеріально-технічного забезпечення Військової академії (м. Одеса) у кількості 244 осіб. Запрошення курсантів другого та третього курсу до участі у дослідженні зумовлено міркуваннями, виходячи з особливостей не лише фізичного, а й особистісного зростання курсантів кожного курсу.

Так, курсанти, що навчаються на першому курсі, ставляться серйозно до навчання, майбутньої професії і життєвої перспективи в цілому. Адаптація відбувається на тлі протиріч між звичними формами поведінки і статутними вимогами. Цей період характеризується тим, що курсанти, здебільшого, займаються тими видами дозвіллевої діяльності, якими займались ще до вступу у ВВНЗ.

Другий курс характеризується завершенням періоду адаптації до перебування у ВВНЗ, активною алгоритмізацією проведення вільного часу, підвищенням активності, де намічаються відповідні тенденції у дозвіллі.

Третій курс характеризується підвищенням самостійності, яка супроводжується диференційованим ставленням до навчання та організації вільного часу.

На четвертому курсі курсанти, в основному, сформовані у професійному відношенні, мають певну життєву позицію, розуміють значущість вільного часу для релаксації та самовдосконалення.

Саме дана Військова академія і стала базою дослідження.

Специфіка життя курсантів у військовому закладі вищої освіти визначена певними труднощами, які зумовлені умовами даної навчальної установи. Досить важливими для становлення особистості майбутнього офіцера є умови життя в армійському колективі, серед яких: ізольованість від сім'ї, від звичного кола спілкування, від друзів, беззаперечне виконання

наказів і розпоряджень, жорсткий режим дня, уставні стосунки з товаришами по службі, складання абсолютно всіх курсантських речей «під лінійку» тощо. Після звичайного буденного життя все це викликає певний психологічний дискомфорт. Життєві умови курсантів спонукають їх до суб'єктного пошуку можливостей становлення своєї особистості, тому дозвіллева діяльність є, з нашої точки зору, однією з визначальних складових особистісного зростання кожної молодої людини.

Згідно поставлених завдань на підготовчому етапі необхідно було визначити рівні розуміння респондентами основних понять. Вирішенню першого завдання слугували результати пілотажного етапу дослідження, на якому за допомогою написання курсантами творів та контент-аналізу їх змісту вирішувалась рівнева проблема усвідомлення респондентами основних понять.

Пілотажний етап нашого емпіричного дослідження передбачав вивчення суб'єктивної думки курсантів стосовно проблеми дозвіллевої діяльності майбутніх офіцерів у ВВНЗ. З цього приводу було запропоновано написати курсантам твір «*Моє дозвілля*» при опорі на фіксовані питання. Якісно-кількісний аналіз отриманих нами відповідей від курсантів характеризується об'єктивністю висновків і строгістю процедури та полягає у квантифікаційній обробці тексту (кількісному вираженні якісних ознак) з подальшою інтерпретацією результатів. В вищезазначеному творі курсантам потрібно було висловити власні, суб'єктивні думки стосовно того:

- як курсанти розуміють поняття «дозвілля»;
- як курсанти суб'єктивно оцінюють організацію дозвіллевої діяльності їхніми безпосередніми командирами (високо, посередньо чи низько) та розкрити, чому саме курсантами визначено такий рівень?
- чи впливає дозвіллева діяльність на становлення особистості майбутнього офіцера та яким чином?

- чи потрібно покращити організацію дозвіллевої діяльності у Військовій академії (м. Одеса)? Якщо так, то яким чином?

Стосовно визначення «дозвілля» більшість респондентів (а саме 84%) чітко розуміють та інтерпретують, що це є сукупність різних видів діяльності людини, які відбуваються у вільний від служби чи навчання час для задоволення певних фізичних та інтелектуальних потреб людини. Наприклад, різні улюблені заняття або розваги, що не є робочою спеціальністю (хобі), спортивні та інтелектуальні ігри, вправи для підвищення фізичних та інтелектуальних здібностей, читання книжок та перегляд пізнавальних телепередач та фільмів для вдосконалення культурної компетенції, що є дуже актуальним для майбутнього офіцера Збройних сил України. У розвитку особистості майбутнього офіцера організація дозвіллевої діяльності має дуже велику значущість, оскільки згідно кодексу честі офіцер повинен вести за собою підлеглих, на офіцера покладається особиста відповідальність за підлеглих, тому що їхнє життя довірив офіцерові Український народ. Командир гартує їх дух, моральні сили, веде за собою до досягнення перемоги. Справжній офіцер завжди поважає людську гідність і честь підлеглих. Духовною основою для українського офіцерства є традиції богатирів Київської Русі, козацтва, офіцерів попередніх поколінь. Офіцерами не народжуються – ними стають один раз і на все життя.

Розпочинаючи дослідження, ми передбачили, що здобути вищезазначені якості у процесі дозвілля на протязі навчання майбутньому офіцеру можливо при умові вільного, самостійного, суб'єктного вибору. Це зумовлює вибір засобів, за допомогою яких можна проводити вільний від навчального процесу та виконання службових обов'язків у вищому військовому навчальному закладі час, окрім предметів навчання згідно навчальних планів та програм навчальних дисциплін, під час вивчення яких закладаються певні компетенції, знання, вміння, навички. Курсант - майбутній лідер, авторитет серед підлеглих та командирів при виявленні в собі певних здібностей,

схильностей, зацікавлень, бажання в пізнанні того чи іншого напрямку діяльності людини.

Курсант повинен мати право самостійного вибору, самостверджувати себе як особистість, яка вміє не лише чітко виконувати вказівки старших начальників, а й самостійно приймати рішення щодо саморозвитку та самоствердження, загартовуючи в собі стрижень лідера думок та зразок добропорядної поведінки. Не маючи вільного часу та не даючи можливість курсантам самостійно обирати серед великого різновиду проведення вільного часу «на будь-який смак», як говориться, та організовувати дозвілєву діяльність у військовому закладі вищої освіти, задовольняючи свої особисті потреби, командири (вчорашні курсанти) самі ж сповільнюють процес становлення достатньо самовпевненого в собі, у своїх поглядах та власних ініціативах майбутнього офіцера-лідера.

Взірець чесної поведінки та правильно організованої службової діяльності має давати вище керівництво. Та на суб'єктивну думку більшості курсантів (71%) організація дозвілєвої діяльності з боку командирів оцінюється низько. Цитата одного з курсантів 3 курсу: «...оцінюю низько тому, що кількість часу, відведеного на організацію дозвілля у будні дні, в залежності від кількості та складності визначених на цей день безпосередніми командирами задач, становить лише від 15 хвилин до 1 години приблизно, що є дуже мало та відсутня можливість самому розпланувати наперед організацію свого дозвілля через неможливість вгадати, коли командир поставить чергову задачу. Вважаю, що це відбувається через неповне розуміння командирами всіх рівнів важливості дозвілля у процесі становлення майбутнього офіцера, при цьому надмірну вимогливість до підлеглих і не завжди присутнє бажання йти назустріч своїм підлеглим та чути їх».

Також слід зауважити, що 23% курсантів оцінюють організацію дозвілєвої діяльності безпосередніми командирами середньо і лише 6%

курсантів оцінили високо. Але навіть ті респонденти, які оцінили організацію своїми командирами дозвіллієвої діяльності позитивно, теж зауважили про недосконалість військового розпорядку дня, в якому регламентовано основні елементи повсякденної діяльності військовослужбовців та встановлено часові показники тих чи інших заходів, які виконуються на протязі дня, як буденного, так і вихідного.

Час для особистих потреб (вільний від навчання та виконання службових завдань) встановлено в проміжку від 30 хвилин до 1 години в день, що є недостатнім для розвитку особистості в різних життєвих сферах, не пов'язаних з армією. Як приклад, цитата ще одного курсанта 3 курсу: «...того часу, що нам виділено розпорядком дня, є вкрай замало для майбутнього офіцера, щоб реалізовувати свій власний потенціал саморозвитку, відкрити нові риси власного характеру»; цитата курсанта іншої навчальної групи третього курсу: «...бракує вільного часу для того, щоб краще пізнати себе, самоствердитись в суспільстві і здобути той самий стрижень впевненості в своїх діях не лише на полі бою, а й у повсякденній діяльності та в особистому житті. Так вкрай необхідно збільшити виділення часу для вирішення особистих потреб у розпорядку дня військової частини та створити більше можливостей для саморозвитку творчості, адже правильно організоване дозвілля впливає на кругозір курсантів, на методи спілкування з людьми, управління та різноманітність підходу до вирішення різних проблем.

Також, відповідно до нашого припущення, переважна більшість майбутніх офіцерів (87%) стверджує, що дозвіллієва діяльність впливає на осмисленість самим курсантом того, як розподіляти та реалізовувати свій вільний час і тим самим впливає на становлення впевненого в собі, сміливого в прийнятті рішень майбутнього офіцера.

Важко переоцінити значення дозвілля курсантів у становленні їх як майбутніх офіцерів. Воно може виступати, як можливість краще розкрити свій потенціал і розширити свій кругозір, прищепити інтелектуальні

здібності, підвищити компетентність у будь-яких галузях. Але можуть розвиватися і певні негативні риси, що може сприяти особистісній деградації курсантів, які забивають свою голову сміттям з «Тік-тока», «Інстаграма» та інших соціальних мереж, іграми в телефонах та комп'ютерах, що є дуже актуальним в умовах становлення молодих людей сьогодення. Зрозуміло, що все це залежить від цінностей та установ самої особистості.

Певні суб'єктивні погляди на оточуючий світ формуються у людини з народження під впливом різноманітних життєвих факторів: від соціального статусу та виховання в сім'ї до середовища, в якому вчився і зростав. Зазначена суб'єктивність може мати як позитивний, так і негативний вплив на становлення особистості майбутніх офіцерів. Тому в вищому військовому закладі освіти офіцери-командири та офіцери-вихователі повинні чітко усвідомлювати та контролювати вищезазначені тенденції. Також офіцери даного професійного статусу повинні чітко розуміти важливість дозвілля в становленні курсантів, як майбутніх офіцерів, і те, що з ними теж потрібно проводити певну пізнавальну роботу і пояснювати їм їх порядок дій. Більшість респондентів вважають, що дозвіллева діяльність впливає на становлення майбутнього офіцера таким чином, що слабо організоване дозвілля, а саме брак часу, малий вибір напрямків реалізації себе у просторі вільного часу впливає на погану успішність та низьку дисципліну військовослужбовців у навчально-виховному процесі.

У висловлюванні курсантки 2 курсу підкреслюється: «...більше вільного часу на якісну організацію дозвілля - взірцева поведінка та гарний результат в навчанні». Курсант 3 курсу вважає, що: «...командирам потрібно більше часу виділити на дозвілля, а в результаті ми отримаємо, спілкуючись з родичами, друзями та товаришами, необхідний морально-психологічний відпочинок, який обов'язково покращить наш настрій, додасть нам бадьорості, веселощів, в нас буде менше хвороб, ми будемо здоровими, і як



наслідок. додасть нам сил для успішного навчання та виконання службових обов'язків і завдань».

За висловлюванням одного з курсантів 3 курсу: «...не якісно організована дозвіллева діяльність впливає погано на становлення майбутнього офіцера, і замість того, щоб пишатися вибраною професією та мріяти про почесний статус офіцера Збройних сил України та успішну кар'єру, все частіше з'являються думки залишити це місце та поїхати звідси». А чи не є вищезазначені висловлювання цих курсантів сигналом до військового керівництва щодо миттєвих, так вкрай необхідних і дієвих змін у підході до вільного часу майбутніх офіцерів? Слід зауважити, що вже не перший рік на території нашої країни відбувається військовий конфлікт з іншою державою і, на превеликий жаль, з людськими втратами і тимчасово окупованими територіями нашої країни. І саме в такий важливий і непростий період існування нашої держави керівництву досить складно віднайти засоби дозвілля та відпочинку курсантів, завдяки чому можливе становлення морально та психологічно стійких, впевнених у собі, професійно готових майбутніх офіцерів і, як наслідок, формування сучасного, сильного та незламного війська, яке буде спроможне попередити злі наміри не дружніх країн по відношенню до нашої держави, а у разі необхідності надати відсіч навіть самому харизматичному, непередбачуваному і потужному противнику в світі. Не зовсім коректно організовуючи вільний час курсантів, ми втрачаємо безцінний час і людський потенціал, нехтуючи викликами сьогодення.

Щодо можливості покращити організацію дозвіллевої діяльності у Військовій академії у творах курсантів визначено наступні пропозиції:

- усвідомлення командирами необхідності організації дозвілля не формально, а якомога якісніше;

- проведення просвітницької діяльності з діючими офіцерами-командирами і офіцерами-вихователями, спрямованої на підвищення компетенції командирів щодо організації дозвілля;
- командирам бажано заздалегідь і більш усвідомлено планувати виконання службових завдань та, як наслідок, більше часу залишатиметься на організацію дозвіллевої діяльності;
- частіше і більш змістовно організовувати спілкування командирів з підлеглими;
- переглянути розпорядок дня військової частини з метою виділення більшого проміжку часу на вирішення особистих потреб та організацію дозвілля військовослужбовцями;
- дати можливість курсантам самостійно обирати те, як використовувати свій вільний від навчання та виконання службових обов'язків час та який подальший шлях саморозвитку (не військового) вибрати паралельно з навчанням у Військовій Академії;
- створити більше секцій у вищому військовому закладі освіти (танці, співи, гімнастика, КВН, шахи, волейбол) з перспективою представляти ЗВО на рівні держави, а головне - вибір секції за власним бажанням;
- курсантам у вільний від навчання час більше читати книжок, переглядати пізнавальні фільми і телепередачі;
- проводити вечори танців у взаємодії зі студентами інших ЗВО ;
- систематично та логічно планувати проведення екскурсій по пам'яткам міста;
- потрібно, щоб деякі офіцери ставились з повагою до підлеглих курсантів та прислухалися до їхньої точки зору.

Зазначені пропозиції були визначені в якості основних у творах курсантів.

Цитата з твору курсанта 3 курсу : «...по-перше, слід спочатку цілком і повністю навчити офіцерів, які мають надавати курсантам ті чи інші знання,

вміння та навички, бо некомпетентність залишає дуже великий відбиток на поведінці курсантів, на їх ставленні до командирів; по-друге, слід кожному командиру відчувати курсанта, поставивши себе на його місце; це дасть їм можливість відчувати, як живеться курсантам після виконання їх наказів; по-третє, слід покращити рівень свідомості самих курсантів, проводячи з ними систематичну пізнавально-виховну роботу»

Дуже влучною є цитата курсантки 2 курсу стосовно покращення дозвілля курсантів у ВВНЗ: «...якщо нам створять необхідні умови для якомога кращої самоорганізації своєї дозвіллевої діяльності, то ми будемо більш обізнані в плані дозвілля і в майбутньому, коли станемо офіцерами, зрозуміємо, як краще зайняти особовий склад у вільний час».

За отриманими результатами виконаних курсантами творів, можна говорити про загальне ставлення до організації дозвіллевої діяльності у межах навчального закладу. Результати представлено у вигляді діаграми на рисунках 2.1. - 2.3.

Так, за першим питанням стосовно розуміння поняття «дозвілля», 84% курсантів з усієї вибірки ( $n=120/100\%$ ) дали позитивну відповідь і розгорнуте висловлювання щодо даного поняття. Лише 16% курсантів не змогли чітко висловитись стосовно даного поняття (див. рис.2.1).

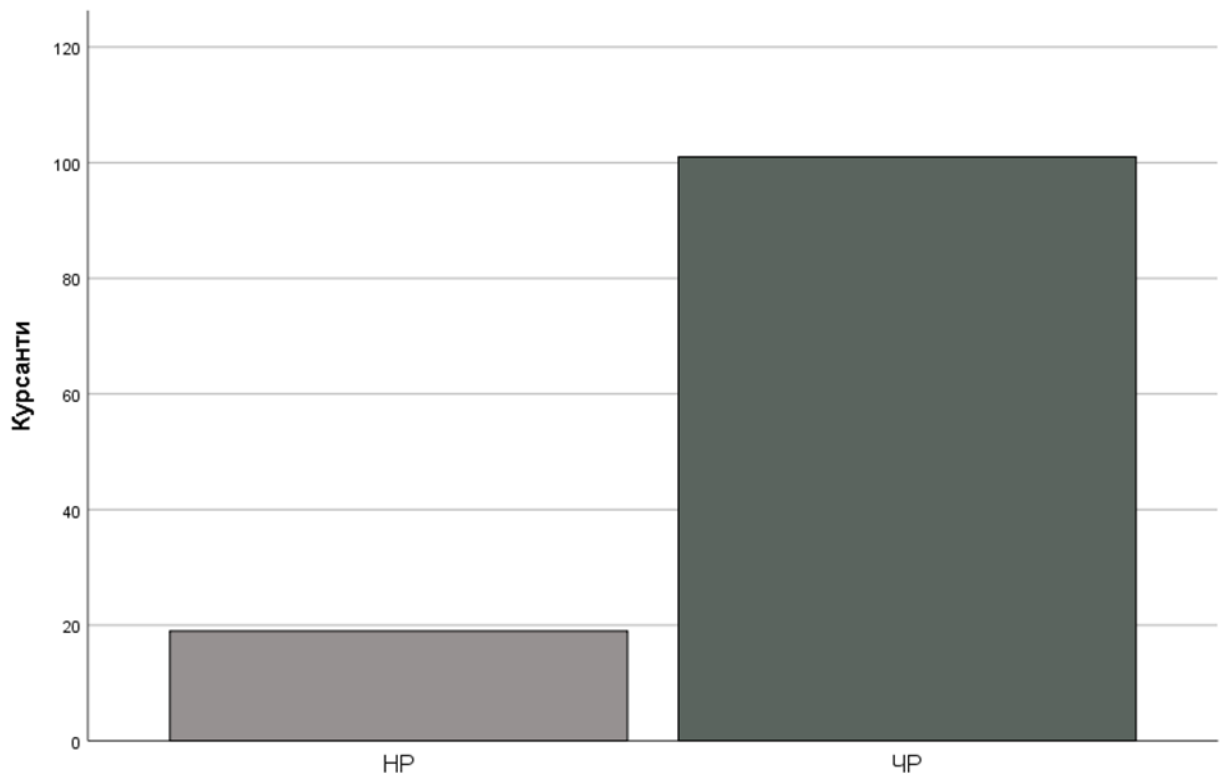


Рис. 2.1. Діаграма розуміння майбутніми офіцерами поняття «дозвілля»  
 Примітки. Умовні скорочення: HP – не чітке розуміння поняття «дозвілля», ЧР – чітке розуміння поняття «дозвілля».

Щодо другого питання стосовно впливу суб'єктності на оцінку організації дозвіллевої діяльності безпосередніми командирами курсантів визначено низький (Н), середній (С) і високий (В) рівні. У числовому порядку результати ставлення курсантів до організації командирами дозвіллевої діяльності розподілилися наступним чином: низький рівень визначили 71%; середній рівень 23%; високий рівень організації дозвілля визнали лише 6% респондентів усієї вибірки.(див.рис.2.2.)

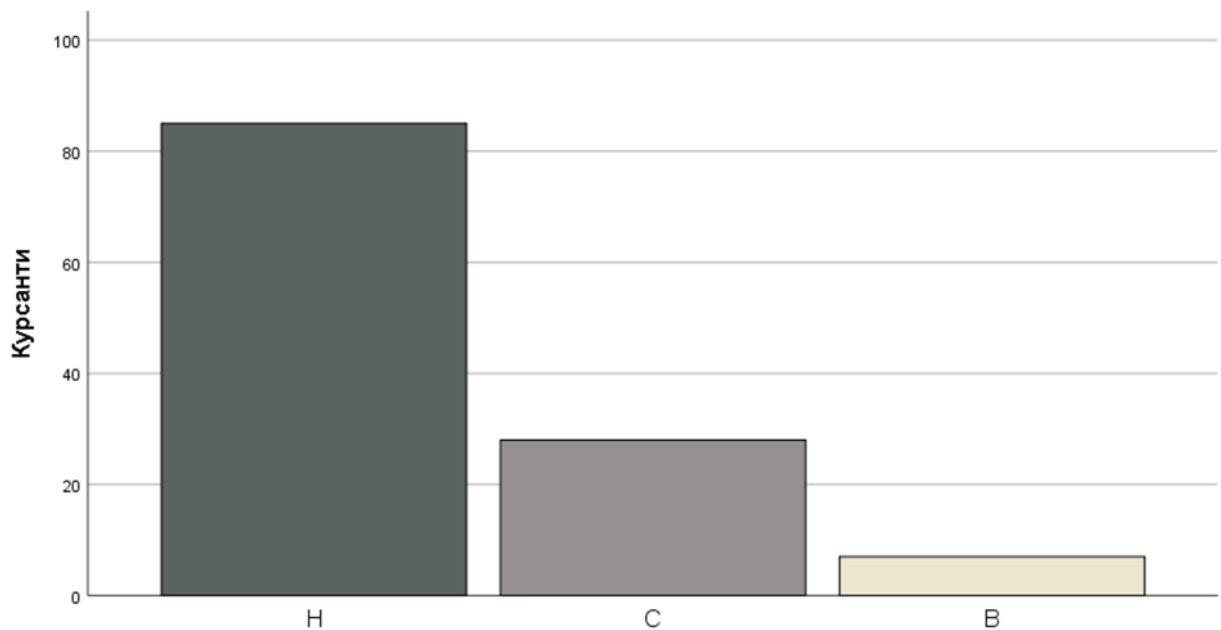


Рис. 2.2. Діаграма показників суб'єктивної оцінки організації дозвілєвої діяльності безпосередніми командирами курсантів

Примітки. Умовні скорочення: Н – низький рівень організації дозвілєвої діяльності, С – середній рівень організації дозвілєвої діяльності, В – високий рівень організації дозвілєвої діяльності.

Розкриваючи у своєму творі проблему впливу дозвілєвої діяльності на становлення особистості майбутнього офіцера (див.рис.2.3), курсанти розподілили своє оцінювання наступним чином: 87% стверджують, що дозвілєва діяльність впливає на суб'єктивну осмисленість самим курсантом того, як розподіляти та реалізовувати свій вільний час і тим самим впливає на становлення впевненого в собі сміливого в прийнятті рішень майбутнього офіцера. Тобто, своїм висловлюванням курсанти підкреслили нагальну необхідність організації дозвілєвої діяльності командирами, констатуючи досить низько ту дозвілєву роботу, яка виконується у межах Військової академії. Опосередковано впливає на становлення майбутнього офіцера визнали 8% курсантів. І про відсутність впливу дозвілєвої діяльності на особистість майбутнього офіцера стверджують лише 5% респондентів.

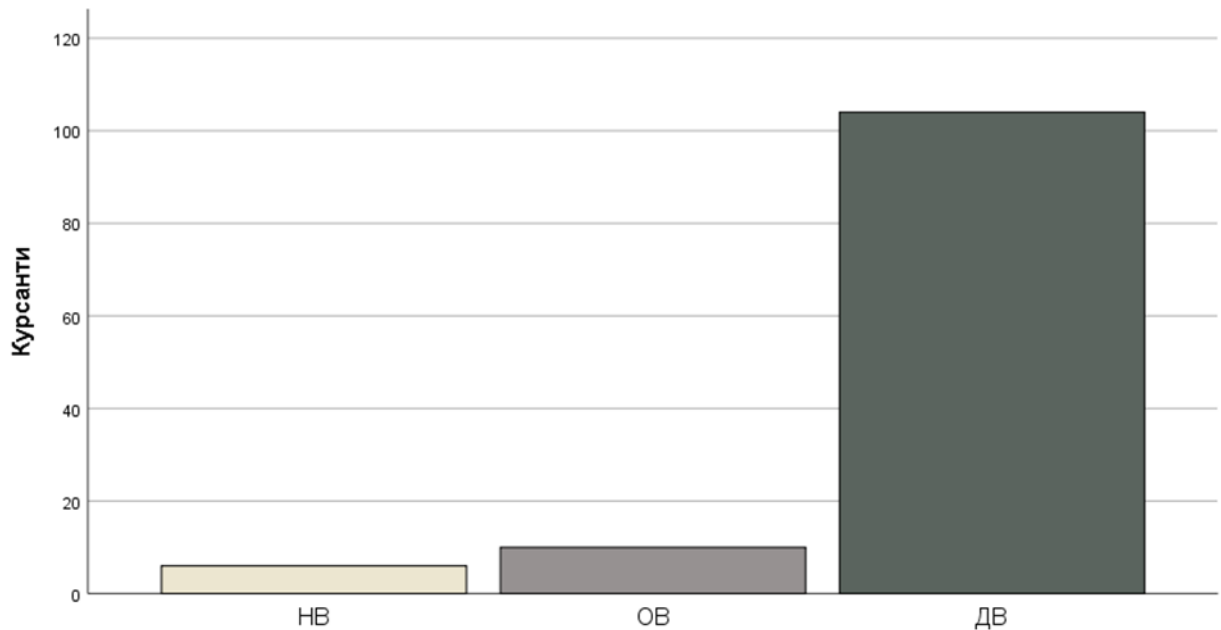


Рис. 2.3. Діаграма показників впливу дозвіллевої діяльності на становлення особистості майбутнього офіцера

Примітки. Умовні скорочення: НВ – дозвіллева діяльність не впливає становлення майбутнього офіцера, ОВ – дозвіллева діяльність опосередковано впливає становлення майбутнього офіцера, ДВ – дозвіллева діяльність впливає становлення майбутнього офіцера.

Розкриваючи проблему можливостей необхідності покращення організації дозвіллевої діяльності у Військовій академії, рівневі висловлювання курсантів були представлені наступною відсотковою картиною: високий рівень, який говорить про гостру необхідність покращення організації дозвіллевої діяльності у ВВНЗ 81%; середній рівень 13% - можливо є необхідність покращити дозвілля, низький рівень 6% - не потрібно покращувати дозвілля, все задовольняє.

Отже, візуальний аналіз складових гістограми свідчить про те, що погляди майбутніх офіцерів визначені їх полярним суб'єктивним ставленням до організації дозвіллевої діяльності в умовах Військової академії: як

позитивним, так і негативним. Завдяки отриманим висловлюванням курсантів про можливість становлення майбутнього офіцера як суб'єкта дозвіллевої діяльності, рисунок яскраво демонструє суб'єктивне бачення курсантами процесу організації та проведення дозвілля у межах ВВНЗ. За результатами обговорення відповідей нами було визначено певні характеристики визначення курсантами 2-го та 3-го курсів особливостей організації дозвіллевої діяльності в умовах ВВНЗ. Узагальнені відсоткові дані представлено рисунком 2.4.

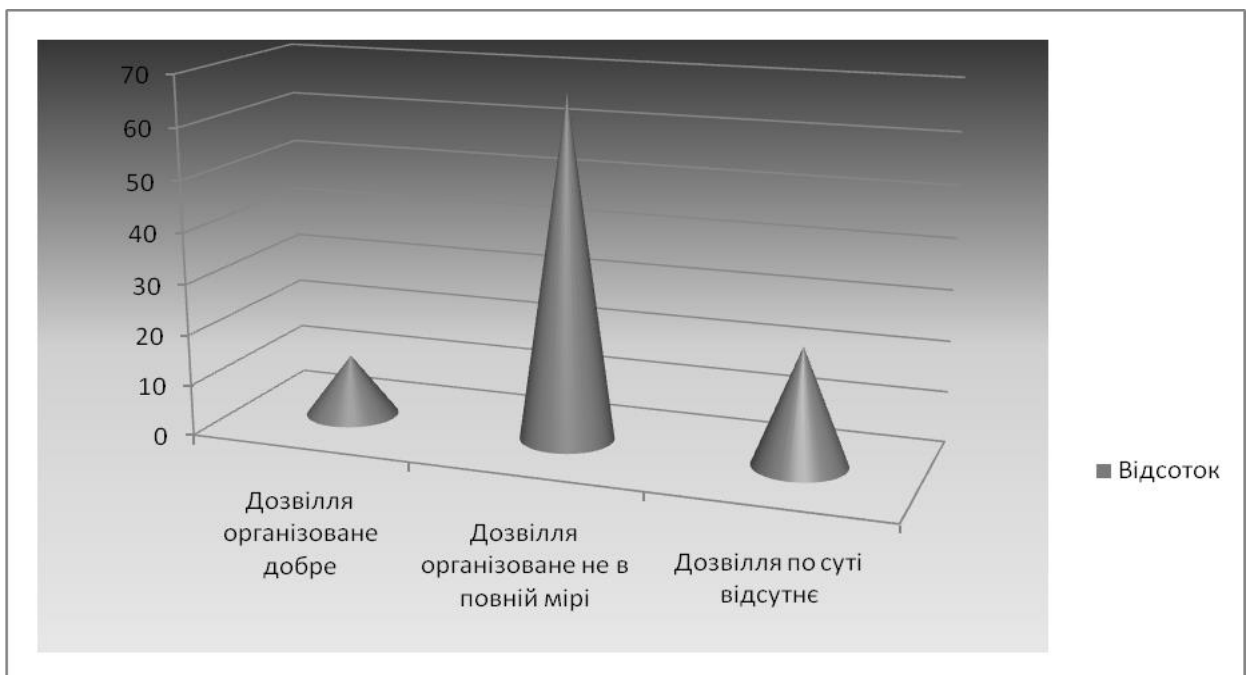


Рис. 2.4. Узагальнені дані відсоткового визначення курсантами організації дозвіллевої діяльності в умовах військового закладу вищої освіти

Дані, подані на рис. 2.4, дозволяють надати характеристику організації дозвіллевої діяльності у Військовій академії, складену за суб'єктивною точкою зору курсантів 2-го та 3-го курсів. Спираючись на висловлювання курсантів, що представлені їх творами, можна зробити висновок про те, що у кожного респондента є своя точка зору з приводу організації дозвілля в умовах Військового закладу. Як бачимо з рис. 2.4 точки зору про високий рівень організації дозвіллевої діяльності дотримується найнижчий відсоток курсантів. Посереднє ставлення до оцінювання даної діяльності висловлене

найбільшим відсотком респондентів. Але за змістовністю творів, підготовлених курсантами та їх висловлюваннями, ми можемо бачити небайдуже ставлення піддослідних до організації різних видів діяльності в умовах ВВНЗ.

У науковій психологічній літературі (див. Розділ I) міститься значний матеріал щодо впливу шляхів, які визначають дозвілєву активність курсанта. Як один з найбільш важливих факторів, що впливає на дозвілєву активність курсантів, відзначаються міжособистісні відносини в курсантських колективах, правильна організація навчальної діяльності, спрямованість особистості, професійна спрямованість, наявність навиків і вмінь у курсантів до самоорганізації вільного часу.

За результатами контент-аналізу творів курсантів констатовано, що рівень самоорганізації дозвілєвої діяльності є недостатньо високим, про що свідчить той факт, що високий рівень усіх складових творчого потенціалу в середньому виявлено менш ніж у третини опитаних. Встановлено позитивний статистично значущий зв'язок ( $r=0,683$  при  $p \leq 0,01$ ) між рівнем розвитку самоорганізації вільного часу курсантами та ставленням до навчання у вищому військовому навчальному закладі.

Сутність такого зв'язку полягає в тому, що рівень самоорганізації вільного часу здебільшого є вищим у курсантів з відповідальним ставленням до навчання, ніж з низьким рівнем виконання навчальних завдань, що обумовлено, скоріше за все, вищим рівнем самореалізації особистістю свого вільного часу. Показано, що існує від'ємний статистично значущий зв'язок між рівнем організації вільного часу, загальним показником виконання навчальних завдань та кількістю вільного часу. Сутність такого зв'язку полягає в тому, що зі зменшенням кількості вільного часу рівень показників ставлення до виконання навчальних завдань зменшується. Це можна пояснити тим, що збільшення кількості вільного часу при умові його якісної організації дає можливість створенню достатніх умов для розвитку суб'єктності



майбутнього офіцера та загального показника його самоорганізації, що проявляє себе у різних формах дозвілєвої активності.

Нами було проведено психодіагностичну групову бесіду, яка показала, що вільний час та дозвілєва діяльність має значущість по відношенню до життя (яке умовно прийнято за 100%) як життєстверджувальний простір – від 60% до 100% (незалежно від його кількості); його значення збільшується, коли вільного часу стає менше. При цьому рівень організації дозвілєвої діяльності у вільному часі у різних курсантів від 10 % до 80 %. Це час, коли «я здійснюю свій вибір», цей час є «розвитком особистості за межами необхідності», він є діагностичним і свідчить про особистість як професіонала – військового офіцера. У вільному часі визначальним є інтерес. Виходячи з цього, «мій інтерес може реалізовуватись через мої цілі, де першочергове значення має воля і моє бажання». Там де цілі домінують, реалізованість вільного часу корелює з самореалізованістю.

Як визначали курсанти під час бесіди, провідними видами діяльності в інтегральній дозвілєвій діяльності є навчання (іноземна мова, історія, тощо), фізична культура (чи спорт) та спілкування (серед референтної групи, з дівчиною, у клубі за інтересами). Тому вільний час, здебільшого, курсанти визначають як такий, що розвиває особистість, з невеличким відсотком визначення його деструктивного впливу на особистість. Але результати спостереження за курсантами свідчать про те, що поява деструкцій у їх поведінці характеризує лише осіб з низьким рівнем успішності в навчанні.

Після задоволення потреб організму, у вільний час провідним виступає хобі, яке знімає напруження, але корелює з професійною діяльністю (полювання, рибалка, орієнтування).

Таким чином, за результатами контент-аналізу твору курсантів, анкетування та бесіди стосовно необхідності надання більшої уваги організації дозвілєвої діяльності курсантів у межах навчального закладу, спостережень за дозвіллям курсантів та самостійною організацією ними

вільного часу, можна говорити про те, що на формування ставлення курсанта до дозвіллевої діяльності і прояву в ній задоволеності життям безпосередньо впливає його самооцінка, суб'єктивне ставлення до навколишнього, рівень самоактуалізації, властивості особистості, а також та система ціннісних орієнтацій, яка є зумовленням взаємовідносин у процесі життєдіяльності військового. Сукупність зазначених психологічних характеристик зумовила наше припущення, яке полягало в тому, що суб'єктність (у поєднанні таких складових, як самооцінка, ціннісні орієнтації, самоактуалізація, локус контролю, властивості особистості) курсантів - майбутніх офіцерів у дозвілєвій діяльності є важливим чинником становлення їх особистості.

В результаті пілотажного експерименту було скориговано завдання дослідження, точно визначено коло досліджуваних психологічних характеристик особистості курсантів, складено комплекс психодіагностичних методик, скоординовано організацію і час збору даних.

Отже, психодіагностичний інструментарій було складено за допомогою традиційних методик, які дозволили досконало і цілеспрямовано вирішити поставлені діагностичні завдання. Це наступні методики: Методика «Індекс життєвого задоволення» (автор А.О. Neugarten, адапт. Н.В. Паніної); методика «Дослідження самооцінки особистості» (автор С.А. Будассі) [51, с. 221]; методика «Визначення ціннісних орієнтацій» (автор М. Рокіч) [121, с. 637]; методика «Рівень суб'єктивного контролю» (автор Дж. Ротгер, адапт. Є.Ф. Бажина, Є.А. Голинкіної, О.М. Еткінда); методика «Багатофакторний опитувальник дослідження особистості (16 PF)» (Р. Кеттелл); методика «Діагностика самоактуалізації особистості (САМОАЛ)» (автор О.В. Лазукін, адапт. Н.Ф. Каліної) [154, с. 426].

Останній, аналітико-інтерпретаційний етап дослідження, передбачав аналіз отриманих емпіричних даних та їх психологічну інтерпретацію з подальшим формулюванням висновків. Для виявлення зв'язків між показниками досліджуваних психічних явищ використовувався кореляційний

(SPSS, 26.0) і факторний аналіз. Останній дозволяв згрупувати всі показники та досить повно і ємно описати комплекси психологічних особливостей особистості майбутнього офіцера як суб'єкта дозвілєвої діяльності.

Психологічна інтерпретація здійснювалася з опорою на одержані факти і дані наукової літератури з зазначеної проблеми.

### **2.3. Методичний інструментарій для діагностування психологічних особливостей становлення майбутнього офіцера як суб'єкта дозвілєвої діяльності**

Вибір психодіагностичних методик обумовлений метою емпіричного дослідження нашої дисертаційної роботи: вивчення психологічних особливостей становлення особистості майбутнього офіцера як суб'єкта дозвілєвої діяльності.

Отже, як вже було сказано вище (у параграфі 2.2) психодіагностичний інструментарій склали методики, які дають можливість досконало вивчити психологічні особливості курсантів - майбутніх офіцерів, що виявляються як суб'єктні можливості дозвілєвої діяльності.

Психодіагностичний комплекс методик склали традиційні психодіагностичні методики, які відповідають завданням дослідження. Так, за допомогою методики «Індекс життєвого задоволення» А.О. Neugarten, адаптованою Н.В. Паніною вивчаються параметри зацікавленістю життям, послідовності та узгодженості життєвих цілей, уміння адекватно оцінювати себе та свої вчинки. Опитувальник, що складається з 20 запитань, результати відповідей яких зведені до 5 шкал, характеризує різноманітні аспекти загального психологічного стану людини, її задоволеність життям, рівень психологічного комфорту та соціально-психологічної адаптованості.

Важливим фактором становлення особистості курсантів, які навчаються у Військовій академії, є розвиток їх самосвідомості. Він відбувається досить інтенсивно, хоча і не так бурхливо, як на попередньому етапі вікового розвитку. Рівень домагань юнаків стабілізується, самооцінка стає незалежною

від зовнішніх оцінок. З початком навчання у військовому закладі критерії самооцінки змінюються, що зумовлює зміну уявлень молодих людей про себе, своє місце у соціумі та у практично-професійній діяльності. Потреба у професійному становленні, самоствердженні, суспільному визнанні сприяє подальшому розвитку професійної самосвідомості [128], що є зумовлюючим становлення особистості, чинником.

Зазначене дозволило нам визначитися з методиками, які спрямовані на вивчення самооцінки та цінностей особистості.

Методика *«Дослідження самооцінки особистості»* С.А. Будасі [51, с. 221] дозволяє проводити кількісно-якісне дослідження самооцінки особистості. За допомогою наданих у методиці 48 властивостей особистості визначається зв'язок між ранговими оцінками якостей особистості, що входять в уявлення «Я-ідеального» та «Я-реального». Відомо, що уявлення людини про себе, загалом, здаються їй переконливими, незалежно від того, засновані вони на об'єктивних знаннях чи суб'єктивній думці, є вони істинними чи помилковими. Зрозуміло, що якості, які приписує собі людина, не завжди є адекватними. Але незалежно від того, покладено в основу самооцінки особистості судження людини про себе чи інтерпретація суджень інших людей, індивідуальні ідеали чи культурно-задані стандарти, самооцінка завжди носить суб'єктивний характер, а її показниками є адекватність та рівень. Адекватність самооцінювання, що прирівнюється до самоповаги, прийняття себе, відчуття особистої повноцінності, виявляє рівень відповідності уявлень людини про себе об'єктивним засадам цих уявлень. Рівень самооцінки є сукупністю реальних та ідеальних (бажаних) уявлень про себе. Від визначеного особистістю рівня самооцінки залежить інтерпретація отриманого досвіду, очікування людини стосовно себе та інших людей, вибудовування подальшого шляху становлення своєї особистості. Безперечно, досить важливим аспектом зазначеного є цінності, що належать саме цій особистості.

У нашому дослідженні застосовувалась методика *М. Рокіча «Визначення ціннісних орієнтацій»* [121, с. 641]. Домінуюча спрямованість ієрархізації ціннісних орієнтацій людини фіксується як життєва позиція, яку займає особистість і яка визначається за критеріями включеності у сферу праці, сімейно-побутову та дозвілльєву активність. Якісні характеристики ранжування термінальних та інструментальних цінностей визначають життєві ідеали, ієрархію життєвих цілей, цінностей-засобів, уявлень про норми поведінки, які людина розглядає в якості еталона і використовує безпосередньо у своєму професійному становленні та в дозвілльєвій діяльності.

Життя курсанта військового закладу є досить складним та насиченим. Майбутній офіцер повинен вміти швидко орієнтуватись у швидкоплинному потоці інформації та ефективно реалізувати отримані знання. Офіцер повинен уміти самостійно ухвалювати рішення, нести за них відповідальність, бути активним, цілеспрямованим, уміти спокійно долати внутрішні та зовнішні бар'єри, що заважають досягненню мети. Важливу роль у вирішенні таких проблем відіграє дослідження такого фундаментального утворення особистості, як локус контролю. Саме юнацький вік (вік наших респондентів) є особливо сенситивним для розвитку зазначеного психологічного утворення.

Наступною методикою, яку ми використали у своєму дослідженні стала методика *«Рівень суб'єктивного контролю» Дж. Роттера (адапт Є.Ф. Бажин, Є.А. Голинкіна, Л.М. Еткінд)* [121, с. 288].

Дана методика спрямована на вивчення локусу контролю особистості у будь-якій ситуації. Опитувальник складається з 44 питань, 7 шкал: шкала загальної інтернальності, шкала інтернальності у галузі досягнень, шкала інтернальності у галузі невдач, шкала інтернальності у сімейних стосунках, шкала інтернальності у виробничих стосунках, шкала інтернальності у міжособових стосунках, шкала інтернальності відносно здоров'я та хвороби.

Звичайно, більшості людей властива більш-менш широка варіабельність поведінки в залежності від конкретних соціальних ситуацій, тому особливості суб'єктивного контролю (локусу контролю) також можуть змінюватися у людини в залежності від того, уявляється йому ситуація складною чи простою, приємною чи неприємною, отримує особа задоволення від участі в даній ситуації чи сприйнятті її тощо.

Зміст вільного часу обумовлено виразністю тенденції самоактуалізації особистості. Особистостям з високими показниками самоактуалізації властивий збіг мотиваційно-потребових профілів в ситуаціях зайнятості і вільного часу. Така особистість у вільний час орієнтована, насамперед, на задоволення мотивів в саморозвитку і афіліації. При низьких показниках самоактуалізації основними регуляторами вибору змісту вільного часу є рекреаційні та гедоністичні мотиви.

На етапі навчання у військовому закладі вищої освіти молодь (і юнаки, і дівчата) приймає відповідальність за організацію свого вільного часу. За даними науковців вільний час розглядається, як:

1) вираження і засіб відповідного способу життя та його соціального устрою і, відповідно, як простір для ідеологічної роботи [56]. Завдяки такому спрямуванню були створені Центри дослідження вільного часу (70- роки);

2) як фактор підвищення якості праці чи навчання;

3) як фактор асоціальних проявів, адже психологічна і фізична втома від роботи і невирішеність побутових і особистісних проблем ініціюють прагнення до пасивного відпочинку, розвитку стихійних форм поведінки, що свідчать про декультурацію особистості [110];

4) як фактор соціальних процесів у суспільстві [28, с. 90];

5) як простір функціонування психіки людини, закономірностей та особливостей усвідомлення і освоєння вільного часу людиною, ролі вільного часу у вихованні та освіті, особливостей особистісної регуляції вільного часу [182].

З метою вивчення особливостей самоактуалізації курсанта у формування певного ставлення до дозвілєвої діяльності, розуміння суб'єктних можливостей особистості, нами було використано методику *«Діагностика самоактуалізації особистості (САМОАЛ)»* (автор О.В. Лазукін, адапт. Н.Ф. Каліної) [154, с. 433].

За допомогою даної методики, з точки зору авторів, можна діагностувати прагнення особистості до самоактуалізації. Опитувальник складається зі 100 тверджень. Отримані відповіді аналізуються та можуть бути інтерпретовані за допомогою наступних шкал: орієнтація в часі, цінності, погляд на природу людини, потреба в пізнанні, креативність (прагнення до творчості), автономність, спонтанність, саморозуміння, аутосимпатія, контактність, гнучкість у спілкуванні.

Самоактуалізація є властивістю особистості, яка виявляється в її прагненні до якнайповнішої реалізації та самовдосконалення, саморозвитку, самоздійснення, бажанні бути тим, ким вона хоче і може бути [117, с. 349].

Наступною методикою нашого емпіричного дослідження став *«Багатофакторний опитувальник дослідження особистості (16 PF)»* (Р. Кеттелл) [121, с. 239].

Опитувальник спрямовано на вимір шістнадцяти факторів особистості, що дає багатогранну інформацію про ті якості особистості, що мають назву конституційних. Опитувальник складається з 187 тверджень, на які пропонується надати відповідь респондентам (дорослим людям з освітою, не нижче 8-9 класів). Учаснику експеримента пропонують занести до реєстраційного бланку один з варіантів відповіді на твердження : «так», «ні», «не знаю» (або «а», «b» «с»). В результаті аналізу отриманих відповідей за проведеним аналізом надається інтерпретація, стосовно особливостей характеру респондента, його схильностей та інтересів.

#### **2.4. Співвідношення показників психологічних характеристик, що вивчаються у даному дослідженні**

Результати спостереження за активним життям курсантів під час їх підготовки у Військовій академії надали можливість висловити припущення, що суб'єктність майбутніх офіцерів у дозвіллевій діяльності в період їх фахової підготовки у вищому військово-навчальному закладі сприяє становленню їх особистості як професійних захисників країни. На нашу думку, аспект дозвіллевої діяльності є однією з головних складових життєвої активності особистості курсанта (див.Розділ I). Важливим є правильне, зрозуміле з усіма плюсами та мінусами далекоглядне сприйняття професії військовослужбовця, його тернистого шляху жертвності, відданості народові, військовій справі, моральних традиціям українського війська та надбанням статусу офіцера – патріота, який ставить безпеку та добробут Українського народу вище власних інтересів і робить усе можливе для захисту Батьківщини. Враховуючи факт бажання кожного курсанту в майбутньому стати офіцером, що спирається на усвідомлений та добровільний вибір кожного юнака, ми припустили, що адекватно організована, з урахуванням суб'єктивних можливостей особистості, дозвіллева діяльність може бути співвіднесена з життєвим задоволенням та напряду впливати на становлення майбутнього офіцера. Адже офіцерами не народжуються – ними стають один раз і на все життя.

Під час спостережень за виконанням курсантами навчальних завдань ми встановили, що курсанти виявляють самостійність на основі реалістичних прогностичних оцінок. При виконанні службових та бойових завдань майбутні офіцери виявляють уміння пов'язувати успішність діяльності не лише з оцінками своїх командирів (начальників), а й з власним відчуттям відповідальності. Ставлення курсантів до оцінювання виконаних завдань різного рівня складності засвідчило прояви суб'єктивного задоволення молодими людьми. З нашої точки зору, таке задоволення може бути зумовлене



послідовністю в досягненні цілей, узгодженістю між поставленими і досягнутими цілями, позитивною оцінкою себе і власних вчинків тощо. Враховуючи даний факт, ми звернули увагу на те, що задоволення, яке курсант отримує в житті під час навчання у ВВНЗ, залежить від самоорганізації його дозвіллевої діяльності. При цьому відбувається опосередкований вплив (контроль) безпосередніх командирів та начальників, які щоденно знаходяться поряд з майбутніми офіцерами і є для них наставниками і військовими батьками. Неодноразово було доведено науковцями, що успішність людини в різних видах діяльності залежить від її задоволеності життям! Так, зазвичай люди більшість часу проводять на роботі, бо є необхідність забезпечити себе матеріально, щоб задовольнити свої життєві потреби, при цьому задоволення від роботи отримується далеко не завжди. Як результат, людина шукатиме у вільний від роботи час ті види діяльності, те джерело, яке наповнить її необхідним життєвим задоволенням та дасть необхідний моральний, психологічний заряд на подальшу важку працю! А в нашому випадку, курсант-військовослужбовець не просто навчається як рядовий студент або працює як цивільна особа, він служить на користь безпеки та добробуту Українського народу і робить усе можливе для захисту Батьківщини, ставлячи це вище власних інтересів!

З власного досвіду (5 років командир солдатського підрозділу та ще 4 роки начальник навчального курсу курсантів та слухачів факультету підготовки спеціалістів матеріально-технічного забезпечення Військової академії (м. Одеса) можу запевнити, що курсанти військовослужбовці мають обмежену кількість джерел для задоволення життям, в порівнянні з цивільними студентами. У зв'язку зі специфікою військової підготовки (курсанти вчаться управляти великими озброєними підрозділами, призначення яких полягає у враженні та знищенні живої сили, стрілецької зброї та броньованої техніки противника, тим самим ризикуючи особистим життям та долями своїх підлеглих), вкрай обмежений доступ спілкування з

рідними та близькими.

Постійний контроль щодо обмеженого перебування на території військового містечка, харчування, вживання спиртних напоїв, постійних фізичних навантажень, жорсткого регламенту розпорядку дня з раннім підйомом, навчальними та бойовими тривогами, а також бойових чергувань виснажують людину, як морально так і фізично. Для загартованості психологічної стресостійкості моделюються та проводяться постійні тренінги, які є наближеними до бойової ситуації. Слід зауважити, що завжди поряд з курсантами їх безпосередні командири, які згідно чинного законодавства зобов'язані впливати на якість навчання, виховання, морально-психологічний стан курсантів. Саме в такій нестандартній ситуації з великим браком джерел наповнення курсанта задоволенням від життя, можливість організації якісного власно обраного проведення дозвілля надасть вкрай необхідні фарби отримання задоволення від життя, які напряму впливатимуть на становлення психологічно-стійкого, впевненого в собі та побратимах майбутнього офіцера - професіонала, яких так потребує наша країна у зв'язку зі складною ситуацією, що склалася в Донецькій та Луганській областях та в Криму.

Отже, саме життєве задоволення, викликаючи позитивний суб'єктивний відгук особистості до впливів оточуючого середовища, спонукає молодих людей до подальшої життєвої активності, яка виявляється не лише при виконанні навчальних завдань, але й у організації свого дозвілля. Задоволеність життям є не лише бажаним результатом, але й важливим фактором сприяння оптимальному функціонуванню. На наш погляд, взаємовідношення показників індексу життєвого задоволення з показниками таких психологічних особливостей особистості, як локус контролю, самоактуалізація, самооцінка, ціннісні орієнтації, властивості особистості можуть чинити позитивний вплив на поведінкові прояви суб'єктності майбутнього офіцера. Викладення та обговорення результатів співвідношення

значущих взаємозв'язків зазначених показників стало основним завданням даного розділу.

#### **2.4.1. Особливості дослідження самооцінки та ціннісних орієнтацій курсантів - майбутніх офіцерів як суб'єктів дозвілєвої діяльності**

Бесіди з курсантами та спостереження за їх дозвіллям надали можливості визначити, що оцінювання молодими людьми проведення вільного часу складається з порівняння ідеального проведення вільного часу і того, як курсант реально проводить вільний час.

До вивчення оцінки особистістю свого вільного часу нас спонукала ідея С.А. Будассі, що представлена тестом на визначення самооцінки особистості, завдяки чому стало можливим визначити кількісні уявлення про особливості самооцінювання вільного часу курсантами. Автор методики *«Дослідження самооцінки особистості»* пропонував 48 якостей особистості, серед яких необхідно обрати 20, що характеризують ідеальне уявлення про якості своєї особистості. До речі, було визначено і факт належності негативних якостей у даному уявленні. Порівняння ідеального і еталонного ряду, вивчення співвідношення показників дозволяють встановити рівень самооцінки. Протокол дослідження містить ранжування, в якому використовується номер рангу еталону, порядковий номер суб'єкту та квадрат різниці рангів і сума квадратів різниці  $\Sigma d^2$ .

Характеристика оцінювання суб'єктами свого вільного часу надавалась на основі описаної нижче методики з використанням способу ранжування. Особлива увага була звернена на самостійність ранжування.

Курсантам на початку діагностування пропонувався, надрукований на спеціальному бланку, список слів та фраз, що характеризують деякі способи проведення вільного часу особистості. Процедура дослідження включала дві серії.

Завдання першої серії полягало у визначенні уявлень людини про якості свого ідеального (за суб'єктивною точкою зору) проведення вільного часу.

Для цього досліджуваний повинен виконати ранжування (від 20 до 1) наданих йому, надрукованих на папері, слів з позиції притаманності їх до ідеального варіанту: особистісна корисність, соціальна значущість, бажаність тощо.

Завданням другої серії було вивчення уявлення людини про свій власний вільний час. Як і в першій серії, досліджуваного просять проранжувати надруковані на бланку слова (від 20 до 1), але вже з позиції характерності або присутності зазначених особливостей у проведенні власного вільного часу (бланк подано у Додатку Д). Обов'язковим було надання інструкції досліджуваним перед виконанням завдань.

В нашому дослідженні в значенні коефіцієнта кореляції  $r$  від +0,38 до +1 бачимо свідчення наявності значущого позитивного зв'язку між ідеальним варіантом проведення вільного часу і реальним. Це можна трактувати, як прояв адекватної оцінки проведення вільного часу або із  $r$  від +0,39 до +0,89, тенденції до завищення. Але, значення від +0,9 до +1 часто виражають неадекватно завищену оцінку проведення людиною власного вільного часу.

Значення коефіцієнта кореляції в інтервалі від -0,38 до -1 свідчить про наявність значущого негативного зв'язку між баченням проведення вільного часу як ідеального, так і реального стану справ. Він відображає несумісність або розходження уявлень людини про те, як їй потрібно проводити власний вільний час, і те, як вона його проводить насправді. Чим ближчий коефіцієнт до -1, тим більший ступінь невідповідності. Тобто час реальний: чим він зазвичай заповнюється?

Обробка результатів передбачала визначення зв'язку між ранговими оцінками особистості змісту вільного часу, що входять в уявлення його ідеального проведення і того, яким є вільний час реально. Міра зв'язку встановлюється за допомогою коефіцієнта рангової кореляції Ч. Спірмена. Оцінки від 1 до 20 запропонованих курсантам фраз (чи відредагованих респондентом), що відтворюють зміст вільного часу в обох рядах, приймають за їх ранги.

Різниця рангів, які визначають роль тієї чи іншої фрази, що відтворює зміст вільного часу, дає можливість порахувати коефіцієнт за формулою:

$$r=1-6x\frac{\sum d^2}{n(n^2-1)},$$

де  $n$  – кількість раз, що відображає зміст вільного часу особистості ( $n = 20$ ),  
 $d$ - різниця номерів рангів.

Щоб порахувати коефіцієнт, необхідно спочатку підрахувати на бланку, в спеціально відведеній колонці, різницю рангів ( $d$ ) для кожної запропонованої фрази. Потім кожне отримане значення різниці рангів ( $d$ ) зводять до квадрату та записують результат на бланку в колонці ( $d$ ), сумують і суму ( $\sum d^2$ ) вносять у формулу. Якщо кількість фраз дорівнює 20, то формула має спрощений вигляд:

$$r = 1 - 0,00075 \times \sum d^2,$$

де  $r$  - коефіцієнт рангової кореляції, який є показником оцінки проведеного особистістю вільного часу.

Коефіцієнт рангової кореляції ( $r$ ) може перебувати в інтервалі від -1 до +1. Якщо отриманий коефіцієнт не менший від -0,37 і не більший за +0,37 (із  $p = 0,05$ ), то це вказує на слабкий незначущий зв'язок (або його відсутність) між уявленнями людини про якість свого ідеального проведення вільного часу та своєї реальної практики організації вільного часу.

Такий показник може бути зумовлений недотриманням досліджуваним інструкції. Але якщо інструкція виконувалась, то слабкий зв'язок означає нечітке та недиференційоване уявлення людиною про свій ідеальний вільний час і час реальної його організації.

Крім того, нами було запропоновано курсантам і інший варіант дослідження оцінки змістів власного вільного часу, що засновано на способі вибору.

Матеріалом до виконання роботи курсантами є список якостей, що характеризують змістовність вільного часу особистості. Цей варіант дослідження також складається з двох серій.

Завдання першої серії – охарактеризувати зміст вільного часу за допомогою вибраних фраз, записавши їх у два ряди. В один ряд потрібно записати фрази, що стосуються змісту вільного часу суб'єктивного ідеалу, тобто становлять «позитивну» множину, а в інший ряд — ті якості, що небажані, тобто становлять «негативну» множину. Потім зробити позначку біля тієї якості, яка властива саме даній особистості.

За отриманими результатами змістовність вільного часу респондентами була охарактеризована наступними висловлюваннями : « весь час в пошуках, як вбити час»; «відпочинок як зміна одного виду діяльності на інший»; «гаражний відпочинок»; «бажано пейнтбол»; «найцікавішим є футбольне вболівання в кафе»; «хочеться до пивбару»; «що може бути кращим за компанія з алкоголем»; «мій вільний час - це хатня робота»; «досить важливим для мене є відвідування бібліотеки»; «я б залюбки відвідував театр або музей»; «з задоволенням почитав би книжку»; «найкраще для мене — це футбол на футбольному полі».

Мета обробки результатів полягала у отриманні коефіцієнтів оцінки проведення вільного часу для «позитивної» (CO+) та «негативної» (CO-) множини. Для підрахунку кожного коефіцієнта кількість фраз, що відтворюють зміст у стовпчику, що були визначені досліджуванним як притаманні його вільному часу (M), ділиться на всю кількість фраз у цьому стовпчику (H). Формули для підрахунку коефіцієнтів виглядають так:

$$CO+ = \frac{M+}{H+},$$

$$CO- = \frac{M-}{H-}.$$

де  $M^+$  і  $M^-$  - кількість фраз у «позитивній» та «негативній» множинах, відповідно позначених досліджуваним, які виявляються ним у його вільний час;  $N^+$  і  $N^-$  - кількість фраз, відповідних еталону вільного часу, тобто кількість слів правого та лівого стовпчиків відповідно. Рівень і адекватність оцінки проведення вільного часу визначають на основі отриманих коефіцієнтів за допомогою табл. 2.1:

Отже, за результатами, поданими у табл.2.1, можна говорити про те, що можливості курсантів у організації свого вільного часу є абсолютно різними. Вони визначені як позитивним, так і негативним ставленням курсантів до свого дозвілля. Зазначені розрахункові результати дозволяють говорити про можливості та здатності суб'єкта організувати свою дозвілєву діяльність. При цьому, така організація несе в собі як позитивну, так і негативну модальність. Після повторного (через два тижні) діагностування за даною методикою ми отримали результати, які не значуще відрізнялись від попередніх.

Таблиця 2.1

**Коефіцієнти суб'єктивного оцінювання курсантами  
свого вільного часу**

CO+	CO-	Рівень оцінки свого вільного часу
1-0,76	0-0,25	Неадекватна оцінка, високий рівень можливостей свого вільного часу
0,75-0,51	0,26-0,49	Адекватна оцінка з тенденцією до завищення можливостей свого вільного часу
0,5	0,5	Адекватна оцінка можливостей свого вільного часу
0,49-0,26	0,51-0,75	Адекватна оцінка з тенденцією до заниження
0,25-0	0,76-1	Неадекватна, занижена оцінка можливостей свого вільного часу

Примітки. Умовні скорочення: СО+ - «позитивна» множина оцінювання курсантами свого вільного часу; СО - «негативна» множина оцінювання курсантами свого вільного часу

За аналізом попередніх та повторних результатів можна сказати, що при визначенні рівня оцінювання можливостей свого вільного часу з певним рівнем адекватності, важливо враховувати не лише значення отриманого коефіцієнта, але й кількість якостей, що становлять ту чи іншу множину (Н+і Н-). Чим менше якостей, тим більш примітивним є відповідний еталон. Крім того, рівень самооцінки за «позитивною» та «негативною» множиною у деяких досліджуваних може не збігатися. Це може бути зумовлено захисними механізмами особистості та потребує спеціального аналізу.

У запропонованих варіантах дослідження оцінки вільного часу, її рівень і адекватність визначалась нами як співвідношення між ідеальним (еталонним) проведенням вільного часу та реальним його використанням. Уявлення людини про свій вільний час, як правило, здаються їй переконливими незалежно від того, чи засновані вони на об'єктивному знанні, чи на суб'єктивній думці. Ті можливості, які людина бачить при використанні свого вільного часу, не завжди можна визначити як адекватні.

Отримані дані показали, що організація вільного часу значною мірою залежить від того, як її оцінює сам суб'єкт. Для високого рівня самоорганізації вільного часу характерна адекватна оцінка з тенденцією до завищення можливостей свого вільного часу.

Тенденція до недооцінки вільного часу характерна для зниження рівня його суб'єктивної організації. Незалежно від того, чи оцінка свого вільного часу обґрунтована власними судженнями людини про її можливості, чи базується на основі суджень інших людей, індивідуально проведений вільний час є культурно обумовленим і завжди має суб'єктивний характер, причому його показники можуть характеризувати адекватність використання вільного часу.



Так, наприклад, неадекватність в оцінюванні використання свого вільного часу може бути спричинена, з одного боку, орієнтацією людини на зовнішні стандарти, оцінками та спотвореним уявленням про вільний час або незнання широти змістів вільного часу, з іншого боку.

Неадекватність та заниженість самооцінки може пояснюватись при умовно однакових фінансових можливостях і термінах дії вільного часу, обмеженим досвідом, ступенем відповідності уявлень про можливості вільного часу з об'єктивними підставами цих уявлень.

Завищений рівень сприймання свого вільного часу відтворює завищений рівень домагань і неусвідомлення плинності часу у достатній мірі, що не дозволяє бажані наміри співвіднести з об'ємом вільного часу.

На наш погляд, адекватність оцінки можливостей свого вільного часу пов'язана з високим рівнем орієнтації у просторі і часі, особистісної саморегуляції та самосвідомості, адекватним рівнем домагань, орієнтацією на самореалізацією. Процес оцінювання може відбуватися через порівняння своїх намірів та можливостей із об'єктивними результатами своєї діяльності та діяльності колег. Спосіб порівняння себе, своєї діяльності з іншими людьми не завжди є адекватним, оскільки, часто важливішим виявляється власний лідерський результат [109] і порівняння себе з вищою власною «планкою».

Оцінка і реальне використання вільного часу збігаються при розвинутих організаторських (самоорганізаторських) схильностях майбутнього офіцера. Ця риса відповідає професійним запитам, а формується і випробується у тому числі, опосередковано, засобами вільного часу.

Неадекватна оцінка вільного часу, суб'єктивне завищення або заниження його можливостей пов'язане з якостями комунікативної сфери особистості, неправильним вибором партнерів для проведення дозвілля тощо.

Суб'єктивне благополуччя часто вважається багатогранною конструкцією, яка включає як когнітивні, так і емоційні фактори. При цьому,

задоволення життям розглядається як пізнавальна складова суб'єктивного благополуччя і передбачає глобальну оцінку якості життя. Оскільки це найстабільніший компонент суб'єктивного благополуччя, задоволеність життям часто розглядають як показник сприйняття людиною якості життя.

Задоволення життям пов'язано з багатьма результатами. Наприклад, існуючі дослідження послідовно показують, що люди з високим рівнем задоволеності життям, як правило, мають більше позитивних соціальних відносин, отримують більшу соціальну підтримку та відчувають більшу задоволеність подружжям порівняно з людьми з нижчим задоволенням від життя. Крім того, люди з високим рівнем задоволеності життям мають перевагу з точки зору успішності на роботі).

Крім того, студенти коледжів із високим рівнем задоволеності життям, як правило, більше задоволені своїм академічними успіхами. Задоволеність життям також пов'язано з більш позитивними академічними сподіваннями, підвищенням академічної самоефективності, більшим сприйняттям прогресивних ідей для досягнення цілей та меншим академічним стресом. Виходячи з цих результатів досліджень, задоволеність життям є не лише бажаним результатом, але й важливим фактором сприяння оптимальному функціонуванню.

Однак ці дані не обов'язково вказують на те, що дуже високе задоволення від життя завжди є позитивним.

У нашому дослідженні важливим було встановити, чи впливає якість дозвілля, його суб'єктність на задоволеність життям і на бажання досягати життєвих успіхів.

І насамперед, оцінка вільного часу залежить від системи цінностей майбутнього офіцера, ставлення до вільного часу як до самого цінного, а не на те, коли орієнтація людини спрямована на те, щоб «вбити час». Система цінностей суб'єкта проявляє себе у вільний час і в ньому реалізується.

За допомогою методики *М. Рокіча «Визначення ціннісних орієнтацій»* ми вивчали уявлення курсантів про свій вільний час та змістовність його заповнення завдяки належним ціннісним орієнтаціям. Визначення найбільш важливих для особистості цінностей дозволили зрозуміти майбутньому офіцерові залежність від ставлення до себе, самоповаги, суб'єктивного прийняття себе, відчуття власної гідності.

Прояв певних залежностей, неконструктиву і деструктиву по відношенню до власної особистості, що іноді виявляється у дозвіллі, може бути пов'язано з негативним ставленням до себе, неприйняттям себе, відчуттям власної неуспішності в певних сферах особистого життя.

У процесі сприяння формуванню адекватного ставлення до вільного часу і його використання важливу роль відіграє порівняння образу ідеального вільного часу, реального і можливого, що виходить за межі власного ідеалу і звичного досвіду. Курсанти, які за роки підготовки у вищому військовому навчальному закладі реально досягають характеристик організації власного вільного часу, що відповідають своєму ідеалу та мріям, матимуть високу самооцінку і відповідно будуть мати впевненість у собі, навіть якщо ідеальний образ вільного часу не характеризується повнотою та змістовністю. Якщо ж людина відчуває себе незручно у зв'язку з тим, що не може організувати своє дозвілля відповідно сукупності своїх ціннісних орієнтацій, розрив між характеристиками бажаної та реальної організації вільного часу буде великим і оцінка можливостей вільного часу, відповідно, буде низькою чи неадекватною. Зрозуміло, що адекватна оцінка самоорганізації проведення вільного часу сприяє досягненню внутрішньої гармонії.

Інший чинник, який є важливим для формування оцінки якості проведення свого вільного часу, пов'язаний із орієнтацією на оцінки та реакції товаришів.

Від задоволеності дозвіллям залежить інтерпретація набутого досвіду.

Оцінка людиною свого дозвілля і ставлення людини до свого вільного часу, як цінності, тісно пов'язані з певними очікуваннями людини чогось кращого від себе та оточуючих людей.

Спотворені уявлення про свій вільний час і його можливості можуть спричинити почуття невпевненості у собі, незадоволеності, безпорадності і навіть знеціненості життя.

Дозвілля розглядають як сукупність видів діяльності, які люди здійснюють у вільний час для задоволення певних фізичних, інтелектуальних, соціальних і культурних потреб. Але крім визначених в літературі груп (відпочинок, розваги, свята, самоосвіта, творчість) на вищому рівні організації вільного часу нами виділена ще й такий вид організації життєдіяльності особистості майбутнього офіцера як служіння, що розглядається як добровільна та безоплатна діяльність людини чи команди на благо інших, мотивована бажанням задовольняти вищі гуманітарні потреби того, хто здійснює допомогу.

Кероване з боку наставників (командирів) самоконструювання власних особистісних цінностей майбутніми офіцерами відбувається як свідомо, розумова дія. Вона може виявлятися як у вигляді допомоги при організованому відвідуванні дитячого будинку, так і у незапланованій допомозі при стихійному лихові у позанавчальний час. Завдяки призначенню рангового місця найважливішим ціннісних орієнтацій у організації свого вільного часу, були виділені базові принципи, якими керуються майбутні офіцери у своєму житті.

Вивчення цінностей курсантів дозволили виділити в якості визначальних факторів самоорганізації вільного часу зацікавленість. До четвертого курсу навчання у Військовій академії провідне значення набуває фактор зв'язку навчального завдання з моральним змістом і вимогами професійної діяльності. Значно меншою стає залежність старшокурсників від рекомендацій викладачів і командирів, що свідчить про зростаючий рівень їх

саморегулювання. Курсанти, для яких є характерним високий рівень самореалізації, організують свій час відповідно власним завданням самовдосконалення. Для них основою власної регуляційної системи є конструктивізм. Курсанти володіють високим ступенем самостійності і у вільний час задовольняють свої потреби, у тому числі вищі – у пізнанні, моральності, естетиці тощо. Самостійність розпочинається від ознайомлення з метою, як орієнтиром розвитку у себе певних особистісних якостей, можливостей дозвіллевої діяльності на початкових курсах навчання (1 та 2 курс), продовжується у проявах поведінки, що виявляє якості у зовнішньому плані, особливо при ініціативному і творчому дозвіллі, зазвичай на старших курсах навчання (3-4 курси). Відповідно до цих етапів має бути побудована психолого-педагогічна технологія сприяння особистісному розвитку майбутнього офіцера засобами дозвіллевої діяльності.

Звичайно, сфера дозвілля є унікальною, специфічною. Вона відрізняється від усіх інших, насамперед тим, що виступає як набір ціннісних орієнтацій, систем та норм поведінки, самореалізації особистісного потенціалу молодої людини без певного обмеження, а у межах вільного вибору [19].

Вивчаючи психологічні особливості, що виявляються у курсантів у дозвіллевій діяльності, ми припустили, що у кожного курсанта є своє суб'єктивне ставлення до організації дозвіллевої діяльності. При цьому він керується життєвими принципами, які притаманні лише йому. За результатами анкетування, бесід, контент аналізу твору «Моє дозвілля», результатів самооцінки ми визначили, що усі респонденти по-різному ставлячись до організації дозвіллевої діяльності, можуть бути організовані за різною рівневою системою. Завдяки детальному аналізу та інтерпретації отриманих відповідей у проведеному пілотажному діагностуванні ми визначили, що серед усієї сукупності курсантів (n=244) виокремлюються представники високого рівня самоорганізації дозвіллевої діяльності (n= 36),

середнього ( $n=92$ ) і низького рівнів ( $n=116$ ). Представників високого рівня можна охарактеризувати як організованих молодих людей, які виявляють досить високі успіхи як у навчальній, так і дозвіллевій діяльності, самостійно її організовуючи, структуруючи та спрямовуючи. Представники середнього рівня намагаються виявити певну самостійність у організації свого вільного часу, але очікують допомоги з боку товаришів або командирів. А курсанти, віднесені до низького рівня, постійно очікують, що за них хтось організує їх дозвіллевю діяльність, підкаже, що можна робити, чим займатись, як себе організувати тощо.

Отже, результати вивчення співвідношення сукупності цінностей курсантів та рівнів організації свого дозвілля надали можливість виділити найбільш значущі термінальні (табл. 2.2) та інструментальні (табл. 2.3) ціннісні орієнтації, якими майбутні офіцери керуються у своїй життєдіяльності. дозволило нам визначити певні рівні суб'єктного ставлення до організації свого дозвілля.

За результатами вивчення термінальних цінностей, можна бачити, що велику значущість для представників високого рівня мають як конкретні, так і абстрактні цінності. Найважливішими серед термінальних абстрактних цінностей визначено цінність життєвої мудрості та задоволення ( $p \leq 0,01$ ). Можливо, представники даної групи, отримуючи задоволення від самоорганізації дозвіллевої діяльності з певною мудрістю ставляться до даного процесу. Рівнозначно значущими для представників високого рівня є цінності: розвитку, любові, продуктивного життя та свободи ( $p \leq 0,05$ ). Наступна група конкретних цінностей, які не мають такого першочергового значення, як попередні, включає в себе: щасливе сімейне життя, активне діяльне життя, задоволення, здоров'я ( $p \leq 0,05$ ).

Таблиця 2.2

**Кореляційні зв'язки між показниками термінальних цінностей курсанта та рівнем його самоорганізації дозвілєвої діяльності (n=120)**

Термінальні цінності	Рівні самоорганізації дозвілля		
	високий	середній	низький
Життєва мудрість	0,654**	0,362*	0,220
Розвиток	0,534*	0,415*	0,278
Любов	0,547*	0,275*	0,421
Продуктивне життя	0,512*	0,478*	0,192
Свобода	0,573*	0,023	0,258
Щасливе сімейне життя	0,414*	0,397	0,387
Активне життя	0,410*	0,397	0,387
Задоволення	0,381**	0,451*	0,348*
Впевненість в собі	0,353*	0,401*	0,080
Здоров'я	0,376*	0,359	0,245
Щастя інших	0,376*	0,359	0,245
Матеріально забезпечене життя	0,277	0,261	0,514
Пізнання	0,231*	0,119	0,506*
Суспільне визнання	0,230	0,007	0,412
Цікава робота	0,078	0,330*	0,306*
Наявність вірних друзів	0,316*	0,216	0,204
Творчість	0,078	0,215*	0,306*
Красота природи та мистецтва	0,078	0,330*	0,306*

Примітки: Тут і надалі позначення \*\* -  $p \leq 0,01$ ; \* -  $p \leq 0,05$ .

У групу абстрактних цінностей увійшли цінності, які є досить важливими для представників високого рівня самоорганізації дозвілля: щастя

інших та упевненість у собі ( $p \leq 0,05$ ). Цінність пізнання ( $p \leq 0,05$ ) визначена теж, як значуща, але з меншою вагою, ніж попередні. Можливо, це пов'язано з очікуванням отримання знань та розширення кола пізнання під час навчального процесу у межах Військової академії, коли не потрібно виявляти самостійність у отриманні нових знань. Що стосується представників середнього рівня, то серед усієї групи термінальних цінностей найбільш важливими для курсантів виявилися цінності продуктивного життя та розвитку, життєвої мудрості, впевненості у собі ( $p \leq 0,05$ ). Рівнозначними за своєю вагою на рівні  $p \leq 0,05$  виявився вибір представниками даного рівня цінностей цікавої роботи та краси природи і мистецтва. Усі останні, з наданої групи термінальних цінностей, мають набагато меншу значущість для представників середнього рівня самоорганізації дозвілля. У представників низького рівня досить важливими виявились цінності пізнання ( $p \leq 0,05$ ). Можливо, поступове отримання нових знань допоможе представникам даного рівня змінити своє ставлення до самоорганізації дозвіллевої діяльності. Досить великого значення курсанти низького рівня самоорганізації дозвілля надали і цінностям задоволення, цікавої роботи, творчості та краси природи та мистецтва. Таким чином, курсанти кожної з трьох груп надали різного значення цінностям, визначивши для себе більш значущі. Серед усієї сукупності вибраних курсантами цінностей визначаються ті, що мають для них велике значення. За результатами визначення цінностей представниками кожної з груп найбільш стабільною по своїй значущості є цінність задоволення.

Вивчивши значущість для представників високого, середнього та низького рівня самоорганізації дозвіллевої діяльності сукупності термінальних цінностей, ми можемо перейти до вивчення інструментальних цінностей.



Таблиця 2.3

**Кореляційні зв'язки між показниками інструментальних цінностей курсанта та рівнем самоорганізації дозвілєвої діяльності (n=120)**

Інструментальні цінності	Рівні самоорганізації дозвілля		
	високий	середній	низький
Ефективність в справах	0,672**	0,562*	0,210
Відповідальність	0,534*	0,485*	0,278
Старанність	0,416*	0,416	0,304
Твердість волі	0,470	0,430*	0,406
Самоконтроль	0,365*	0,261*	0,314
Життєрадісність	0,530	0,119	0,506
Незалежність	0,312*	0,317	0,092
Акуратність	0,411	0,275*	0,421**
Чесність	0,581	0,351*	0,348*
Вихованість	0,453**	0,201*	0,280
Широта поглядів	0,430	0,119	0,506*
Терпимість	0,412*	0,317	0,092
Чуйність	0,487	0,275*	0,421**
Сміливість	0,373*	0,023	0,258
Раціоналізм	0,130	0,007	0,312
Непримиренність до недоліків	0,581	0,351*	0,348*
Освіченість	0,134*	0,407*	0,187
Високі запити	0,276*	0,359	0,245

Примітки: позначення \*\* -  $p \leq 0,01$ ; \* -  $p \leq 0,05$ .

За результатами даних, поданих у таблиці 2.3, можемо упевнитись, що для представників групи з високим рівнем самоорганізації дозвілєвої

діяльності найбільш велику значущість показали цінності ефективності у справах та вихованості (на рівні  $p \leq 0,01$ ). Можливо, значущість даних цінностей визначена представниками даної групи завдяки працелюбству, високій продуктивності та результативності в роботі, що супроводжується вихованістю, умінням поводити себе відповідно нормам культури поведінки тощо. Ціннісні орієнтації групи осіб з високим рівнем самоорганізації дозволя визначаються ще і наступною групою цінностей: відповідальність, старанність, терпимість, сміливість, самоконтроль, високі запити, освіченість (на рівні  $p \leq 0,05$ ). Надання даним цінностям великої значущості визначено, можливо, високим рівнем почуття обов'язку, уміння тримати слово, дисциплінованістю, повагою до поглядів інших, умінням прощати іншим їх помилки, сміливістю, стриманістю, самодисципліною, високими вимогами до життя і високим рівнем домагань, широтою знань та високим культурним рівнем. Стосовно представників середнього рівня самоорганізації дозволя, то його представники визначили такі цінності, як: ефективність у справах, відповідальність, твердість волі, освіченість, непримиреність до недоліків, чуйність, самоконтроль, вихованість (на рівні  $p \leq 0,05$ ). З нашої точки зору, визначення даних цінностей в якості найбільш значущих зумовлено, працелюбством, продуктивністю в роботі, почуттям обов'язку, умінням не відступати від поставленої мети, незважаючи на труднощі, високим культурним рівнем, самодисципліною, організованістю тощо. Що стосується визначення цінностей представниками останнього, низького рівня самоорганізації дозволя, то серед найбільш значущих визначені такі цінності, як акуратність, чуйність (на рівні  $p \leq 0,01$ ); широта поглядів, чесність та непримиреність до недоліків (на рівні  $p \leq 0,05$ ). Визначення даних цінностей в якості головних зумовлено, можливо, чіткістю, організованістю у веденні справ, турботою про інших, умінням розуміти точку зору інших, поважати їх смаки, звичаї, звички, бути правдивим та чесним.

Серед усіх термінальних цінностей зовсім не важливим для

представників усіх трьох рівнів виявилися наступні цінності: матеріально забезпечене життя та суспільне визнання. Можливо, це зумовлено тим, що юнаки знаходяться на етапі вікового дорослішання, ще не розуміючи, що відсутність матеріальних проблем та повага оточуючи, колективу, колег є досить важливим аргументом у кар'єрному зростанні. Стосовно інструментальних цінностей, то за результатом аналізу даних визначаються цінності життєрадісності та раціоналізму, яким не надано значущості курсантами. З нашої точки зору це пояснюється тим, що під час навчання у військовому навчальному закладі почуття гумору, оптимізм вважається, можливо, курсантами як загальноприйнята форма спілкування, якій не потрібно приділяти особливої уваги. А вміння тверезо та логічно мислити, приймаючи обдумані та раціональні рішення, це відкладено «на потім», коли справа дійде до закінчення Військової академії і отримання статусу офіцера.

#### **2.4.2. Взаємозв'язок показників індексу життєвої задоволеності та рівня суб'єктивного контролю особистості**

Надалі, спираючись на проведений аналіз цінностей представників груп різних рівнів самоорганізації дозвілля, ми вивчали значущі кореляційні зв'язки між показниками індексу життєвого задоволення за методикою «Індекс життєвого задоволення» А.О. Neugarten (адапт. Н.В. Паніної) та інтернальністю особистості за методикою Дж. Роттера (адапт. Є.Ф. Бажина, Є.А. Голинкіної, О.М. Еткінда). Виявлення взаємозв'язків між показниками, що вивчаються, здійснювалося за допомогою кореляційного аналізу з використанням коефіцієнта  $r$ -Пірсона (кореляції між метричними перемінними) та  $r$ -Спірмена (рангові кореляції з порядковими змінними). Результати кореляційного аналізу наведено в таблиці 2.4.

Результати кореляцій, поданих у табл. 2.4. свідчать про тісний зв'язок значень показників індексу життєвого задоволення та локусу контролю. Усі показники зазначених явищ виявили додатні або від'ємні кореляційні зв'язки. Так, показник інтересу до життя (ІЖ) показав належність додатних кореляцій

з показниками Д (шкала інтернальності у галузі досягнень), ЗІ- (шкала загальної інтернальності), ВВ (шкала виробничих відносин) ( $p \leq 0,05$ ), що є свідченням високого рівня суб'єктивного контролю за будь-якими значущими ситуаціями зовні, емоційно-позитивними подіями та організацією свого просування по службі. Від'ємні кореляційні зв'язки виявлено між показником ІЖ та ЗХ (шкалою інтернальності відносно здоров'я та хвороби) ( $p \leq 0,05$ ), а також показником Н (шкала інтернальності у галузі невдач) — також на рівні ( $p \leq 0,05$ ). Даний зв'язок показує можливість впливу енергійності повсякденного життя на небажаність хвороб, відхилення навіть думок про них, перенесення певних невдач на інших сторонніх людей.

Таблиця 2.4

**Значущі кореляційні зв'язки між показниками індексу життєвого задоволення та локусу контролю особистості**

Показники локусу контролю	Показники індексу життєвого задоволення				
	ІЖ	ПЦ	УЗ	ПО	ЗН
ЗІ	212*	367**	276**	401**	318**
Д	381*	341**	248**	422**	361**
Н	-147*	129*			
СС		128*		213*	187*
ВВ	202*				128*
МС		178*	157*	294**	150*
ЗХ	-180*		116*	136*	

Примітка: тут і далі 1)  $n=120$ ; 2) нулі та коми опущені; позначення \*\* - зв'язок на рівні 1% ( $p \leq 0,01$ ); позначення \* - зв'язок на рівні 5% ( $p \leq 0,05$ ); 3) Умовні скорочення шкал індексу життєвого задоволення : ІЖ –інтерес до життя; ПЦ – послідовність в досягненні цілей; УЗ – узгодженість між поставленими і досягнутими цілями; ПО – позитивна оцінка себе і власних вчинків; ЗН – загальний фон настрою. 4) Умовні скорочення шкал

інтернальності: ЗІ– шкала загальної інтернальності; Д – шкала інтернальності у галузі досягнень; Н– шкала інтернальності у галузі невдач ; СС – шкала інтернальності у галузі сімейних стосунків; ВВ- шкала інтернальності у галузі виробничих відносин; МС - шкала інтернальності у галузі міжособистісних стосунків; СС – шкала інтернальності у галузі сімейних стосунків ; ЗХ – шкала інтернальності відносно здоров'я та хвороби.

Показник ПЦ (послідовність в досягненні цілей) виявив додатні зв'язки з показниками локусу контролю ЗІ ( шкала загальної інтернальності), Д (шкала інтернальності у галузі досягнень) ( $p \leq 0,01$ ); МС (шкала інтернальності у галузі міжособистісних стосунків), Н (шкала інтернальності у галузі невдач), СС (шкала інтернальності у галузі сімейних стосунків) ( $p \leq 0,05$ ). Належність даних зв'язків підтверджує факт упевненості у обов'язковості досягнення найбільш важливих цілей в житті, які знаходяться під постійним особистим контролем та необхідністю відповідальності за все своє життя(ЗІ). Позитивний погляд на події, що відбуваються навколо, відчуття здібності викликати повагу і симпатію оточення (МС), розвиненість почуття суб'єктивного контролю над негативними ситуаціями (Н), відповідальність за всіх членів сім'ї пояснює поетапність реалізованості у процесі досягнення цілей життя (СС).

У показника УЗ ( узгодженість між поставленими та досягнутими цілями) виявлено додатні кореляційні зв'язки з показниками ЗІ (шкала загальної інтернальності), Д (шкала інтернальності у галузі досягнень) на рівні  $p \leq 0,01$ ; МС (шкала інтернальності у галузі міжособистісних стосунків), ЗХ (шкала інтернальності відносно здоров'я та хвороби) - на рівні  $p \leq 0,05$ . Упевненість у тому, що цілі, які визначено як важливі у житті, досягаються досить швидко та самостійно (ЗІ) зумовлена прогнозуванням результату особистих дій, якими можна управляти самостійно (Д), і така самостійність буде супроводжувати людину усе її життя при вирішенні поставлених задач. Здібність викликати повагу та симпатію інших людей спирається на уміння

гарно виглядати (МС), на можливість повністю бути відповідальним за стан свого здоров'я (ЗХ).

Показник ПО (позитивна оцінка себе і власних вчинків) показав додатні однопроцентні ( $p \leq 0,01$ ) кореляційні зв'язки з показниками ЗІ (шкала загальної інтернальності), Д (шкала інтернальності у галузі досягнень), МС (шкала інтернальності у галузі міжособистісних стосунків). Такі зв'язки можуть демонструвати на фоні високої оцінки своїх зовнішніх та внутрішніх якостей відповідальність за усі події в особистосму житті (ЗІ), високий рівень суб'єктивного контролю над емоційно-позитивними подіями (Д), відчуття значущості в умінні викликати повагу та симпатію інших людей (МС). Додатні кореляційні зв'язки між показниками ПО (позитивна оцінка себе і власних вчинків) та СС (шкала інтернальності у галузі сімейних стосунків) і ЗХ (шкала інтернальності відносно здоров'я та хвороби) (на рівні  $p \leq 0,05$ ) показують взаємозалежність позитивного ставлення до себе від несення відповідальності за події, що відбуваються в сімейному житті, від відповідальності за стан свого здоров'я і сукупності дій, спрямованих на його постійне покращення.

У показника ЗН (загальний фон настрою) виявлено значущі додатні кореляційні зв'язки з показниками ЗІ (шкала загальної інтернальності), Д (шкала інтернальності у галузі досягнень) на рівні  $p \leq 0,01$ . Такий зв'язок може бути свідченням оптимістичного настрою, отримання задоволення від життя, високого рівня суб'єктивного контролю над будь-якими значущими ситуаціями (ЗІ) та над емоційно-позитивними досягненнями (Д). Додатний зв'язок з показниками СС (шкала інтернальності у галузі сімейних стосунків), ВВ (шкала інтернальності у галузі виробничих відносин), МС (шкала інтернальності у галузі міжособистісних стосунків) на рівні  $p \leq 0,05$  констатує ті обставини, що рівень оптимізму, задоволення від життя повністю залежить від високого рівня відповідальності за усі значущі події, що відбуваються у сім'ї (СС), за вмилу організацію особистої виробничої діяльності (ВВ), за

уміння викликати повагу та симпатію інших людей (МС).

Усі зазначені взаємозв'язки підтверджують думки про те, що розвинений локус контролю є важливим чинником утвердження особистості у професійній позиції на основі засвоєння певної системи знань, цінностей, моральних норм, оволодіння професійними вміннями.

Професійне становлення, самоствердження, суспільне визнання тощо зумовлено розвитком самосвідомості, самостійності, упевненості в собі, постійним пізнанням себе як особистості, суб'єктивною реалізацією свого внутрішнього потенціалу, самоздійсненням, самоактуалізацією.

#### **2.4.3. Кореляційні взаємозв'язки показників індексу життєвого задоволення та рівнів самоактуалізації особистості**

Метою роботи на даному етапі стало вивчення співвідношення кореляційних взаємозв'язків між показниками індексу життєвого задоволення та самоактуалізацією.

А. Маслоу визначав феномен самореалізації як повне використання людиною талантів, спроможностей, можливостей та ін. Він виділив ряд особистісних рис, що характеризують особистість, яка самореалізується [89, с. 108]. Однак, дослідник акцентував увагу на тому, що лише одну людину з сотні можна віднести до особистостей, що самореалізуються. За даними, наданими А. Маслоу, можна говорити про прагнення людей до самоактуалізації, головним чином, через ідентифікацію рис особистості, які за описаними рисами А. Маслоу, характеризують особистість, що самоактуалізується.

У процесі виконання свого навчального та фізичного навантаження в умовах Військової академії, курсанти очікують отримання задоволення від організації свого дозвілля, тобто, в першу чергу, від свого вільного часу. Спостереження за проведенням вільного часу курсантами показали, що під час дозвілєвої діяльності досить важливим моментом для курсантів є прояв турботи про інших та допомоги їм. Було констатовано певний зв'язок

збільшення вільного часу курсантів і формування альтруїстичних рис, що створювало умови для розвитку у курсантів суб'єктності майбутнього офіцера.

З точки зору А. Маслоу, кожна людина прагне реалізувати свій внутрішній потенціал по-своєму. Натомість, кожна людина повинна свідомо вибрати особистий шлях самоздійснення, намагаючись стати тим, ким хоче бути в своєму житті [163].

Результати кореляційного аналізу між показниками самоактуалізації та індексу життєвого задоволення наведено в табл. 2.5.

**Таблиця 2.5.**

**Значущі кореляційні зв'язки між показниками індексу життєвого задоволення та рівнями самоактуалізації особистості**

Показники рівня самоактуалізації особистості	Показники індексу життєвого задоволення				
	ІЖ	ПЦ	УЗ	ПО	ЗН
ПС	205*		305**	172*	217*
ОЧ		306**	235**		211*
Ц	149*	276**	274**	258**	208*
ПЛ	165*		287**		240**
ПП		166*		183*	
КР	204*	230*			156*
А		221*	159*	129*	
С		151*			
СР				223*	
АС		143*	133*	220*	
К	163*	122*	175*		138*
ГС	230*			250**	

Примітки: тут і далі 1)  $n=120$ ; \*\*  $p \leq 0,01$ ; \*  $p \leq 0,05$ ; 2) Умовні позначення: ІЖ – інтерес до життя; ПЦ – послідовність в досягненні цілей; УЗ – узгодженість між поставленими і досягнутими цілями; ПО – позитивна оцінка себе і власних вчинків; ЗН – загальний фон настрою; ПС – прагнення до самоактуалізації; ОЧ – орієнтація в часі; Ц – цінності; ПЛ – погляд на природу людини; ПП – потреба в пізнанні; КР – креативність;



А – автономність; С – спонтанність; СР – саморозуміння; АС – аутосимпатія; К – контактність; ГС – гнучкість в спілкуванні.

Як видно з таблиці, між показниками індексу життєвого задоволення і показниками самоактуалізації визначено лише додатні значущі кореляційні зв'язки. Так, показник ІЖ (інтерес до життя) виявив значущі зв'язки на рівні  $p \leq 0,05$  з показниками ГС (гнучкість у спілкуванні), ПС (прагнення до самоактуалізації), КР (креативність), ПЛ (погляд на природу людини), К (контактність), Ц (цінності). Такі зв'язки можна пояснити особливостями прояву інтересу до життя завдяки прагненню до особистісного становлення (ПС), спроможності до адекватного самовираження у спілкуванні (ГС), прагненню до творчості (КР), товаришкості, бажанню встановлювати тривалі і доброзичливі стосунки з оточуючими (К), розвивати такі якості особистості як досконалість, унікальність, самодостатність тощо (Ц).

У показника ПЦ (послідовність в досягненні цілей) виявлено додатні значущі кореляційні зв'язки з показниками ОЧ (орієнтація в часі), Ц (шкала цінностей) — на рівні  $p \leq 0,01$ . Це може пояснюватися розумінням екзистенційної цінності життя «тут і тепер», здатністю насолоджуватися актуальним життєвим моментом (ОЧ), бажанням самореалізуватися, прагненням до гармонійного буття і здорових стосунків з людьми (Ц). Даний показник виявив також додатні зв'язки з показниками КР (креативність), А (автономність), С (спонтанність), АС (аутосимпатія), К (контактність) - на рівні  $p \leq 0,05$ . Ці зв'язки відображають такі особливості ставлення до життя, як рішучість, усталеність, що спрямовано на досягнення цілей і підкріплено такими психологічними особливостями, як творче ставлення до життя, життєвість, самопідтримка, свобода, природність, добре усвідомлення Я-концепції, спроможність до встановлення тривалих і доброзичливих стосунків з оточуючими.

Показник УЗ (узгодженість між поставленими і досягнутими цілями) виявив тісні кореляційні зв'язки з такими показниками самоактуалізації, як

ПС (прагнення до самоактуалізації), ОЧ (орієнтація в часі), ПЛ (погляд на природу людини), Ц (цінності) ( $p \leq 0,01$ ); К (контактність), А (автономність), АС (аутосимпатія) — на рівні  $p \leq 0,05$ . Зазначений зв'язок можна пояснити можливістю досягнення поставлених цілей завдяки проявам впевненості у самореалізації, здатності насолоджуватися моментом сьогодення, вмінням створювати гармонійні, тривалі та доброзичливі міжособистісні стосунки. Також даний зв'язок може бути підкріплено такими психологічними характеристиками, як життєвість, самопідтримка та адекватна самооцінка.

У показника ПО (позитивна оцінка себе) визначено додатні значущі кореляційні зв'язки з показниками Ц (цінності), ГС (гнучкість у спілкуванні) — на рівні  $p \leq 0,01$ ; СР (саморозуміння), АС (аутосимпатія), ПП (потреба в пізнанні), ПС (прагнення до самоактуалізації), А (автономність) — на рівні  $p \leq 0,05$ . Позитивне та поважне ставлення до себе, висока самооцінка безперечно зумовлені прагненням до гармонійного буття і здорових стосунків з оточуючими людьми за відсутності фальшу або маніпуляцій, належного адекватного сприймання і оцінювання себе, підкріпленого впевненістю у собі, ефективністю реалізації нових знань, спрямованістю та зрілістю.

Показник ЗН (загальний фон настрою) виявив додатні значущі кореляційні зв'язки з показниками ПЛ (погляд на природу людини) ( $p \leq 0,01$ ), ПС (прагнення до самоактуалізації), ОЧ (орієнтація в часі), Ц (цінності), КР (креативність), К (контактність) ( $p \leq 0,05$ ). На високий рівень оптимізму, отримання задоволення від життя досить серйозно впливає віра в людей, в могутність людських можливостей. Зв'язок між зазначеними показниками індексу життєвого задоволення та самоактуалізації зобов'язаний здатності насолоджуватися актуальним моментом життя, не порівнюючи його з минулими втіхами і не знецінюючи очікуванням майбутніх успіхів. Важливу роль у створенні гарного настрою, гармонійного ставлення до навколишніх людей відіграє цілісність особистості, відсутність роздвоєності, життєвість, справедливість, прагнення до здорових стосунків з людьми, творче та

позитивне ставлення до життя.

#### **2.4.4. Співвідношення показників індексу життєвої задоволеності та властивостей особистості згідно опитувальника Р.Б. Кеттелла**

16-факторний особистісний опитувальник Р.Б. Кеттелла дозволяє з'ясувати особливості характеру, схильностей і інтересів особистості. У нашій роботі співвідношення між показниками індексу життєвим задоволенням та властивостями особистості згідно опитувальника Р.Б. Кеттелла вивчаються у курсантів 2 та 3 курсу факультету підготовки спеціалістів матеріально-технічного забезпечення Військової академії (м. Одеса), які, окрім умов специфічного середовища побуту та повсякденної діяльності (життя в військових казармах поряд з великою кількістю особового складу з різним характером, вихованням та звичками, обмежений вихід у місто на протязі 4-5 років навчання, обмежене спілкування з близькими родичами, виконання вимог військових статутів), мають практичний досвід прийняття участі в бойових діях в операції об'єднаних сил на території нашої країни, що напряму або опосередковано впливає на формування психологічної стресостійкості курсанта (майбутнього офіцера) до ризикових, нестандартних та навіть страшних ситуацій. Під час вивчення переживань психічних станів курсантів було виявлено співвідношення між показниками індексу життєвого задоволення і факторами особистості по Р.Б. Кеттелу. Результати кореляційного аналізу наведено в табл. 2.6.

Як видно з табл. 2.6, кореляційні значущі зв'язки, як додатні, так і від'ємні, виявлено між усіма показниками методики індексу життєвого задоволення та більшістю показників шістнадцятифакторного особистісного опитувальника. Так, показник ІЖ (інтерес до життя) показав додатні значущі зв'язки з показниками Е (Е+ домінантність), F2 (F2+ екстраверсія), С (С+ сила «Я»), Q1 (Q1+ радикалізм), А (А+ афектотимія), В (В+високий інтелект), F4 (F4+) - на рівні  $p \leq 0,05$ . Зазначені зв'язки пояснюють той факт, що захопленість звичайним повсякденним життям зумовлена

самовпевненістю, впевненістю, незалежністю, швидким встановленням і довготривалістю підтримки соціальних контактів, проявом емоційної витримки та зрілості, реальною оцінкою ситуації, униканням труднощів, інформованістю, аналітичністю мислення, доброзичливістю, готовністю до співдружності, сміливістю та кмітливістю.

Від'ємні кореляційні зв'язки, виявлені у показника інтересу до життя (ІЖ) з показниками G (G- слабкість «над Я») ( $p \leq 0,01$ ); O (O- самовпевненість), F1 (F1- низька тривожність), Q4 (Q4- розслабленість), M (M- практичність).

Таблиця 2.6

**Значущі кореляційні зв'язки між показниками індексу життєвого задоволення та властивостей особистості згідно опитувальника Р.Б. Кеттелла**

Фактори особистості	Показники індексу життєвого задоволення				
	ІЖ	ПЦ	УЗ	ПО	ЗН
A	186*			127*	
B	153*	138*	-154*	238*	-191*
C	199*				
E	282*		274*		298*
F			153*		
G	-252**	-177*	-115*	-277*	-165*
H		170*		170*	
I		-196*	-228*	-196*	-269*
L			105*		
M	-153*	-165*			146*
N					-118*
O	-221*		-110*	-194*	-224*
Q1	191*	269*	-299*		

Q2				-130*	
Q3		-111*	-142*	-166*	-127*
Q4	-191*	-159*		-114*	
F1	-233*	-170*		-180*	-190*
F2	232*		133*	225*	
F3		-163*			
F4	115*				-182*

Примітка: тут і далі 1)  $n=120$ ; \*\*  $p \leq 0,01$ ; \*  $p \leq 0,05$ ; 2) Умовні позначення: ІЖ – інтерес до життя; ПЦ – послідовність в досягненні цілей; УЗ – узгодженість між поставленими і досягнутими цілями; ПО – позитивна оцінка себе і власних вчинків; ЗН – загальний фон настрою; А (А+ афектотимія – А- сизотимія); В (В+ високий інтелект - В- низький інтелект); С (С+ сила «Я» –С- слабкість «Я»); Е ( Е+ доміантність - Е- конформність); F (F + безпечність – F- заклопотаність); G (G+ сила «над Я» - G- слабкість «над Я»); Н (Н+ сміливість – Н- боязкість); І (І+ м'якість – І- твердість);L (L+ підозрілість - L- довірливість); М (М+ мрійливість – М- практичність); N (N+ проникливість – N- наївність); О (О+ схильність до відчуття провини – О- самовпевненість); Q1 (Q1+ радикалізм - Q1- консерватизм); Q2 (Q2+ самодостатність - Q2 - залежність від групи); Q 3 (Q3+високий самоконтроль – Q3 - низький самоконтроль); Q4 (Q4+ напруженість - Q4- розслабленість); F1(F1+висока тривожність - F1- низька тривожність); F2 (F2+ екстравертованість - F2 – інтравертованість); F3 (F3+ реактивна врівноваженість - F3- сензитивність); F4 (F4+ незалежність - F4- конформність).

Дані зв'язки пояснюють деяке ослаблення життєвого ентузіазму. Це може бути зумовлено незгодою з загальноприйнятими моральними нормами та стандартами, нечутливістю до схвалення чи докору оточуючих, слабкою мотивацією, нездібністю до досягнення складних цілей. Така розслабленість та спокій, стриманість, незворушність призводять до уникання всього

незвичайного, практицизму, до звертання уваги лише на свої інтереси .

Показник ПЦ (послідовність в досягненні цілей) виявив додатні зв'язки з показниками Q1 (Q1+ радикалізм ), Н (Н+ сміливість), В (В+ високий інтелект) - на рівні  $p \leq 0,05$ . Цей зв'язок можна пояснити критичністю до усього навколишнього, високим рівнем інтелекту, аналітичністю та абстрактністю мислення. Дані властивості викликають рішучість, стійкість, спрямованість на досягнення цілей. Від'ємні зв'язки між показником ПЦ (послідовність в досягненні цілей) та показниками І (І- твердість), G (G- слабкість «над Я»), F1 (F1- низька тривожність), F3 (F3- сензитивність), Q4 (Q4- розслабленість), Q3 (Q3 - низький самоконтроль) ( $p \leq 0,05$ ) говорять про те, що іноді зустріч з невдачею на життєвому шляху гальмує досягнення поставлених цілей. Емоційна нестійкість, невіра в ілюзії, неспокій, глибока чуттєвість, розслабленість, спокій, лінь, стриманість, ослаблює мотивацію і загальмовує досягнення складних цілей, викликає недисциплінованість , слабкий контроль та внутрішню конфліктність з собою.

Показник УЗ (узгодженість між поставленими та досягнутими цілями) виявив додатні п'ятипроцентні зв'язки з показниками Е (Е+ домінантність), F (F + безпечність), F2 (F2+ екстраверсія ), L (L+ підозрілість ) - на рівні  $p \leq 0,05$ . Про такий зв'язок можна говорити, як про упевненість у досягненні поставленої цілі, що підкріплюється самовпевненістю, впертістю, незалежністю, непохитністю. До супроводу зазначених характеристик належать життєрадісність, енергійність, іноді імпульсивність, динамічність у спілкуванні, встановлення та підтримка соціальних контактів, іноді роздратованість як небажання відповідати за помилки. Крім додатніх у показника УЗ (узгодженість між поставленими та досягнутими цілями) виявлено і від'ємні зв'язки з такими факторами особистості, як Q1 (Q1- консерватизм), І (І- твердість), В (В- низький інтелект), Q3 ( Q3 - низький самоконтроль), G (G- слабкість «над Я»). Важливість досягнення цілей підкріплюється усталеними поглядами, терпимістю до традиційних

труднощів, іноді проявами конкретності мислення. Постійне слідування своїм спонуканням зумовлює певну неухважність та недисциплінованість, схильність до прояву почуттів, незгоду до загальноприйнятих норм моралі та стандартів.

У показника ПО (позитивна оцінка себе і власних вчинків) теж виявлено як додатні, так і від'ємні значущі кореляційні зв'язки. За результатами кореляцій, поданими в табл.2.6., бачимо достатньо тісні п'ятипроцентні зв'язки зазначеного показника з такими факторами особистості, як В (В+ високий інтелект), F2 (F2+ екстраверсія), Н (Н+ сміливість), А (А+ афектотимія) - ( $p \leq 0,05$ ). Такі кореляції пояснюють встановлення високої самооцінки, що підтримується кмітливістю, умінням абстрактно мислити (В+), швидко і надійно встановлювати соціальні контакти (F2+), схильністю до ризику, товариськістю, соціальною активністю (Н+), відкритістю, невимушеністю (А+). Від'ємні значення вказують на труднощі оцінювання своїх зовнішніх та внутрішніх якостей, поєднанні їх зі схильністю до впливу випадку та обставин (G-) - на рівні  $p \leq 0,05$ . Пояснення слабкого розуміння себе пов'язано з недостатністю очікувань від життя, практичною та логічною дієвістю (I-) ( $p \leq 0,05$ ). Самовпевненість, життєрадісність говорить про небажання слухати схвалення або осуд навколишніх (O-) ( $p \leq 0,05$ ), вважаючи, що життя цілком задовольняє усі вимоги (F1-). Слідування своїм спонуканням, не вважаючи за потрібне враховувати суспільні правила (Q3 -) спонукає до отримання групової підтримки, прийманню рішень разом з іншими, орієнтації на соціальну підтримку (Q2 -) ( $p \leq 0,05$ ).

Досить тісні значущі кореляційні зв'язки виявлено між показником ЗН (загальний фон настрою) та факторами особистості. Співвідношення між зазначеним показником і такими факторами, як Е (Е+ домінантність), М (М+ мрійливість) - на рівні  $p \leq 0,05$ , все ж-таки звертає увагу на те, що у отриманні високого рівня оптимізму, задоволення від життя важливу роль грає

самовпевненість, напористість та незалежність. Ці властивості поєднані з іншими факторами, що у співвідношенні з показником ЗН (загальний фон настрою) на основі від'ємних кореляційних значень вказують на відсутність сентиментальності, самовпевненості, невміння звертати увагу на фізичні нездужання (I- твердість), нечуттєвість до схвалення чи осуду, беспечність, енергійність (O- самовпевненість) - на рівні  $p \leq 0,05$ . У показника ЗН (загальний фон настрою) виявлені також від'ємні зв'язки з показниками В (В- низький інтелект), F1 (F1-низька тривожність), F4 (F4- конформність), G (G- слабкість «над Я») та Q3 (Q3 - низький самоконтроль) - на рівні  $p \leq 0,05$ . Співвідношення даних кореляційних від'ємних зв'язків пояснюється самовпевненістю та відповідальністю, проявом незначних артистичних здібностей (I-), складністю вирішення абстрактних завдань (В-), загальною задоволеністю життям (F1-), схильністю орієнтуватися на групові норми (F4-). При прояві тенденцій до формування загального фону настрою схильність до почуттів, незгода з загальноприйнятими нормами моралі можуть стати основою у неконтрольованості стосунків з оточуючими людьми, неухважності та неделікатності (G-), (Q3 -).

Отже, аналіз співвідношення показників індексу життєвого задоволення із показниками локусу контролю, рівнів самоактуалізації, властивостей особистості виявив існування ряду значущих кореляційних зв'язків, що вказують на певну залежність між цими психічними явищами.

#### **2.4.5. Факторизація простору показників, що характеризують становлення майбутнього офіцера як суб'єкта дозвілєвої діяльності**

Одним із основних завдань емпіричного дослідження було визначення психологічних факторів, які сприяють або заважають організації дозвілєвої діяльності курсантами. Результати кореляційного аналізу показали тісний зв'язок між кількісними показниками, що виявився у сукупності кореляцій. Ці результати лише підтверджують факт наявності взаємозв'язку, проте не розкривають безпосередньо його характер та причинно-наслідкові



відношення, що можливо отримати за допомогою багатовимірних методів статистичної обробки даних. Слід зазначити, що при наявності статистично значущих лінійних кореляційних зв'язків між змінними, що спостерігаються, передбачається їх обумовленість впливом певного латентного фактора або групи чинників. Отже, змінні, що значимо корелюють на високому рівні, об'єднуються у фактори.

Пошук властивостей, що здійснюють вплив на прояв гіпотетично визначених нами компонентів становлення майбутнього офіцера як суб'єкта дозвіллевої діяльності здійснювався саме за допомогою факторного аналізу. Нами застосовано мультифакторний аналіз з подальшою ротацією (Extraction Method: Unweighted Least Squares, Principal Component Analysis and Rotation: Varimax with Kaiser Normalization), котрий здійснювався за допомогою комп'ютерної програми SPSS 21.0 for Windows.

Факторний аналіз проводився на підставі даних, які отримано в ході емпіричного дослідження психологічних явищ, що, згідно нашої гіпотези, взаємопов'язані з організацією дозвіллевої діяльності курсантів, яка в свою чергу впливає на становлення майбутніх офіцерів як її суб'єкта. Вихідною основою для факторного аналізу стала матриця інтеркореляцій між 45 показниками самооцінки особистості, цінностей, самоактуалізації, індивідуально-психологічних особливостей особистості, суб'єктивного локусу контролю (особистої відповідальності), загального психологічного стану людини (індексу життєвої задоволеності). Аналізувався розподіл (групування) показників декількох факторних моделей. Проте, нами була відібрана 4-х факторна модель впливу психологічних характеристик на організацію дозвілля курсантом ВВНЗ, фактори якої характеризуються найбільшою пропорційністю, рівномірністю розподілу показників та мають значну факторну вагу. Факторні навантаження чотирьох факторів в блочному вигляді розташовані по діагоналі матриці. Змінні, що знаходяться всередині одного

блоку, відсортовані в порядку убавання факторних навантажень, причому був заборонений висновок факторних навантажень, менших ніж 0,4.

Отже, **перший фактор** «Самоактуалізація. Цінності.» об'єднав більшість показників, що характеризують актуалізаційно-ціннісну сферу особистості. Даний фактор представлено показниками: прагнення до самоактуалізації (803), спонтанність (772), гнучкість в спілкуванні (655), контактність (650), автономність (640), аутосимпатія (606), саморозуміння (598), потреба в пізнанні (586), цінності (499), орієнтація в часі (426), креативність (408). Висловлювання «прагнення до самоактуалізації» своїм значенням (803) навантажує найсильніше перший фактор.

У **другому факторі** «Життєві досягнення» згруповані показники, які характеризують сімейні, міжособистісні стосунки, цільові характеристики, тобто соціальну сферу курсанта, а саме: досягнення (760), загальна інтернальність (754), позитивна оцінка вчинків (651), сімейні відносини (607), загальний фон настрою (600), послідовність в досягненні цілей (561), узгодженість між цілями (561), міжособистісні стосунки (536), невдачі (481). Висловлювання «досягнення» своїм значенням (760) навантажує найсильніше другий фактор.

**Третій фактор** «Емоційна стабільність. Чутливість-врівноваженість.» об'єднав показники, що характеризують емоційну і моральну сфери особистості. Він представлений показниками: емоційна стабільність (659), чутливість/врівноваженість (658), боязкість/сміливість (634), самоконтроль (553), інтелект (551), підпорядкованість/домінантність (539), конформність/незалежність (447), моральна нормативність (434), тривога (433). Висловлювання «емоційна стабільність» своїм значенням (659) навантажує найсильніше третій фактор.

До **четвертого фактору** «Інтерес до життя» увійшли показники, що характеризують особистісну сферу, а саме: спокій/ тривожність (570), розслабленість/напруженість (555), інтерес до життя (509),

практичність/мрійливість (446), інтроверсія/екстраверсія (409), замкнутість/товариськість (403).

Таблиця 2.7.

**Результати факторного аналізу впливу психологічних якостей на організацію дозвілєвої діяльності курсантом**

<b>Матриця компонентів<sup>a</sup></b>				
Психологічні характеристики особистості та діяльності	Компонент			
	1	2	3	4
Прагнення до самоактуалізації	,803			
Спонтанність	,772			
Гнучкість в спілкуванні	,655			
Контактність	,650			
Автономність	,640			
Аутосимпатія	,606			
Саморозуміння	,598			
Потреба в пізнанні	,586			
Цінності	,499			
Орієнтація в часі	,426			
Креативність	,408			
Досягнення		,760		
Загальна інтернальність		,754		
Позитивна оцінка вчинків		,651		
Сімейні відносини		,607		
Загальний фон_настрою		,600		
Послідовність у досягненні цілей		,561		
Узгодженість_між_цілями		,561		
Міжособистісні стосунки		,536		
Невдачі		,481		

Емоційна стабільність			,659	
Чутливість/врівноваженість			,659	
Боязкість/сміливість			,634	
Самоконтроль			,553	
Інтелект			,551	
Підпорядкованість/домінантність			,539	
Конформність/незалежність			,447	
Моральна нормативність			,434	
Тривога			-,433	
Спокій /тривожність				,570
Розслабленість/напруженість				,555
Інтерес до життя				-,509
Практичність/мрійливість				,446
Інтроверсія/екстраверсія				-,409
Замкнутість/товариськість				-,403
Метод виділення факторів: метод головних компонент.				
Метод обертання: варимакс з нормалізацією Кайзера.				
Вилучено компонентів - 4.				

Відтак, факторний аналіз дозволив згрупувати показники психічних явищ, що вивчаються у нашому дисертаційному дослідженні та описати сполучення показників, що досліджують специфіку дозвілля курсантів в умовах Військової академії з показниками їх суб'єктності, як майбутніх офіцерів: індексу життєвого задоволення, самооцінки, цінностей, локусу контролю, самоактуалізації, властивостей особистості.

## **2.5. Аналіз та інтерпретація результатів констатувального експерименту**

Відповідно до визначених етапів нами було організовано емпіричне дослідження якостей особистості, показники яких виявили значущі кореляційні зв'язки з показниками індексу життєвого задоволення, як основної характеристики бажання організації дозвілєвої діяльності курсантами та активної участі в ній. В дослідженні брали участь курсанти 2-го і 3-го курсів факультету підготовки спеціалістів матеріально-технічного забезпечення Військової академії (м. Одеса), загальною кількістю 244 особи.

Для розподілу курсантів на групи з різним рівнем життєвої задоволеності були застосовані результати діагностики життєвої задоволеності за методикою «Індекс життєвої задоволеності» (ІЖЗ) Берніса Ньюгартена (адаптація Н.В. Паніної).

Для подальшої роботи із загальної вибірки нами були відібрані групи осіб з максимально високим і мінімально низьким рівнем індексу життєвої задоволеності за результатами діагностування. При цьому враховувались бажання та добровільність курсантів прийняти участь в емпіричному дослідженні. Багато хто з них, не вмюючи самостійно організовувати дозвілєву діяльність, не розуміючи, як це можна зробити, виявили нерішучість участі у подальшій роботі. Таким чином, в групу з високим рівнем (ЖЗ+) увійшли 72 особи, в групу з низьким рівнем (ЖЗ-) – 38 осіб. Причому, у групу осіб з низьким рівнем самоорганізації дозвілєвої діяльності увійшли респонденти, які за попередніми результатами діагностування мали низький та середній рівні.

### **2.5.1. Специфіка прояву локусу контролю у осіб з високим та низьким рівнем індексу життєвої задоволеності**

На даному етапі діагностування прояву психічних явищ при організації дозвілєвої діяльності ми вивчали особливості локусу контролю у осіб з різним рівнем індексу життєвої задоволеності.

На рис. 2.5. надано гістограму зведених результатів діагностування рівня суб'єктивного контролю над різноманітними ситуаціями (за методикою «Рівень суб'єктивного контролю» (автор Дж. Роттер, адапт. Є.Ф. Бажина, Є.А. Голинкіної, О.М. Еткінда). Іншими словами, визначення психологічних характеристик ступеню відповідальності суб'єкта за свої вчинки і своє життя в групах з високим (ЖЗ+) і низьким (ЖЗ-) рівнем індексу життєвого задоволення з аргументами, які є поясненням майбутніми офіцерами причин значущих для себе подій і локалізації контролю над ними.

Результати перевірки вказаних відмінностей на статистичну достовірність за допомогою t-критерія Стюдента (Додаток А), показали, що групи відрізняються за показниками: «загальна інтернальність» (ЗІ) ( $t=-11,24$ ,  $p<0,01$ ), «інтернальність у галузі досягнень» (ІД) ( $t=-9,04$ ,  $p<0,01$ ), «інтернальність у галузі невдач» (ІН) ( $t=5,82$ ,  $p<0,01$ ), «інтернальності у галузі сімейних стосунків» (ІС) ( $t=9,64$ ,  $p<0,01$ ), «інтернальність у галузі виробничих відносин» (ІВ) ( $t=8,48$ ,  $p<0,01$ ), «інтернальність у галузі міжособистісних стосунків» (ІМ) ( $t=-6,93$ ,  $p<0,01$ ), «інтернальність відносно здоров'я та хвороби» (ІЗ) ( $t=9,08$ ,  $p<0,01$ ).

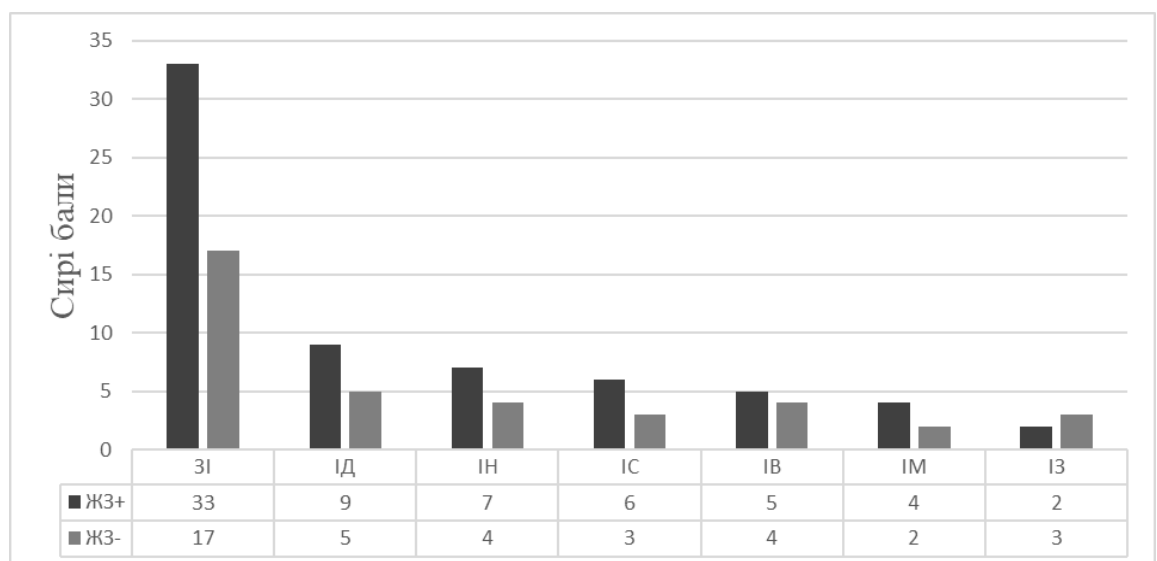


Рис. 2.5. Гістограма показників локусу контролю груп курсантів з високим і низьким рівнем індексу життєвої задоволеності

Примітки. 1) Умовні позначення: ЖЗ+ - Умовні скорочення: ЖЗ+ – високий рівень індексу життєвого задоволення, ЖЗ- – низький рівень індексу життєвого задоволення. 2) Умовні скорочення: ЗІ – загальна інтернальність, ІД – інтернальність у галузі досягнень, ІН – інтернальність у галузі невдач, ІС – інтернальності у галузі сімейних стосунків, ІВ – інтернальність у галузі виробничих відносин, ІМ – інтернальність у галузі міжособистісних стосунків, ІЗ – інтернальність відносно здоров'я та хвороби.

Отже, для представників групи з *високим рівнем* індексу життєвого задоволення характерним є рівень суб'єктивного контролю, який спрямовано на відповідальність за значущість, важливість та результативність більшості важливих подій їх життя, особистих дій і позитивно спрямованих ситуацій. Респонденти, керуючи даними діями вважають, що вони самі досягли усього в своєму житті, самі здібні до того, щоб з успіхом проявляти свою особисту відповідальність за ці події, і за те, як складається життя в цілому. Значення показника інтернальності у галузі невдач (ІН=7) дозволяють охарактеризувати даних людей, як осіб, які схильні звинувачувати лише себе в різноманітних стражданнях та неприємностях. Це стосується не лише тих подій, які відбуваються під час навчання та організації дозвіллевої діяльності в умовах ВВНЗ, але й у сімейних стосунках, відносинах у колективі, у стабільності свого психічного та фізичного стану.

Представники групи з *низьким рівнем* локусу контролю демонструють нижчий від попередньої групи загальний рівень інтернальності (ЗІ +17). Для них характерним є невміння пов'язувати виконання дій з важливими подіями, не виявляючи здібностей у їх контролі. Слід зазначити, що представники цієї групи, будучи екстернальними особистостями впевнені, що їх поведінка залежна від соціальних умов, зовнішніх обставин, керівництва, товаришів по роботі, везіння-невезіння тощо. Респонденти схильні звинувачувати оточуючих людей, своїх партнерів у складних ситуаціях, які

виникають у сімейних стосунках ( $IC=3$ ). Досить часто вони надають великого значення обставинам, які за їх точкою зору, впливають на побудову міжособистісних стосунків. Досить важливим є факт ставлення до хвороби та здоров'я як до результату випадку. Загалом, можна визначити, що представники даної групи впевнені у тому, що більшість подій у їхньому житті є результатом випадку або участі інших людей.

### **2.5.2. Психологічні особливості самоактуалізації осіб з різним рівнем життєвої задоволеності**

Наступним завданням нашого дослідження було обговорення результатів вивчення психологічних особливостей самоактуалізації у осіб з різним рівнем життєвої задоволеності. На рис. 2.6. надано гістограму показників самоактуалізації курсантів з високим та низьким рівнем індексу життєвої задоволеності.

Результати перевірки вказаних відмінностей на статистичну достовірність за допомогою t-критерія Стюдента (Додаток А), показали, що групи відрізняються за показниками: «прагнення до самоактуалізації» (ПС) ( $t=2,38$ ,  $p<0,05$ ), «орієнтація в часі» (ОЧ) ( $t=6,13$ ,  $p<0,05$ ), «цінності» (Ц) ( $t=8,86$ ,  $p<0,01$ ), «погляд на природу людини» (ПЛ) ( $t=4,92$ ,  $p<0,01$ ), «потреба в пізнанні» (ПП) ( $t=5,54$ ,  $p<0,01$ ), «креативність» (КР) ( $t=2,14$ ,  $p<0,05$ ), «автономність» (А) ( $t=3,31$ ,  $p<0,01$ ), «спонтанність» (С) ( $t=5,23$ ,  $p<0,01$ ), «саморозуміння» (СР) ( $t=5,31$ ,  $p<0,05$ ), «аутосимпатія» (АС) ( $t=6,22$ ,  $p<0,05$ ), «контактність» (К) ( $t=5,06$ ,  $p<0,01$ ), «гнучкість в спілкуванні» (ГС) ( $t=-3,47$ ,  $p<0,01$ ).



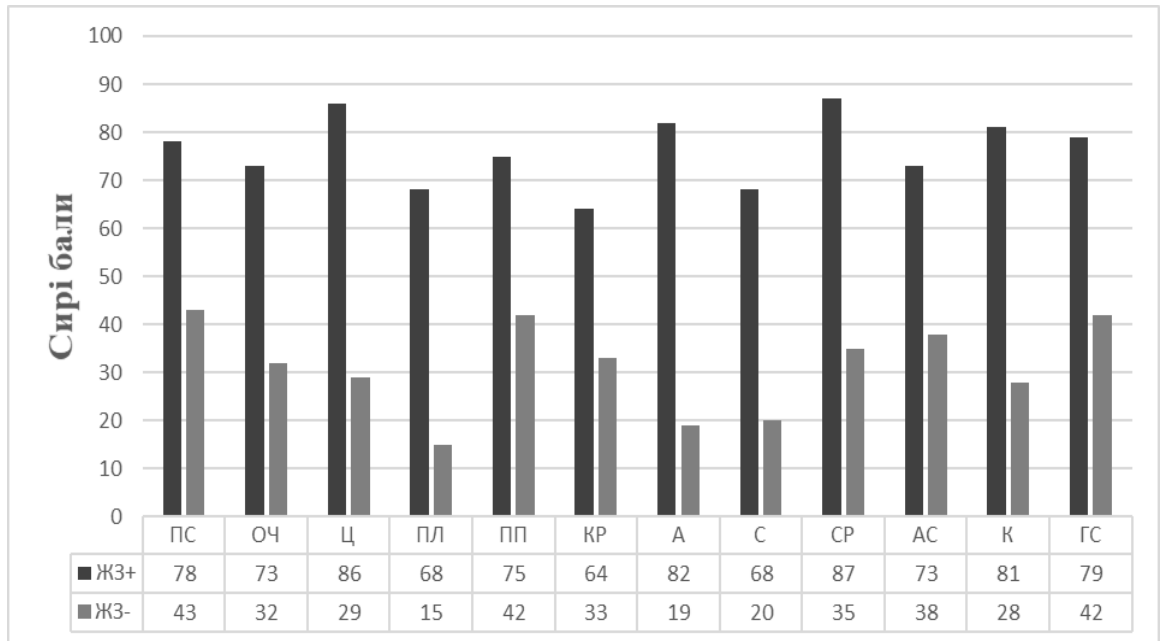


Рис. 2.6. Гістограма показників самоактуалізації особистості курсантів з високим і низьким рівнем індексу життєвої задоволеності

Примітки. Умовні скорочення: ПС – прагнення до самоактуалізації; ОЧ – орієнтація в часі; Ц – цінності; ПЛ – погляд на природу людини; ПП – потреба в пізнанні; КР – креативність; А – автономність; С – спонтанність; СР – саморозуміння; АС – аутосимпатія; К – контактність; ГС – гнучкість в спілкуванні.

Отже, як бачимо з рис. 2.6. найбільша різниця між значеннями показників самоактуалізації осіб різного рівня індексу життєвого задоволення виявлена між показниками автономності (А), цінностей (Ц), погляду на природу людини (ПЛ), контактності (К), саморозуміння (СР).

Розташування профілів дозволяє вивчити специфічні особливості представників кожної з груп, тобто психологічні особливості самоактуалізації осіб з високим та низьким рівнем індексу життєвого задоволення.

Отже, осіб з *високим рівнем* життєвої задоволеності можна охарактеризувати як автономних, незалежних і вільних. Ці психологічні особливості покладено в основу пояснення психічного здоров'я особистості, її цілісності і повноти. Слід відмітити, що дані особи володіють певними

цінностями, серед яких виокремлюються: істина, добро, краса, цілісність, життєвість, унікальність, досконалість тощо. Перевага даних цінностей є показником прагнення до гармонійного буття і здорових стосунків з оточуючими людьми. Зазвичай, дане прагнення підкріплюється доброзичливістю, неупередженістю, чесністю, вірою в людей, в могутність і тривалість людських стосунків, схильністю до взаємнокорисних і приємних контактів з іншими людьми. Досить важливою індивідуальною характеристикою осіб з високим рівнем життєвого задоволення є адекватність сприйняття і розуміння саме себе, чуттєвість, сензитивність до своїх бажань, потреб. Завдяки розумінню себе з позиції суб'єкта представники даної групи не схильні підміняти власні смаки і оцінки зовнішніми соціальними стандартами.

Рівень самоактуалізації у представників з *низьким рівнем* індексу життєвої задоволеності досить низький, що пов'язано з відсутністю у курсантів бажання самоактуалізуватися. Це пояснює їх певну відчуженість та самотність, невміння зрозуміти і підтримати себе, визначити свою спрямованість. Завдяки відсутності цінностей, що притаманні особистості, яка самоактуалізується, життя даних осіб супроводжує бажання маніпулювання людьми в своїх інтересах. Як наслідок, невіра в людей, у щирість людських стосунків, невміння симпатизувати та довіряти оточуючим людям, відсутність доброзичливості. Тому представники даної групи не бачать користі у тривалих та доброзичливих стосунках, не виявляють схильності до взаємнокорисних і приємних контактів з навколишніми людьми. На думку оточуючих людей представники даної групи орієнтуються, не маючи впевненості у собі, не розуміючи себе, не маючи змоги адекватно сприймати та оцінювати себе.

### 2.5.3. Індивідуально-психологічні особливості осіб з різним рівнем життєвої задоволеності

Наступним кроком дослідження було встановлення індивідуально-психологічних особливостей особистості курсанта (за методикою Р. Кеттелла), які відповідно до нашої гіпотези впливають на становлення особистості майбутніх офіцерів: замкнутість/товариськість, інтелект; емоційна стабільність; підпорядкованість/домінантність; стриманість/експресивність; моральна нормативність; боязкість/сміливість; практицизм/чутливість; довірливість/підозрілість; практичність/мрійливість; прямолінійність/дипломатичність; спокій/тривожність; консерватизм/радикалізм; конформізм/нонконформізм; самоконтроль; розслабленість/напруженість; тривога; інтроверсія/екстраверсія; чутливість/врівноваженість; конформність/незалежність у групах досліджуваних із високим і низьким рівнями індексу життєвої задоволеності.

У поданих на рис. 2.7. та 2.8. гістограмах представлено профілі індивідуальних властивостей особистості у осіб з різним рівнем індексу життєвої задоволеності.

Результати перевірки вказаних відмінностей на статистичну достовірність за допомогою t-критерія Стьюдента (Додаток А), показали, що групи відрізняються за показниками: «А+ аффе́ктокотимія – А- сизотимія» (А) ( $t=-11,66$ ,  $p<0,01$ ), «В+ високий інтелект - В- низький інтелект» (В) ( $t=21,26$ ,  $p<0,01$ ), «С+ сила «Я» –С- слабкість «Я» (С) ( $t=13,37$ ,  $p<0,01$ ), «Е+ домінантність - Е- конформність» (Е) ( $t=11,16$ ,  $p<0,01$ ), «F + безпечність – F- заклопотаність» (F) ( $t=9,13$ ,  $p<0,01$ ), «G+ сила (над Я) - G слабкість (над Я)» (G) ( $t=2,98$ ,  $p<0,05$ ), «Н+ сміливість – Н- боязкість»;» (Н) ( $t=-5,87$ ,  $p<0,01$ ), «І+ м'якість – І- твердість» (І) ( $t=6,51$ ,  $p<0,01$ ), «L+ підозрілість - L- довірливість» (L) ( $t=5,47$ ,  $p<0,01$ ), «M+ мрійливість – M- практичність» (M) ( $t=6,63$ ,  $p<0,01$ ); «N+ проникливість – N- наївність» (N) ( $t=-10,72$ ,  $p<0,01$ ), «O+ схильність до відчуття провини – O- самовпевненість» (O) ( $t=11,19$ ,

$p < 0,05$ ), «Q1+ радикалізм - Q1- консерватизм» (Q1) ( $t=17,21$ ,  $p < 0,01$ ), «Q2+ самодостатність - Q2 - залежність від групи» (Q2) ( $t=6,64$ ,  $p < 0,01$ ), «Q3+високий самоконтроль - Q3 - низький самоконтроль» (Q3) ( $t=6,26$ ,  $p < 0,01$ ), «Q4+ напруженість - Q4- розслабленість» (Q4) ( $t=4,67$ ,  $p < 0,01$ ), «F1 +тривога — F1- низька тривожність » (F1) ( $t=3,69$ ,  $p < 0,01$ ), «екстраверсія - інтроверсія» (F2) ( $t=7,85$ ,  $p < 0,01$ ), «F3+ реактивна врівноваженість — F3-сензитивність » (F3) ( $t=6,16$ ,  $p < 0,01$ ), «F4 +незалежність — F4-конформність» (F4) ( $t=5,46$ ,  $p < 0,05$ ).

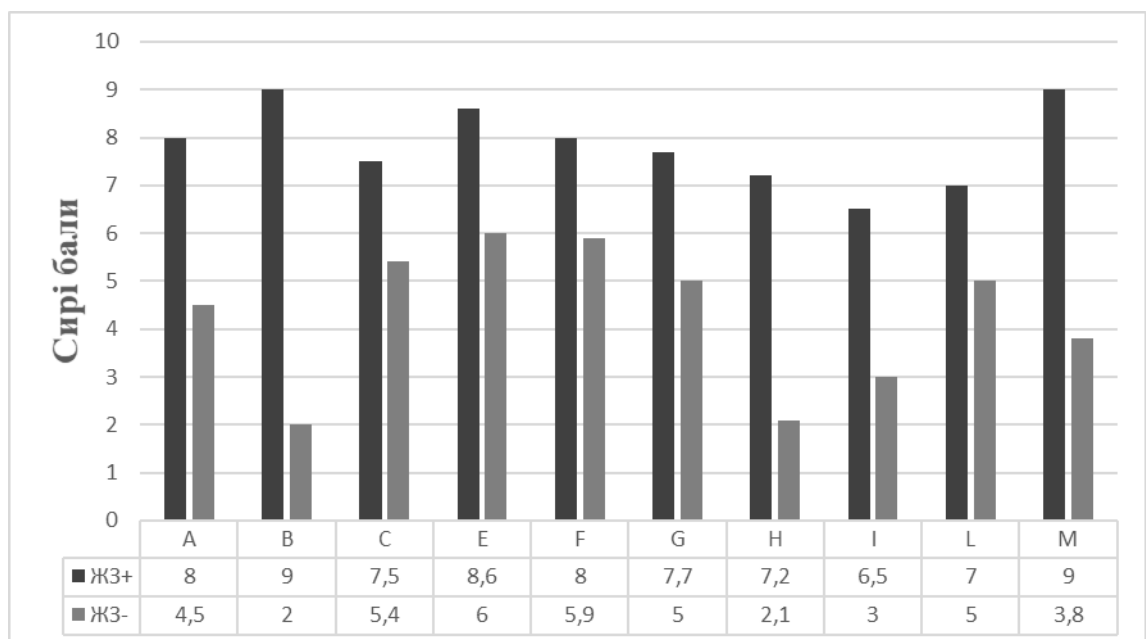


Рис. 2.7. Гістограма перших 10 показників рівня індивідуально-психологічних особливостей особистості з високим і низьким рівнем індексу життєвої задоволеності

Примітки. Умовні скорочення: А (А+ аффектотімія – А- сизотімія); В (В+ високий інтелект - В- низький інтелект); С (С+ сила «Я» – С- слабкість «Я»); Е ( Е+ доміантність - Е- конформність); F (F + безпечність – F-заклопотаність); G (G+ сила «над Я» - G слабкість «над Я»); H (H+ сміливість – H- боязкість); I (I+ м'якість – I- твердість); L (L+ підозрілість - L- довірливість); M (M+ мрійливість – M- практичність).

Психологічні особливості курсантів з *високим рівнем* життєвої задоволеності характеризуються належністю ентузіазму, рішучості, стійкості, спрямованості на досягнення цілей тощо. Вивчення індивідуально-психологічних властивостей особистості дають можливість отримати інформацію про загальний психологічний стан особистості, вміння виконати певну корекцію складних та проблемних життєвих ситуацій. Ці особи можуть спрямувати свій інтелект на пізнання себе, своєї особистості, своєї внутрішньої сутності. Властивими для них є товариськість, відкритість, доброта, безпечність, уважність до оточуючих людей, готовність до співдружності. Завдяки активній участі у житті Військової академії у представників даної групи актуалізовано такі якості, як кмітливість, зібраність, реалістична настроєність, інтелектуальна проникливість. Емоційна стійкість, витримка, спокійне вирішення складних ситуацій доповнюють силу внутрішнього «Я» особистості, що дає можливість характеризувати даних людей як щирих, чуттєвих, відвертих, чуйних, життєрадісних.

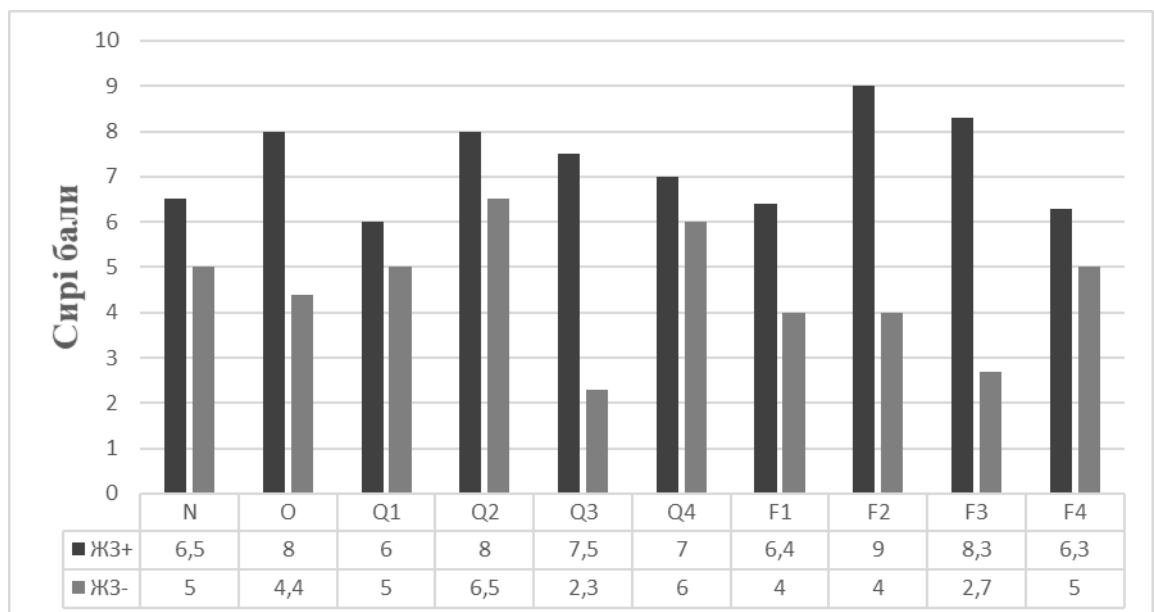


Рис. 2.8. Гістограма наступних 10 показників рівня індивідуально-психологічних особливостей особистості з високим і низьким рівнем індексу життєвої задоволеності

Примітки. Умовні скорочення: N (N+ проникливість – N- наївність); O (O+ схильність до відчуття провини – O- самовпевненість); Q1 (Q1+ радикалізм - Q1- консерватизм); Q2 (Q2+ самодостатність - Q2 - залежність від групи); Q3 (Q3+високий самоконтроль – Q3 - низький самоконтроль); Q4 (Q4+ напруженість - Q4- розслабленість); F1–(F1+ висока тривожність- F1-низька тривожність); F2 (F2+ екстраверт - F2 - інтроверт); F3 (F3+реактивна врівноваженість- F3- сензитивність); F4 (F4+ незалежність- F4- конформність).

Але специфіка обраної професії постійно спонукає курсантів до виконання комплексу спеціальних знань, умінь та навичок, що у своїй сукупності характеризують майбутнього офіцера як військового професіонала, здібного вирішувати поставлені бойові задачі у будь-яких умовах. Постійна участь у виконанні навчальних завдань під час навчання у Військовій академії, підкореність командирам, необхідність чіткого виконання своїх обов'язків, бажання стати грамотним та компетентним офіцером заохочує прояви дисциплінованості, організаторських здібностей, творчої активності, психологічних та фізичних якостей. Саме ці якості і виявили представники групи з високим рівнем життєвого задоволення. Це - емоційна стійкість, витримка, сила «Я», сильний характер, управління ситуацією, уміння уникати труднощів, врівноваженість, наполегливість, авантюристичність, динамічність у спілкуванні.

Представники групи осіб з *низьким рівнем* індексу життєвої задоволеності виявили протилежні якості, що на наш погляд зумовлені наступними обставинами. Важливе місце у розумінні значущості вибраної професії займає сформований у військовому колективі імідж офіцера-керівника, який багато в чому визначає характер специфічних військово-соціальних стосунків в ланці «начальник — підлеглий». З нашої точки зору ці обставини, скоріше за все, закарбувалися у внутрішньому «Я» курсанта та виявляються і в його поведінці. Саме це спонукало курсантів до виявлення

якостей, які і визначили їх місце у групі осіб з низьким рівнем індексу життєвої задоволеності. Першочергової уваги викликали такі якості, як скритність, нетовариськість, замкнутість, байдужість, відчуженість. Невисокі розумові здібності заважають таким курсантам вирішити абстрактні завдання. Невміння відстоювати свою думку, м'якість, слухняність, лагідність, люб'язність, послужливість, сором'язливість викликає у курсантів втрату рівноваги, мінливість у стосунках, нестійкість в інтересах. Спостереження за даними курсантами показали, що окрім проблем у міжособистісних стосунках, частих виникненнях проблемних ситуацій з оточуючими, сукупність зазначених властивостей не дає можливості більш досконало пізнати себе, свої внутрішні характеристики, своє «Я». Це призводить до покірності, залежності та підкореності у поведінкових проявах таких курсантів. У них виникає нетерпимість до традиційних труднощів, формується підозра до нових людей, боязкість, сором'язливість, складність прийняття рішень. Звичайно, сукупність якостей, діагностованих у осіб з низьким індексом життєвої задоволеності, викликає великий страх у тому, що ці курсанти зможуть досконало пізнати та проаналізувати свою внутрішню сутність, бачити себе у майбутньому військовим офіцером і визначити відповідно свій життєвий шлях.

### **Висновки до другого розділу**

1. На основі теоретичного аналізу наукової літератури, що здійснено у Розділі I, розроблено програму експериментального дослідження, обґрунтовано загальну вибірку, визначено етапи, систему дослідницьких роцедур та обробки емпіричних даних, які спрямовано на діагностику казників психологічних особливостей становлення майбутніх офіцерів як суб'єктів дозвіллевої діяльності.

2. Поетапне вирішення поставлених дисертаційним дослідженням завдань відбувалось завдяки послідовності етапів: підготовчого, діагностичного, аналітико-інтерпретаційного. На підготовчому етапі було уточнено мету й визначено завдання емпіричного дослідження; сформовано вибірку. Унаслідок аналізу літератури і результатів пілотажного дослідження складено комплекс психодіагностичних методів і методик, визначено спосіб і час збору даних. Наступний (діагностичний) етап полягав у проведенні діагностики і збору емпіричних результатів. Було здійснено діагностику самооцінки респондентів, їх ціннісних орієнтацій, локусу контролю, самоактуалізації та властивостей особистості. Останній - аналітико-інтерпретаційний етап передбачав проведення кількісного та якісного аналізу отриманих емпіричних даних та їх психологічну інтерпретацію з подальшим формулюванням висновків. Результати аналізу інтерпретувалися з опорою на теоретико-емпіричні дослідження з проблеми становлення майбутнього офіцера як суб'єкта дозвіллевої діяльності.

3. Збір емпіричних даних відбувався за допомогою комплексу наступних психодіагностичних методик: «Дослідження самооцінки особистості» (автор С.А. Будассі); «Визначення ціннісних орієнтацій» (автор М. Рокіч); Методика «Індекс життєвого задоволення» (автор А.О. Neugarten, адапт. Н.В. Паніної); «Рівень суб'єктивного контролю» (автор Дж. Роттер, адапт. Є.Ф. Бажина, Є.А. Голинкіної, О.М. Еткінда); «Діагностика самоактуалізації особистості (САМОАЛ)» (автор О.В. Лазукін, адапт. Н.Ф. Каліної); «Багатофакторний опитувальник дослідження особистості (16 PF)» (Р. Кеттелл). На пілотажному етапі дослідження було проведено твір «Моє дозвілля» при опорі на фіксовані питання.

4. Констатовано за результатами контент-аналізу творів курсантів, що рівень самоорганізації дозвіллевої діяльності є недостатньо високим. Встановлено позитивний статистично значущий зв'язок ( $r=0,683$  при  $p \leq 0,01$ ) між рівнем розвитку самоорганізації вільного часу курсантами та ставленням



до навчання у вищому військовому навчальному закладі. За результатами анкетування, бесід, контент-аналізу твору, результатів самооцінки та цінностей особистості було визначено рівні самоорганізації курсантами дозвіллевої діяльності. Серед усієї сукупності вибірки ( $n=244$ ) виокремились представники високого рівня самоорганізації дозвіллевої діяльності ( $n=36$ ), середнього ( $n=92$ ) і низького рівнів ( $n=116$ ).

5. Проведено кореляційний аналіз (за допомогою комп'ютерної програми SPSS, 21.0 for Windows) діагностованих на констатувальному етапі дослідження емпіричних даних. Виявлено значущі взаємозв'язки між показниками індексу життєвої задоволеності та показниками локусу контролю на рівні  $p<0,01$  та  $p<0,05$  ( шкала загальної інтернальності (ЗІ) -  $p<0,01$ ); шкала інтернальності у галузі досягнень (ІД) -  $p<0,01$ ); шкала інтернальності у галузі міжособистісних стосунків (ІМ) -  $0,05$ ). Встановлено значущі кореляційні зв'язки, як додатні, так і від'ємні, показників індексу життєвої задоволеності з показниками самоактуалізації (цінності (Ц) -  $p<0,01$ ; орієнтація в часі (ОЧ), погляд на природу людини (ПЛ), гнучкість у спілкуванні (ГС) -  $0,05$ ; креативність (К), автономність (А), аутосимпатія (АС), контактність (К) -  $p<0,05$ ); а також з показниками факторів особистості (В (В+ високий інтелект - В- низький інтелект); Е ( Е+ домінантність - Е- конформність); G (G+ сила «над Я» - G слабкість «над Я»); I (I+ м'якість – I- твердість); М (М+ мрійливість – М- практичність); F1–(F1+ висока тривожність-F1-низька тривожність); F2 (F2+ екстраверт - F2 - інтроверт) - на рівні  $p<0,05$ ).

6. Описано за факторизацією простору показників, що вивчаються, чотирьохфакторну модель: 1-й фактор – «Самоактуалізація. Цінності»; 2-й фактор – «Життєві досягнення»; 3-й фактор - «Емоційна стабільність. Чутливість-врівноваженість»; 4-й фактор «Інтерес до життя».

7. Якісний аналіз дозволив виявити та вивчити співвідношення між показниками індексу життєвої задоволеності, особливостей самоорганізації

дозвіллевої діяльності курсантами та показниками певних психологічних особливостей. зокрема: з показниками локусу контролю, самоактуалізації, факторів особистості та визначити групу з високим рівнем індексу життєвої задоволеності, до якої увійшли 72 особи і групу з низьким рівнем індексу життєвої задоволеності - 38 осіб. На основі проведення порівняльного аналізу результатів тестування груп респондентів із високим та низьким рівнями індексу життєвої задоволеності при перевірці за t-критерієм Стьюдента було підтверджено статистичну достовірність відмінностей за вказаними показниками та охарактеризовано їх властивості.

8.У представників даних груп виявлено та описано рівні прояву життєвої задоволеності за характеристиками поєднання показників індексу життєвої задоволеності з показниками рівня суб'єктивного контролю, самоактуалізації, властивостей особистості.

**У другому розділі використані літературні джерела, що знаходяться у списку використаних джерел під номерами: [6; 10; 14; 19; 22; 25; 28; 30; 32; 35; 39; 44; 46; 47; 48; 51; 53; 54; 56; 58; 75; 77; 78; 87; 89; 91; 92; 95; 104; 109; 110; 111; 116; 117; 121; 128; 154; 163; 182].**

**Матеріали другого розділу дисертації висвітлено в таких публікаціях автора, як: [170; 171; 172; 205].**

### **РОЗДІЛ 3.**

## **ФОРМУВАЛЬНИЙ ЕТАП ДОСЛІДЖЕННЯ СТАНОВЛЕННЯ МАЙБУТНЬОГО ОФІЦЕРА ЯК СУБ'ЄКТА ДОЗВІЛЛЕВОЇ ДІЯЛЬНОСТІ**

У цьому розділі представлено корекційно-тренінгову програму особистісного росту майбутнього офіцера за участі у дозвіллевій діяльності, надано мету та зміст тренінгових вправ; визначено напрям розвитку суб'єктної готовності до самореалізації майбутнього офіцера в умовах дозвілля; надано результати формувального експерименту зі становлення майбутніх офіцерів Збройних сил України як суб'єктів дозвіллевої діяльності, надано психологічну інтерпретацію отриманих результатів; на основі статистичного аналізу визначено показники вираженості кожного компонента самоорганізації дозвіллевої діяльності при становленні майбутнього офіцера до і після експерименту в контрольній та експериментальній групах.

### **3.1. Психологічна характеристика суб'єктності життєвого шляху майбутнього офіцера**

У своїх наукових працях Б.Г. Ананьєв відзначає, що «суб'єктивна картина життєвого шляху завжди будується в самосвідомості людини відповідно індивідуальному і соціальному розвитку...» [9, с. 114].

Згідно О.О. Кроніку, суб'єктивна картина життєвого шляху виконує функцію життєвих установок і є формою «...існування життєвого задуму людини - готовності до сприймання і реалізації тих чи інших життєвих змін, які складають лінію її життя.

Р.А. Ахмеров вважає, що людина постійно прагне до збільшення значущості світу і росту своїх можливостей. Коли події у навколишньому переживаються так, наче можуть задовольнити увесь спектр потреб, а людина відчуває себе володарем можливостей оволодіння світом, тоді у кожного виникає стан злиття зі світом. Дані переживання пов'язані у

особистості з повнотою буття, що сприяє саморозвитку, самоздійсненню, тобто, за висловлюванням Р.А. Ахмерова - виникає відчуття щастя [13, с. 220].

Психологічна сутність суб'єктивної картини життєвого шляху курсанта ВВНЗ в процесі отримання вищої освіти визначається тим, що навчання і дозвілля є необхідними і невід'ємними елементами способу життя молодих людей, а також домінуючими сферами діяльності. Великої уваги при цьому надається дозвіллевій діяльності, що розглядається як найбільш сприятливе виховне поле, яке зберігає характеристики невимушеності, свободи, найбільш яскравого прояву індивідуальних особливостей. Повноцінна ж реалізація широкого виховного потенціалу дозвіллевої сфери обумовлена доцільною організацією культурно-дозвіллевої діяльності курсантом, тобто її суб'єктом.

Становлення особистості майбутніх офіцерів у процесі формування суб'єктивної картини життєвого шляху через організацію дозвіллевої діяльності та активну участь в ній, багато в чому залежить від внутрішніх (ціннісних орієнтацій, рівня потреб, індивідуальної моделі організації вільного часу) і зовнішніх чинників (режиму організації та розпорядку дня, соціально-психологічної атмосфери підрозділу, спрямованості підрозділу та його лідера).

Організація дозвіллевої активності курсантів значною мірою зумовлена суб'єктивною картиною світу, способом їх життя і вносить значні зміни у формування самооцінки та ціннісних орієнтацій, локусу контролю, самоактуалізації, властивостей особистості.

Завдяки організації дозвіллевої діяльності виникають суттєві зміни у структурі «Я». Все, що відбувається з суб'єктом під час його життєвої діяльності, Н. Логінова визначає терміном «життєва подія». З точки зору авторки життєві події мають певні характеристики: часу (короткотривалі – пролонговані), соціальної типовості – нетиповості, масштабу, контекстності – позаконтекстності, результативності [84, с. 112; 85]. Однак, найбільш

кардинальні зміни стосуються введення у структуру життєвого шляху нової, рівноположної до життєвої події, одиниці дослідження – життєвих обставин, і пов'язаного з ними конструкту життєвого вибору. Тож, таким чином можна бачити специфіку суб'єктивізації життєвого шляху кожної особистості.

За результатами спостережень та проведеного діагностування на етапі констатації виявлено зв'язок між бажаннями, які виникають при проведенні дозвілля і цінностями, якими керується і орієнтована особистість у своєму житті: респонденти, які бачать основну цінність свого життя в мистецтві, саморозвитку та літературі спрямовують свій вільний час на розвиток себе, пізнання нового. Також виявлено два способи організації особистістю свого вільного часу: перший спосіб характеризується актуалізацією однакових мотивів в навчальний і вільний час; другий – актуалізацією у вільний час мотивів, які превалюють під час основної зайнятості. Також ми звернули увагу на те, що існує два типи особистості, що характеризуються різним наповненням свого дозвілля.

Так, особистість першого типу характеризується високими показниками самоактуалізації, цілісності, збігом прояву властивостей особистості у навчальній і дозвіллевій діяльності, орієнтованістю, насамперед, на отримання задоволення в саморозвитку і афіліації, прийняття відповідальності за організацію свого дозвілля; більшої, ніж у особистості другого типу, задоволеності вільним часом.

Особистість другого типу характеризується низькими показниками самоактуалізації, орієнтованістю на задоволення певних бажань в гедонізмі і рекреації у вільний час; униканням відповідальності за організацію свого вільного часу і перенесенням її на зовнішні умови та інших людей. Натомість, у вільний час відбувається особистісна інтерпретація проблем, які людина переживає.

Внутрішні, суб'єктивні чинники проведення курсантом вільного часу представлені внутрішньою культурою, цінностями і нормами; потребами

військовослужбовця; творчими здібностями, здатністю і бажанням організувати самостійно і оригінально свій вільний час.

Саме ціннісні змісти культури створюють передумови формування особистості захисника країни, розвиваючи механізми формування майбутнього офіцера засобами дозвіллевих інтересів.

Таким чином, дозвіллева діяльність курсанта ВВНЗ спрямована на отримання задоволення від реалізації потреби у поліпшенні і підтримці психофізичного стану та форми, оптимізує життєдіяльність та спричиняє задоволеність життям, розвиває усталене ставлення особистості до себе, інших та оточуючого середовища, впливає тим самим на характер, з одного боку, вимагає вольових якостей до організації дозвілля, з іншого – знімає напруження і розслаблює людину, а при відповідній організації, дозволяє їй «морально» відпочити, розвиває креативність, кругозір, ерудицію та досвід, формує Я-концепцію майбутнього офіцера. Крім використання традиційно встановлених дозвіллевих форм діяльності майбутнього офіцера: його участі у проведенні заходів, присвячених державним, національним та професійним датам і подіям, діяльності військового оркестру, клубу, бібліотеки військової частини, лекційно-просвітницької тематичної діяльності, курсант виступає як суб'єкт вибору книги, інтернет-джерела тощо, тобто стає суб'єктом свого вільного часу, що ставить дозвілlevу діяльність на вищий рівень психологічної організації, а також підсилює її громадянський, інтелектуальний, соціальний ефект. До них доцільно віднести: створення домашнього музею історії роду, своєї військової частини; колекціонування; заняття живописом, малюнком; квітами та озелененням; зайнятість на комп'ютері; ігрова діяльність (настільні і рухливі ігри, конкурсні програми); видами оздоровлення (біг, тренажери); літературні, музичні, історичні, туристичні, інтернет та інші, більш складні змісти дозвілля. Досвід самоорганізації деяких видів діяльності певна частина курсантів отримує ще в сім'ї.

Завдяки дозвіллу може відбутися соціально-культурна трансформація способу життя. Збереження і підтримка давніх інтересів і хобі – одна з частин організації продуктивного дозвілля у ВВНЗ. При свідомому ставленні до відпочинку дозвіллевий час стає засобом не тільки звичного способу відпочинку курсантів, задоволення їх гедоністичних потреб в розвагах, виконання утилітарної, прагматичної чи розважальної функції. При суб'єктному доборі видів дозвіллевих занять пріоритетним стає їхня доцільність відповідно смисложиттєвим цінностям суб'єкта та розвитку його потенціалу.

Додатком до канви дослідження змістовних орієнтацій курсанта на проведення вільного часу став зміст BASIC PH [196], актуальний для країн, що знаходяться у військовому конфлікті та інших випробуваннях.

Під час взаємодії курсантів один з одним та з командирами відбувається поступове пізнання та розуміння себе як суб'єкта, свого життєвого шляху, самоактуалізації, розвитку якостей особистості. Взаємодія особистості зі своїм внутрішнім світом значує не менше, ніж із зовнішнім.

За результатами інтерпретації даних, отриманих під час діагностування курсантів з проблеми їх ставлення до організації дозвіллевої діяльності, ми зробили припущення стосовно суб'єктних змін, які можуть супроводжувати подальше становлення особистості майбутнього офіцера. Завдяки організації суб'єктом своєї дозвіллевої діяльності відбуваються певні досягнення у процесі становлення його особистості. Тобто, якщо суб'єктом не лише визначено умови організації своєї дозвіллевої діяльності, а й вибудовано індивідуальну траєкторію досягнення поставлених завдань, то це сприяє актуалізації процесу саморозвитку, логічним наслідком чого відбудуться зміни в становленні особистості. Натомість, ці зміни торкаються стосунків курсанта як зі своїм внутрішнім (суб'єктним, інтраперсональним) світом, так і з зовнішнім (інтерперсональним) світом.

Отже, отримані результати спонукали нас до визначення необхідності застосування корекційних заходів у роботі з курсантами ВВНЗ, як майбутніми офіцерами, з проблеми організації дозвілєвої діяльності. Саме в період навчання у Військовій академії у молодих людей — майбутніх офіцерів формується суб'єктна активність, ініціативність, самостійність, що стає у нагоді становлення своєї особистої точки зору, особистих поглядів на різні речі, організації своєї дозвілєвої діяльності. Натомість, прояви індивідуальних характеристик, самоактуалізованість, прояв певного рівня суб'єктивного контролю забезпечує індивідуалізоване ставлення особистості до формування свого подальшого життєвого шляху.

Відповідно до мети, концептуальних підходів, принципів та умов реалізації завдань даного дисертаційного дослідження, нами було складено корекційно-тренінгову програму, спрямовану на отримання позитивних змін у особистісному зростанні майбутнього офіцера як суб'єкта дозвілєвої діяльності. Результативно-аналітичний компонент зазначеної програми відповідає контрольному етапу експериментальної частини нашого дисертаційного дослідження, охоплює обговорення очікуваних результатів, що підтверджують припущення щодо підвищення рівня самостійної організації курсантами своєї дозвілєвої діяльності після виконання завдань даної програми.

### **3.2. Корекційно-тренінгова програма особистісного росту та становлення майбутнього офіцера як суб'єкта дозвілєвої діяльності**

Аналіз даних, отриманих нами на попередньому діагностичному етапі дослідження, зумовив необхідність застосування тренінгової програми, спрямованої на особистісне зростання курсанта, що передбачало корекцію низького рівня показників становлення майбутнього офіцера як суб'єкта дозвілєвої діяльності (локусу контролю, самоактуалізації, властивостей особистості).



Учасникам експерименту було запропоновано взяти участь на умовах добровільності у виконанні завдань корекційно-тренінгової програми. Із загальної вибірки (n=244) виявили бажання залучитись до подальшої роботи 120 респондентів, з кількості яких було сформовано дві групи: контрольну і експериментальну. До контрольної групи увійшли особи, які за результатами діагностики мають високий рівень за усіма досліджуваними показниками (КГ, n=72), а до експериментальної групи увійшли особи з високим рівнем за усіма досліджуваними показниками (ЕГ, n=48).

Проведення тренінгової роботи - це один з незвичайних засобів отримання особистісного досвіду, для чого не завжди достатнім є пасивне засвоєння інформації. Основною дією будь-якого тренінгу, зазвичай, є гра, яка дозволяє учасникам корекційно-тренінгових занять бути самим собою («Я-реальне»), звеличуючись поступово до розуміння своєї унікальності («Я-ідеальне»). Завдяки актуалізації подій реального життя людина поступово робить у заняттях тренінгу особистісні відкриття. Отже, відбувається самовідкриття особистості кожного з членів тренінгової групи через усвідомлення особистого досвіду, який переживається під час виконання певних завдань та вправ. Натомість, процеси самовідкриття і саморозкриття циклічно змінюють один одного, забезпечуючи учасникам тренінгу висвітлення « Я-об'єктивного» і зростання самосвідомості.

Наш тренінг присвячено розвитку складових особистісного росту курсантів ВВНЗ. Безперечно, особистісне зростання залежить, перш за все, від зусиль самої людини. Але цього недостатньо. Повноцінне особистісне зростання можливе ще й за умов прояву доброзичливої участі оточуючих до виконання людиною усіх видів діяльності, але в тому випадку, якщо вона домагається визнання і поваги до свого внутрішнього (суб'єктивного) світу. Це сприяє особистісному росту, оскільки реалізація особистісного потенціалу досить тісно пов'язана з « Я-образом», який формується у спільній діяльності з оточуючими «значущими» людьми, а реалізується самостійно з урахуванням

індивідуально-психологічних особливостей у різних видах діяльності, і в першу чергу, дозвіллевої.

Метою тренінгу «Становлення особистості майбутнього офіцера як суб'єкта дозвіллевої діяльності» є розвиток у молодих людей самосприймання, саморозуміння, саморозвитку, пізнання себе та оточуючих людей, адекватного уявлення про свою професію, особливості перебігу процесу становлення майбутнього офіцера як суб'єкта дозвіллевої діяльності.

Під час застосування даної програми були реалізовані наступні завдання:

- оволодіння психологічними знаннями особистісного зростання та практичними навичками роботи у тренінговому режимі;
- організація самопізнання, самодіагностики та самокорекції психологічних якостей та властивостей;
- звільнення від бар'єрів, що заважають реальним і продуктивним діям особистісного росту;
- оволодіння індивідуальними навичками саморозуміння та міжособистісної взаємодії для підвищення ефективності життєвого шляху майбутнього офіцера;
- підвищення рівня психологічної культури курсантів, що сприяє розвитку суб'єктності особистості та професійному становленню.

Спираючись на специфіку умов військової служби, ми припустили, що спільна групова психокорекційна діяльність під час проведення психологічного тренінгу в умовах Військової академії допоможе курсантам - майбутнім офіцерам впоратися з тими проблемами, які заважають їм прагнути пізнавати себе, пояснювати зміни своєї суб'єктності, індивідуально-психологічні особливості зростання своєї особистості, самостійної організації свого життєвого шляху та дозвіллевої діяльності у процесі професійного становлення.

Корекційно-тренінгова програма складається з трьох тем, що включають 28 завдань, загальна тривалість яких 70 годин.

Форма роботи під час проведення тренінгових занять та вправ — групова (групи по 6-8 чоловік). Тривалість одного заняття: 1 академічна година. Тривалість усього тренінгу—4 місяці, по 5-6 годин на тиждень.

### **Заняття №1. Самопізнання особистості.**

**Мета заняття:** розвивати вміння розуміти себе, пізнавати своє «Я».

**Заняття розраховано на 27 годин.**

#### **Вправа 1. Тема: «Тут і зараз» (1 год.)**

**Мета:** здобути практичний досвід з усвідомлення того, що відбувається прямо тут і зараз.

**Інструкція:** ведучий пропонує учасникам протягом декількох хвилин складати фрази, які виражають, те що вони в даний момент усвідомлюють, помічають. Починати кожне речення необхідно зі слів «зараз», «в цей момент», «тут». Рекомендується повторити після аналізу кілька разів.

**Обговорення:** учасники діляться своїми думками, отриманими в результаті виконання вправи. З якими труднощами ви зіткнулися? Чому ви зупинилися?

#### **Вправа 2. Тема: «Сила мови» (2 год.)**

**Мета:** усвідомлення учасниками тренінгу тісного зв'язку мови з відповідальністю за власні думки, почуття і дії.

**Інструкція:** ведучий розбиває групи на підгрупи по 4-5 чоловік та говорить: "Дивлячись в очі партнерам, скажіть три фрази, починаючи кожною словами: " Я повинен ... ". Потім замініть в них слова "Я повинен ..." на "Я вважаю за краще ...", зберігши незмінною решту висловлювання. Подивіться, чи веде заміна необхідності бажанням до відчуття свободи і полегшення. Те ж виконайте з фразами, які починаються часткою зі слів "Я не можу ..." – "Я не хочу ...", "Мені треба ..." – "Я не хочу ...", "Я боюся, що ..." – "Я хотів би ...", " Мене обурює ..." – " Мене захоплює ... ".

**Обговорення:** Після взаємодії в складі груп, всі знову сідають на свої місця і за бажанням діляться своїми відкриттями та усвідомленнями, що стали результатом виконання вправи. Ведучий акцентує увагу на тому, що фрази "Я повинен ...", "Я не можу ..." заперечують можливість людини, яка вимовляє їх, бути відповідальним. Змінюючи мову, можна зробити крок до підвищення відповідальності за власні думки, почуття і дії.

### **Вправа 3. Тема: «Два стільця» (3 год.)**

**Мета:** осмислення учасниками подвійних ролей при спілкуванні з співбесідником.

**Інструкція:** ведучий: "Нерідко людина відчуває деяку подвійність, розщеплення протилежностями, відчуває себе в групі цих протилежностей, протиборчих сил. Вам пропонується зіграти діалог між цими сторонами. З кожною зміною ролі ви будете міняти стільці: «дружелюбне Я» і «роздратоване Я». Можливі варіанти: виконувана роль може бути роллю людини - якою вона є зараз; роллю дитини, матері, батька, дружини (чоловіка) або начальника. Виконувана роль може бути фізичним симптомом - виразкою, головним болем, болем у попереку, сильним серцебиттям. Вона може бути предметом, що зустрівся уві сні, наприклад, частиною меблів, тваринам і т.д.

**Обговорення:** ведучий просить учасників проаналізувати, що допомогло їм виконати дане завдання, яка з ролей «дружелюбне Я» чи «роздратоване Я» далася важче, і як цей досвід можна використати у подальшій груповій роботі.

### **Вправа 4. Тема: « Життя без себе» (3 год.)**

**Мета:** виявлення емоцій учасників, що виникають при уявленні оточуючого світу без себе самого.

**Інструкція:** ведучий пропонує розглянути ситуацію: « Коли впадеш в забуття, в перший момент, здається, ніби застав світ, який живе без тебе. Уявіть зараз, що життя йде без вас, саме по собі. Подивіться на нього з боку ... Тепер поверніться до себе » .

**Обговорення:** ведучий просить декількох курсантів розповісти про свої думки, почуття та відповіді на запропоновані питання: Чи змінився світ під час вашої відсутності? Чи значимі ви в цій ситуації життя? Як стати живим?

**Вправа 5. Тема: «Ваші здібності до щирості» (2 год.)**

**Мета:** допомогти учасникам краще пізнати свій творчий хист до щирості.

**Інструкція:** Проводиться в парах. Виберіть зручне місце. Сядьте обличчям один до одного. Подивіться прямо в обличчя один одному. Поділіться один з одним дійсно важливим для вас: своїми думками, почуттями. Коли розповідаєте, намагайтеся говорити вільно. Усвідомте ваші почуття і висловіть їх. Усвідомте, як змінюються ваші почуття. По черзі поділіться один з одним кілька разів.

**Обговорення:** учасники діляться враженнями та відповідають на наступне питання ведучого: Які почуття ви відчуваєте до свого партнера після експерименту?

**Вправа 6. Тема: «Успіхи в минулому» (2 год.)**

**Мета:** використання позитивних емоцій, які пов'язані з успіхами в минулому, для формування нових мотиваційних відносин.

**Інструкція:** 1. Згадайте випадок зі свого життя, коли ви переживали значний успіх. Закрийте очі і уявіть собі це яскраво. Створіть картинку в уяві. Зверніть увагу на розмір, точність і якість цієї картинки, на ті рухи, звуки, переживання, які створюють або супроводжують її.

2. Далі поміркуйте про мету, яку ви прагнете досягти. Уявіть її чітко. Прокрутіть в уяві картинку досягнення мети.

3. Додайте в уяві цю картинку туди ж, де була і попередня. Ваше завдання полягає в тому, щоб ці дві картинки накласти одна на одну. Прагніть пережити радість, задоволення від майбутнього успішного завершення справи (досягнення мети) так, як ви відчували це в минулому.

**Обговорення:** По завершенню тренінгу учасники діляться своїми усвідомленнями про те, наскільки їм вдалося реалізувати експеримент, чи легко було пригадати минулі успіхи та сформувавши нові мотиваційні відносини.

**Вправа 7. Тема: «Уникання невдачі» (3 год.)**

**Мета:** пошук шляхів вирішення невдач та прагнення подальшого розвитку себе як особистості.

**Матеріал:** аркуші паперу, ручки

**Інструкція:** міркуючи про джерело появи ваших невдач та розвиток вашої особистості в майбутньому напишіть текст, відповівши на запропоновані запитання (Додаток Б).

**Обговорення:** Учасники прокручують відповідні ситуації в уяві, аналізуючи записаний текст, діляться своїми усвідомленнями, отриманими в результаті виконання вправи. Чи все їм вдалося? Які мотиваційні слова проявилися при підтримці та надиханні людини на подальшу успішну діяльність?

**Вправа 8. Тема: «Хвалько» (3 год.)**

**Мета:** навчитися ідентифікувати (ототожнювати) себе з предметом своєї діяльності, що надасть можливість побачити всі його переваги.

**Інструкція:** Уявіть себе предметом, до якого прагнете сформувавши інтерес. Опишіть його від першої особи (похваліть самого себе). Опишіть, яким чудовим і корисним предметом ви є, що ви можете дати своєму господареві. «Запускайте» уяву і творчу здатність. 2. Через деякий час станьте самим собою і ще раз розгляньте ваш предмет. Поміркуйте над його перевагами, силою, красою. Помилуйтеся його красою і досконалістю. Чи помітили ви в ньому щось нове і незвичайне для вас? Що приємне ви хочете йому сказати? 3. Потім знову станьте цим предметом. Ідентифікуйтеся з ним. Усвідомте свої (тобто предметів) переваги. Похваліться усім прекрасним і корисним, що ви маєте, перед іншими людьми. 4. Спробуйте переконати

інших у тому, що ви чудовий, сильний і корисний (бажано спиратися на явні переваги).

**Обговорення:** ведучий питає у учасників, чи все їм вдалося. Вони в свою чергу діляться враженнями та практичним досвідом ідентифікації (ототожнення) себе з предметами діяльності, акцентуючи увагу присутніх на перевагах, які були виявлені.

### **Вправа 9. Тема: «Аналіз своїх виправдань» (3 год.)**

**Мета:** допомогти учасникам знайти шляхи правильного підходу до конкретних людей, спираючись на отриманий позитивний досвід .

**Матеріал:** Аркуші паперу, ручки.

**Інструкція:** 1. Спробуйте пояснити (виправдатися), чому ви не виконали те, що задумали, чому не доклали достатніх зусиль для досягнення поставлених перед собою цілей.

2. Запишіть докладно всі виправдання. Наприклад: «Я не виконав завдання тому, що: 1) Дуже багато справ, 2) Мало здібностей, 3) Ніхто не допоміг».

**Обговорення:** ведучий звертає увагу учасників на те, що більшість причин невдач є внутрішніми, але і на зовнішні фактори можна впливати та пропонує проаналізувати виправдання учасників, та пояснити: 1) Чому вони використовують саме такі виправдання? 2) Чи залежить це від них або від зовнішніх обставин (які їм не підконтрольні)? 3) Які заходи слід провести, щоб виправити становище.

### **Вправа 10. Тема: «Похвала самому собі» (2 год.)**

**Мета:** навчитися схвалювати, підбадьорювати і надихати самого себе, оскільки це дуже допомагає в роботі.

**Інструкція:** 1. Згадайте подію, під час якої ви досягли успіху, проявивши наполегливість, цілеспрямованість, кмітливість і т.д. Згадайте емоційний стан (задоволення, підйом), в якому перебували в ситуації успіху та перемоги.

2. Похваліть самого себе. Скажіть самому собі кілька приємних слів. Наприклад: «Молодець! Чудова робота! Так і далі тримати! »

3. Зобов'яжемо себе і далі так працювати (наприклад, проявити наполегливість, цілеспрямованість і т.д.).

**Обговорення:** Згадуючи і емоційно підкріплюючи дії, які в минулому приводили до успіху, ви надихаєте себе на подальші досягнення.

### **Вправа 11. Тема: «Сформуї позитивний образ «Я» (3 год.)**

**Мета:** формування впевненості в собі і, як наслідок, покращення ставлення до діяльності.

**Інструкція:** ведучий пояснює учасникам, що часто почуття власної безпорадності, низька самооцінка є наслідком негативного самосприйняття. Як наслідок, такий образ свого «Я» негативно впливає на мотивацію і діяльність особистості, але коли ви впевнені в собі, то ваше ставлення до діяльності буде зовсім іншим. Ведучий пропонує подивитися на формування позитивного образу «Я», міркуючи та згадуючи певну інформацію з особистого життя ( Додаток Б).

**Обговорення:** Ведучий просить учасників об'єднатися в мікрогрупи по 3-4 особи і всередині кожної з них обговорити свої твори, які допомогли б вам підтримувати позитивний образ «Я» і спонукали б на досягнення подальших успіхів, відповідаючи на питання (Додаток Б). Кожна група обирає доповідача, який презентує усвідомлення та висновки, зроблені в результаті виконання вправи.

### **Заняття №2. Суб'єктні зміни особистості.**

**Мета заняття:** скласти суб'єктивне уявлення про певні зміни на шляху становлення особистості

**Програма заняття розрахована на 23 години.**

### **Вправа 1. Тема: «Кольори веселки» (2 год.)**

**Мета:** розвиток навичок кооперації.



**Інструкція:** тренер пояснює учасникам, що для того, щоб вправа була успішною, кожен учасник повинен цілком відчувати інших, щоб, хоча й повільно, але знайти єдиний ритм і настрій. Тренер ділить учасників на невеликі підгрупи по п'ять-шість чоловік. Кожна підгрупа утворює своє коло і вибирає ведучого, який буде виконувати несподівано простий обов'язок: йому потрібно тільки голосно рахувати до трьох. Як тільки ведучий сказав «три», інші хором викрикують назву якогось кольору: «червоний», «чорний», «блакитний» і т.д. Мета полягає в тому, щоб усі члени команди без попередньої домовленості назвали один і той же колір. При цьому слід дотримуватися такого правила: гравець не може називати один і той же колір два рази поспіль. Вправа закінчується, коли всі гравці групи назвуть один і той же колір.

**Обговорення:** Учасники за бажанням діляться своїми враженнями: Що вдалося легко, а з чим виникали труднощі? Із чим це пов'язано? Яка була стратегія вашої поведінки при виконанні даної вправи? Який ваш стан зараз?

### **Вправа 2. Тема: «Секрет Джованні» (3 год.)**

**Мета:** розвиток навичок індивідуальної активності у процесі групової взаємодії.

**Матеріали:** карточки з текстами.

**Інструкція:** ведучий ділить учасників на декілька груп та зачитує наступний текст (Додаток Б). Після чого кожен отримує по одній картці. Щоб рішення задачі було успішним, учасники повинні звести разом всю наявну на картках інформацію. Кожен гравець читає вголос, що написано на його картці. При цьому діють три правила: 1) не можна нічого записувати і складати в письмовому вигляді картину подій; 2) не можна змушувати іншого читати, що написано у нього на картці, якщо той не хоче; 3) ніхто не повинен випускати свою картку з рук. Група повинна відповісти на три питання: 1. Що втратив Джованні? 2. Хто це викрав? 3. Де це знаходиться? Учасникам видаються додатки з варіантами відповідей.

**Обговорення:** група відповідає на поставлені в завданні питання, ведучий обговорює з учасниками: Як група організувала свою роботу? Якою була атмосфера під час роботи?

**Вправа 3. Тема: «Емоційне насичення» (3 год.)**

( з книги Минуллина А.Ф., Гурьянова О.А. *Тренинг личностного роста: Методическое пособие*. Казань: Издательство «Бриг», 2015.96с.

**Мета:** практика у використанні позитивних, «приємних» епітетів і емоцій для формування привабливого та цікавого інтересу до предметів і об'єктів.

**Матеріал:** аркуші паперу, ручки.

**Інструкція:** 1. Випишіть 20 слів, які вам найбільше подобаються, які викликають позитивні емоції.

2. Запишіть 15-20 прикметників (епітетів), якими ви наділяєте вподобані вам предмети (наприклад, «чудовий», «прекрасний»).

3. Запишіть 10 компонентів (структурних компонентів або параметрів), предмета (об'єкта), до якого ви хочете сформувавши інтерес. Наприклад, якщо це автомобіль, то серед елементів можуть бути мотор, гальма, кермо, корпус, дизайн. А якщо ви прагнете розвинути свій інтерес до психології, то в якості компонентів можуть виступати психічні компоненти і функції (пам'ять, увага, уява, мислення, мотивація і т.д.).

4. Кожен компонент (елемент) вашої діяльності (з десяти записаних) насичуйте позитивними (приємними для вас) епітетами. Охарактеризуйте кожен елемент (структурний компонент) з позитивного боку.

**Обговорення:** ведучий пояснює учасникам, що для того щоб сформувалося подібне ставлення до предметів (об'єктів) вашої діяльності, процес емоційного насичення повинен бути досить тривалим. Учасники діляться враженнями та емоціями про використані позитивні епітети та чи змінився інтерес до предметів і об'єктів після цього.

#### **Вправа 4. Тема: «Ідентифікація з улюбленою твариною» (2 год.)**

**Мета:** актуалізація своєї наполегливості і підвищення мотивації досягнення цілей при ідентифікації людини з улюбленою твариною.

**Інструкція:** 1. Виберіть одну тварину, якій притаманні риси, що ви хотіли б розвинути. Спробуйте ототожнити, асоціюватися з твариною, яка буде наполегливо, незважаючи на труднощі і перешкоди, прямувати до своєї мети.

2. Побудьте в образі цієї тварини і спробуйте не менше п'яти хвилин долати в уяві труднощі, прагнучи досягти свого.

3. Дайте відповідь на питання:

- З якою твариною ви ототожнювалися (асоціювалися)?
- Які ситуації, пов'язані з досягненням мети, ви уявляли?
- Що ви відчували, переживали в цей момент?

**Обговорення:** Курсантам надається час для обговорення, після чого декілька учасників презентують свої відчуття, переживання в момент ототожнення з твариною. В кінці підводяться підсумки вправи та аналізуються найцікавіші варіанти, в яких максимально проявилась креативність учасників і був здійснений вплив на їхню особистість.

#### **Вправа 5. Тема: «Нове ім'я» (3 год.)**

**Мета:** очікування певних змін в мотивації людини, змінюючи при цьому ім'я та додаючи до свого імені епітети або характеристики.

**Матеріал:** аркуші паперу, ручки

**Інструкція:** Ведучий зачитує текст завдання (Додаток Б). Після чого учасникам пропонується записати кілька коротких оповідань про себе (реального, з минулими або нинішніми успіхами, або фантастичного, з мріями про досягнення в майбутньому).

**Обговорення:** Ведучий просить трьох-чотирьох курсантів зачитати розповідь про себе реального і фантастичного, розкривши наступні питання:

1. Як я (з новим ім'ям) наполегливо працюю і досягаю успіхів?

2. Я (з новим ім'ям) обов'язково досягну успіхів!

**Вправа 6. Тема: «Коло субособистостей» (3 год.)**

**Мета:** розвивати здібності до щирості.

**Матеріали:** великі аркуші паперу, ручки, кольорові олівці та фломастери.

**Інструкція:** Ведучий зачитує текст завдання (Додаток Б), після чого учасникам пропонується скласти список власних бажань, виділивши свої найважливіші та намалювати їх, визначеним в завданні чином, із врахуванням своєї субособистості.

**Обговорення:** Учасники за бажанням діляться своїми усвідомленнями та почуттями, які виникали у процесі виконання вправи, аналізують рівень своєї щирості під час виконання завдання.

**Вправа 7. Тема: «Зустріч з Саботажником» (2 год.)**

**Мета:** аналіз реальної мотиваційної проблеми і формування стратегії створення необхідної мотивації у людини.

**Інструкція:** 1. Подумайте про якусь справу, яку б ви хотіли успішно виконати. Це може бути вступ до ще одного навчального закладу, створення сім'ї, звільнення від непотрібних зв'язків, організація якогось заходу або прийом гостей. Уявіть тепер, що ваш план здійснений.

2. Тепер спробуйте придумати що-небудь таке, що завдасть шкоди вашому заходу, завадить його здійсненню. Уявіть цю картину.

3. Намалюйте саботажників або ту силу, яка штовхає на саботаж, протидіє виконанню задуманого.

4. Тепер самі побудьте в ролі саботажника і обдуманно перемішайте здійснення свого проекту. Розкажіть, яку вигоду ви винесли?

5. З точки зору «Я» уявіть зустріч з саботажником і проведіть з ним переговори. А як би ви назвали свого саботажника? Можливо, ваш саботажник - це одночасно і жертва, тобто ще одна субособистість, яка є у більшості з нас і яку досить легко виявити. Цій субособистості подобається

бути жертвою, відчувати себе безпорадною, домагатися уваги майстерним умінням.

**Обговорення:** ведучий запитує: Чи все Вам вдалося? Як будувалася стратегія вашої поведінки? Що мотивувало, на Вашу думку, кожного героя даної ситуації? В свою чергу учасники за бажанням пояснюють свої думки стосовно мотиву потенційного саботажника та експерименту в цілому.

### **Вправа 8. Тема: «Схвалення» (3 год.)**

**Мета:** тренування і розмірковування над тим, як схвалювати, підтримувати самого себе для становлення більшої впевненості і цілеспрямованості.

**Інструкція:** Ведучий розповідає учасникам порядок виконання вправи (Додаток Б).

**Обговорення:** Учасникам пропонується дати відповіді на запропоновані запитання: Чи знаєте ви свої позитивні риси, свої переваги, які здатні забезпечити вам успіх в житті? Чи вмієте підбадьорювати себе та інших? Після чого за бажанням зачитати свій новий текст схвалення та обговорити з усіма присутніми.

### **Вправа 9. Тема: «Склади настанови іншим людям» (2 год.)**

**Мета:** впевнитись в тому, що навчання, переконання, спонукання, мотивування інших –однаково впливає на сутність особистості кожного.

**Матеріал:** аркуші паперу, ручки.

**Інструкція:** Ви повинні переконати іншого учасника групи (уявіть, що перед вами ваш підлеглий або дитина, які потребують ваших настанов), що із завданням можна легко впоратися. Намагайтеся вселити впевненість до успіху. Запишіть свою промову.

**Обговорення:** учасники по черзі зачитують свій варіант промови з чіткими установками до виконання завдання та діляться враженнями один з одним, наскільки вони були переконливими.

### **Заняття №3. Життєвий шлях майбутнього офіцера.**

**Мета заняття:** скласти суб'єктивне уявлення про правильність вибору життєвого шляху, пов'язаного з професією військовослужбовця.

**Програма заняття розрахована на 20 годин.**

**Вправа 1. Тема: «Мої потреби» (3 год.)**

**Мета :** виявити рівень значущості професійної діяльності для суб'єкта.

**Матеріали:** папір, ручки.

**Інструкція:** Вправа виконується в парах. Учасникам необхідно домовитися з тими людьми, до кого є довіра і записати питання «Без чого я не бачу свого подальшого життя?». Важливо перерахувати те, відсутність чого зробить життя неможливим. Після виконання - поділитися з членами групи своєю відвертістю.

**Обговорення:** визначити, чи присутня в індивідуальних списках учасників групи і яке місце в житті займає професійна діяльність, наскільки вона для них важлива.

**Вправа 2. Тема: «Мій професійний вибір» (3 год.)**

**Мета:** усвідомлення характеру свого професійного вибору.

**Інструкція:** «Згадайте і розкажіть, як ви вибирали свою професію».

Якщо група складається з 7-10 чоловік, кожен розповідає про свій вибір в загальному колі, якщо більше - краще розділитися на трійки або четвірки і потім від групи дати інформацію в загальне коло.

**Обговорення:** ведучий пропонує обговорити наступні питання: 1. Чи був цей вибір самостійним? Усвідомленим? 2. Якби ви перенеслися назад, яку професію ви б обрали?

**Вправа 3. Тема: «Змагання мотивів» (3 год.)**

**Мета:** зрозуміти особливості усвідомленого вибору професії.

**Матеріал:** бланк, ручка.

**Інструкція:** ведучий пояснює: «Наше завдання - вибрати найбільш значимий для кожного з вас мотив вибору професії, тобто ту головну причину, по котрій ви вибираєте собі професію. Для цього ми влаштуємо змагання

мотивів за олімпійською системою, щоб в кінці визначити мотив переможця. Візьміть бланк зі списком мотивів (Додаток Б). Спочатку виберемо кращий мотив в кожній парі і запишемо номер «переможця» в колонці 1/8. Далі зведемо в очному поєдинку мотиви переможців та отримаємо чотири головні мотиви вибору професії. Потім влаштуємо півфінал і, нарешті, фінал. На закінчення спробуйте тепер визначити три перших місця - три своїх головні мотиви вибору професії».

**Обговорення:** ведучий з учасниками аналізують змагання мотивів, акцентуючи увагу на головних мотивах-переможцях.

#### **Вправа 4. Тема: «Моя професія» (3 год.)**

**Мета:** усвідомлення особистісного сенсу обраної професії.

**Інструкція:** Ведучий розповідає учасникам порядок виконання завдання.

**Обговорення:** ведучий звертає увагу учасників на те, що дана процедура є не тільки дослідницьким і психодіагностичним інструментарієм, а і психотехнічним або навіть психотерапевтичним засобом, фасилітує особистісний ріст і розвиток процесів осмислення, усвідомлення особистісного сенсу обраної професії. Після чого курсанти висловлюють свої враження від виконання завдання.

#### **Вправа 5. Тема: «Дорожня карта» (3 год.)**

**Мета:** усвідомлення проміжних етапів і можливих шляхів досягнення своєї професійної мети.

**Матеріал:** бланки «Дорожньої карти», ручка.

**Інструкція:** ведучий роздає учасникам готові бланки «Дорожньої карти» і пропонує виконати наступні дії:

1. Подивіться на свої бланки «Дорожньої карти» (Додаток Б).
2. Сформулюйте свою професійну мету. Наприклад:
  - закінчення навчального закладу і отримання спеціальності;
  - пристрій на конкретне місце роботи;

- конкретне професійне досягнення, включаючи побудову кар'єри і отримання нагород, премій і іншого.

3. Запишіть зверху на аркуші свою професійну мету (кінцеву зупинку вашого шляху).

4. Продумайте і запишіть в свою «Дорожню карту» проміжні зупинки.

5. Розділіться на пари і розкажіть партнеру про свій шлях до професійної мети. Спробуйте спільно розробити альтернативний (інший) шлях до тієї ж самої мети. Відобразіть цей інший шлях на своїй карті.

**Обговорення:** ведучий питає: Чи все у вас вийшло? Якщо ні, то чому? Після чого учасники за бажанням демонструють свої альтернативні шляхи до професійної мети.

**Вправа 6. Тема: «Подолання бар'єрів життєвого шляху» (3 год.)**

**Мета:** усвідомлення характеру дій на шляху до професійної мети.

**Матеріал:** папір, ручки, бланки з таблицею «Оцінка дій з подолання бар'єрів на моєму життєвому шляху».

**Інструкція:** Ведучий розповідає учасникам порядок виконання вправи (Додаток Б).

**Обговорення:** Ведучий задає питання: 1. До яких квадратів ви віднесли дії, необхідні вам для досягнення високого професіоналізму?

2. Чи хотіли б ви змінити пріоритетність виділених вами дій? Яких і як? Після чого учасники відповідають і коментують свої відповіді.

**Вправа 7. Тема: «Придумай девіз» (3 год.)**

**Мета:** розвиток позитивного мислення відповідно до нових внутрішніх установок.

**Матеріал:** аркуш паперу, ручка.

**Інструкція:** 1. Уявіть, що ви людина з високою мотивацією досягнення (прагнете досягати значних успіхів, наприклад, стати генералом). Придумайте девіз (гасло), який би вказував, спонукав і надихав вас на досягнення певної



мети. Девіз повинен подобатися вам, надихати на подолання труднощів і проблем, налаштовувати на наполегливу роботу.

2. Підберіть кілька варіантів девізу, щоб згодом вибрати кращий з них. Різноманітність девізів необхідно також для того, щоб відобразити різні аспекти мотивації досягнення. 1-й варіант: на формування наполегливості і здатності долати труднощі і перешкоди; 2-й варіант: на формування цілеспрямованої, тобто систематичної роботи по досягненню мети; 3-й варіант: на розвиток впевненості в собі; 4-й варіант: на розвиток прагнення вдосконалювати, покращувати свою майстерність.

3. Напишіть свій девіз на табличці. Підберіть відповідний колір і малюнок-символ. Помістіть табличку на робочому столі (або на стіні), щоб постійно її бачити.

4. Час від часу змінюйте деякі слова (для різноманітності, щоб уникати механічного сприйняття). Певний ефект викликає і переформулювання девізу. Придумайте чотири варіанти девізу, висловіть його ідею різними способами (4 варіанти).

5. На окремому аркуші паперу напишіть розповідь на тему, пов'язану з вашим девізом. Спробуйте якомога яскравіше уявити ситуації, висловіть свої відношення і почуття.

**Обговорення:** ведучий просить добровольців, які виконували вправу, зачитати розповідь на тему, пов'язану з девізом. Всі інші учасники можуть за бажанням дати зворотній зв'язок з приводу своїх спостережень.

### **Вправа 8. Тема: «Пожвавлення приємних спогадів» (2 год.)**

**Мета:** актуалізуючи позитивні емоції, пов'язані з власною діяльністю і успіхами в минулому, надати підтримку та спонукати до подальшої діяльності.

**Матеріал:** аркуш паперу, ручка.

**Інструкція:** Вправу особливо корисно виконувати тоді, коли ви розчаровані, не відчуваєте достатньої мотивації і сил для продовження роботи.

1. Згадайте той період свого життя, коли ви були натхненні діяльністю, коли досягли успіхів, коли щось добре вдалося зробити (наприклад, коли з натхненням читали підручник або обмірковували наукову проблему). Що саме і чому так легко вдавалося вам?

2. Виберіть будь-який життєвий епізод і спробуйте знову пережити його в деталях. Потім поживайте приємні спогади з інших епізодів. Які були відчуття, враження? Який ефект від виконання вправи?

3. Спробуйте актуалізувати такі почуття зараз і захопитися чимось. Намагайтеся перенести ці почуття з минулого на діяльність, до якої ви прагнете розвинути інтерес. Спробуйте пов'язати минулі успіхи, похвалу на вашу адресу, натхнення (в минулому) з цією діяльністю.

**Обговорення:** Запишіть свої враження, почуття, міркування. Оцініть ефективність вправи в балах. Якщо не дуже вдало виконали, не зуміли актуалізувати приємні почуття з минулого і перенести їх на теперішню діяльність, поміркують:

- що заважає вам відчувати схожі почуття тепер?
- як можна було б вдосконалити цю вправу і адаптувати її до своїх психологічних особливостей?

### **3.3. Результати застосування корекційно-тренінгових вправ у становленні майбутнього офіцера як суб'єкта дозвілєвої діяльності**

Аналіз результатів впровадження корекційно-тренінгової програми вказує на позитивну динаміку показників суб'єктності курсантів, що наочно зображено на рис.3.1-3.4.

Так, на рис. 3.1. представлено профілі локусу контролю осіб експериментальної групи.

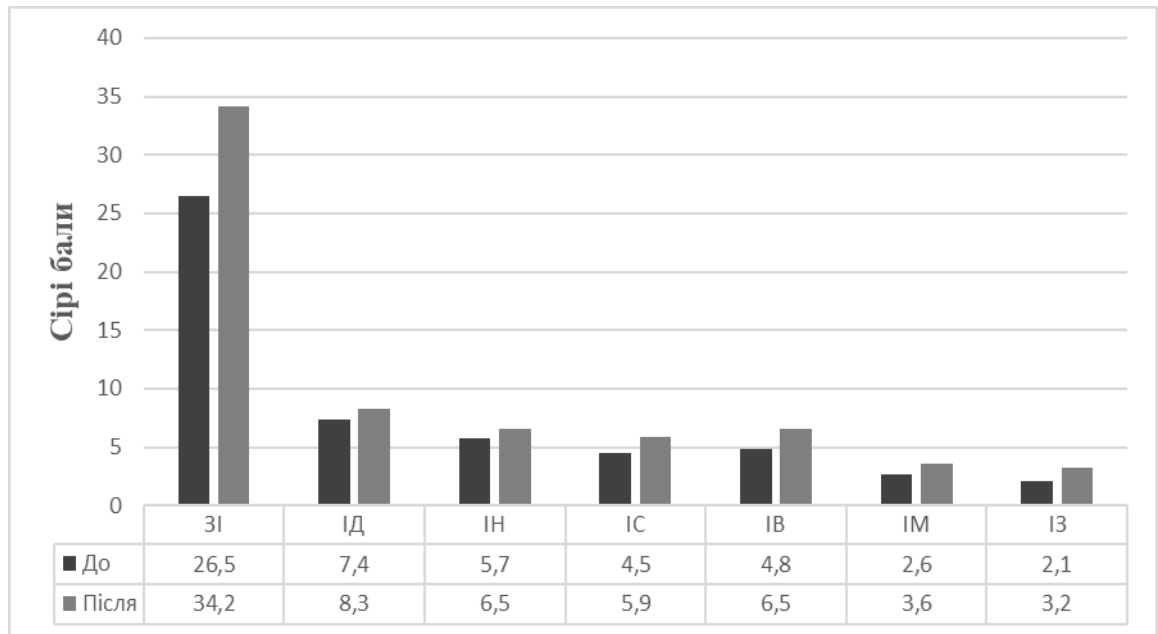


Рис. 3.1 Гістограма показників прояву локусу контролю над життєвими ситуаціями представників експериментальної групи (ЕГ) до і після тренінгу

Примітки. Умовні скорочення: ЗІ – загальна інтернальність, ІД – інтернальність у галузі досягнень, ІН – інтернальність у галузі невдач, ІС – інтернальність у галузі сімейних стосунків, ІВ – інтернальність у галузі виробничих відносин, ІМ – інтернальність у галузі міжособистісних стосунків, ІЗ – інтернальність відносно здоров'я та хвороби.

Як видно з рис. 3.1 в результаті проведеного формувального експерименту у представників експериментальної групи спостерігається певне зростання показників прояву локусу контролю над життєвими ситуаціями.

Так, показник «загальна інтернальність» (ЗІ) виявив збільшення на 7,7 бала ( $t=-10,59$ ;  $p\leq 0,01$ ), що можна розглядати як яскраве зростання рівня суб'єктивного контролю над життєвими ситуаціями. У осіб, які приймали участь у формувальному експерименті, з'явилося відчуття особистої відповідальності за події, які відбуваються. Представники експериментальної групи стали більш спокійними, упевненими в собі та доброзичливими людьми. Збільшення значення показника «інтернальність у галузі досягнень» (ІД) на 0,9 бала ( $t=-4,93$ ;  $p\leq 0,01$ ) свідчить про тенденцію до підвищення рівня

суб'єктивного контролю над емоційно-позитивними подіями і ситуаціями. Показник «інтернальність у галузі невдач» (ІН) характеризує розвинене почуття суб'єктивного контролю по відношенню до негативних подій і ситуацій, після проведення тренінгу його значення збільшилися на 0,8 балів ( $t=-4,10$ ;  $p\leq 0,01$ ). Значення даного показника, отримані після формувального експерименту, показують появу схильності у особистості звинувачення самого себе в різноманітних неприємностях і переживаннях.

Значення показника «інтернальності у галузі сімейних стосунків» (ІС) змінилися у бік збільшення на 1,4 бала ( $t=-7,13$ ;  $p\leq 0,01$ ), що можна розглядати як тенденцію до відповідальності у всіх подіях, що відбуваються у сімейному житті. Зростання значень показника «інтернальність у галузі виробничих відносин» (ІВ) на 1,7 бала ( $t=-10,61$ ;  $p\leq 0,01$ ) свідчить про бажання до організованості особистої виробничої діяльності, зміну на краще свого ставлення до колег, до міжособистісних стосунків у колективі. Значення показника «інтернальність у галузі міжособистісних стосунків» (ІМ) в результаті проведеного тренінгу збільшилися на 1 бал ( $t=-9,43$ ;  $p\leq 0,05$ ), що вказує на прояв ініціативи та відповідальності за побудову міжособистісних стосунків.

Спостерігається тенденція до збільшення значення показника «інтернальність відносно здоров'я та хвороби» (ІЗ) на 1,1 бала ( $t=-9,08$ ;  $p\leq 0,01$ ), що характеризує зміну ставлення особистості до свого здоров'я: провина за хворобу та можливість одужання повністю залежить від самого себе.

Статистична значущість відмінностей у розподілі ознак до і після проведення тренінгу перевірялася за допомогою t-критерію Стьюдента – параметричного критерію оцінки достовірності відмінностей величин двох статистичних вибірок, що викладено в табл. 3.1. Значення t-критерію Стьюдента свідчать про тенденцію до зростання показників прояву локусу

контролю над життєвими ситуаціями респондентів експериментальної групи (ЕГ) ( $p \leq 0,01$ ) і можуть вважатися статистично достовірними.

Таблиця 3.1

**Порівняння значень показників локусу контролю над життєвими ситуаціями учасників експериментальної групи до і після проведення експерименту**

Показники	До		Після		t-критерій
	М1	$\sigma$	М2	$\sigma$	
Локус контролю над життєвими ситуаціями					
Загальна інтернальність	26,5	4,59	34,2	5,25	-10,59**
Інтернальність у галузі досягнень	7,4	2,12	8,3	2,08	-4,93**
Інтернальність у галузі невдач	5,7	1,79	6,5	1,56	-4,10**
Інтернальності у галузі сімейних стосунків	4,5	1,69	5,9	1,61	-7,13**
Інтернальність у галузі виробничих відносин	4,8	1,47	6,5	1,64	-10,61**
Інтернальність у галузі міжособистісних стосунків	2,6	0,84	3,6	0,69	-9,43*
Інтернальність відносно здоров'я та хвороби	2,1	1,10	3,2	1,07	-9,08**

Примітки: тут і надалі: 1) М – середнє арифметичне значення показника,  $\sigma$  – стандартне відхилення, t – значення t-критерія Стюдента; 2) позначка \* – відмінності статистично достовірні на рівні  $p \leq 0,05$ ; позначка \*\* – відмінності статистично достовірні на рівні  $p \leq 0,01$ .

На рис. 3.2 надано гістограму показників рівня самоактуалізації особистості представників експериментальної групи до і після тренінгу.

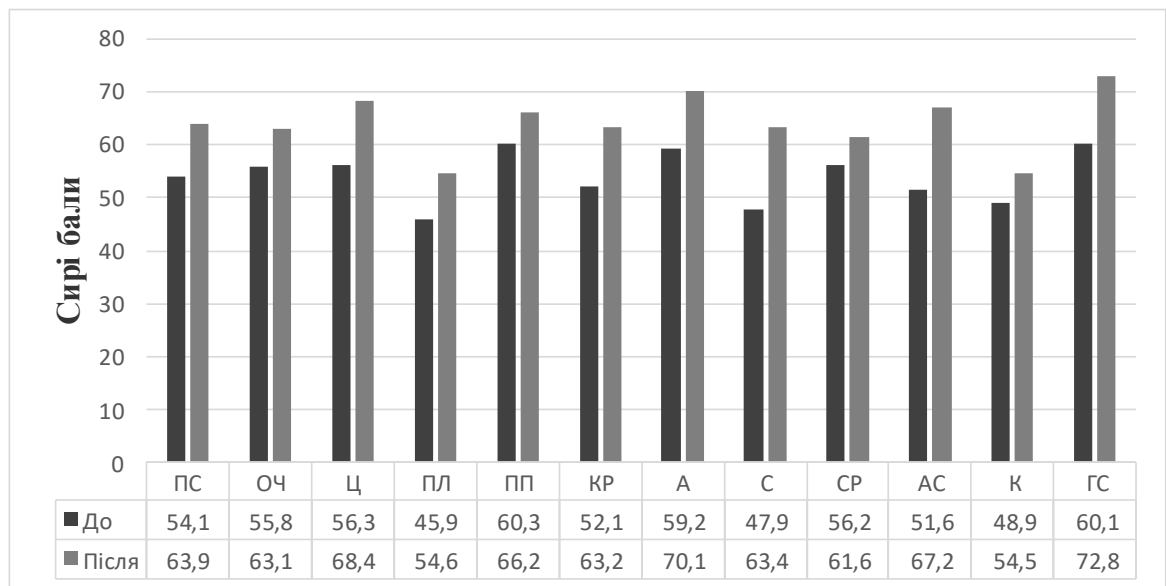


Рис. 3.2 Гістограма показників рівня самоактуалізації особистості представників експериментальної групи до і після тренінгу.

Примітки. Умовні скорочення: ПС – прагнення до самоактуалізації; ОЧ – орієнтація в часі; Ц – цінності; ПЛ – погляд на природу людини; ПП – потреба в пізнанні; КР – креативність; А – автономність; С – спонтанність; СР – саморозуміння; АС – аутосимпатія; К – контактність; ГС – гнучкість в спілкуванні.

Після тренігових занять в експериментальній групі відбулися значні зміни у вираженості показників рівня самоактуалізації особистості, а саме: показник «прагнення до самоактуалізації» (ПС) збільшився на 9,8 бала ( $t=-6,92$ ;  $p\leq 0,01$ ), «орієнтація в часі» (ОЧ) на 7,3 бала ( $t=-3,08$ ;  $p\leq 0,01$ ), «цінності» (Ц) на 12,1 бала ( $t=-7,49$ ;  $p\leq 0,01$ ), «погляд на природу людини» (ПЛ) на 8,7 бала ( $t=-4,63$ ;  $p\leq 0,01$ ), «потреба в пізнанні» (ПП) на 5,9 бала ( $t=-3,92$ ;  $p\leq 0,05$ ), «креативність» (КР) на 11,1 бала ( $t=-5,67$ ;  $p\leq 0,01$ ), «автономність» (А) на 10,9 бала ( $t=-6,16$ ;  $p\leq 0,01$ ), «спонтанність» (С) на 15,5 бала ( $t=-7,69$ ;  $p\leq 0,01$ ), «саморозуміння» (СР) на 5,4 бала ( $t=-4,14$ ;  $p\leq 0,01$ ), «аутосимпатія» (АС) на 15,6 бала ( $t=-7,78$ ;  $p\leq 0,01$ ), «контактність» (К) на 5,6 бала ( $t=-3,39$ ;  $p\leq 0,05$ ) і «гнучкість в спілкуванні» (ГС) на 12,7 бала ( $t=-6,52$ ;  $p\leq 0,01$ ). Отримані результати дають можливість говорити про те, що

відбулися досить серйозні зміни у суб'єктності осіб, які приймали участь у формульованому експерименті, тобто як у значеннях показників локусу контролю, так і у значеннях показників самоактуалізації і властивостей особистості. Респонденти, приймаючи участь у заняттях і виконуючи вправи, зрозуміли екзистенційну цінність життя «тут і тепер». Не намагаючись звертатися до минулого, курсанти відчували насолоду життям, найбільш актуальними життєвими моментами. У багатьох з'явилися певні мрії, бажання, які їм хочеться реалізувати. У представників експериментальної групи (ЕГ) з'явилися цінності, яких раніше не було. Це такі, як: добро, істина, довіра до людей, чесність, доброзичливість, унікальність, досконалість, самодостатність, прагнення до саморозвитку. Поява таких цінностей вказує на прагнення особистості до самоактуалізації, до гармонійних і здорових стосунків з оточуючими. Зросла і потреба в пізнанні, що говорить про бажання отримати нові враження від оточуючого середовища.

Досить високими стали і значення показника креативності, як неодмінного атрибуту самоактуалізації особистості. Спрямованими до самоактуалізації є і характеристики саморозуміння особистості, що передбачають розвинену чутливість, сензитивність людини до своїх бажань і потреб. Розвиненість якостей товарищескості, схильності особистості до взаємокорисних і приємних контактів з оточуючими людьми викликає спроможність до саморозкриття, до адекватного самовираження у спілкуванні. Найбільш динамічні позитивні зміни відбулись за значеннями показників С («спонтанність») та АС («аутосимпатія»). Це є яскравим свідченням сформованості віри в себе, свої можливості, уміння, добре усвідомленої «Я-концепції», що служить джерелом адекватної самооцінки.

В табл. 3.2 надано результати перевірки значень показників рівня самоактуалізації особистості учасників експериментальної групи до і після проведення експерименту.

Таблиця 3.2

Порівняння значень показників рівня самоактуалізації особистості учасників експериментальної групи до і після проведення експерименту

Показники	До		Після		t-критерій
	M1	$\sigma$	M2	$\sigma$	
Самоактуалізація особистості					
Прагнення самоактуалізації	до 54,1	13,9	63,9	8,4	-6,92**
Орієнтація в часі	55,8	19,28	63,1	22,02	-3,08**
Цінності	56,3	15,17	68,4	21,12	-7,49**
Погляд на природу людини	45,9	17,02	54,6	22,91	-4,63**
Потреба в пізнанні	60,3	19,72	66,2	20,94	-3,92*
Креативність	52,1	15,01	63,2	20,08	-5,67**
Автономність	59,2	22,36	70,1	23,84	-6,16**
Спонтанність	47,9	17,16	63,4	25,23	-7,69**
Саморозуміння	56,2	16,65	61,6	19,58	-4,14**
Аутосимпатія	51,6	16,67	67,2	22,73	-7,78**
Контактність	48,9	21,95	54,5	22,36	-3,39*
Гнучкість в спілкуванні	60,1	21,04	72,8	23,06	-6,52**

Отже, позитивна динаміка значень за t-критерієм Стьюдента свідчить про те, що розроблена нами корекційно-тренінгова програма сприяла актуалізації тих якостей особистості майбутнього офіцера, які складають її суб'єктність.

На рис. 3.3 та рис. 3.4 надано гістограму показників рівня індивідуально-психологічних особливостей учасників експериментальної групи до і після проведення тренінгу.



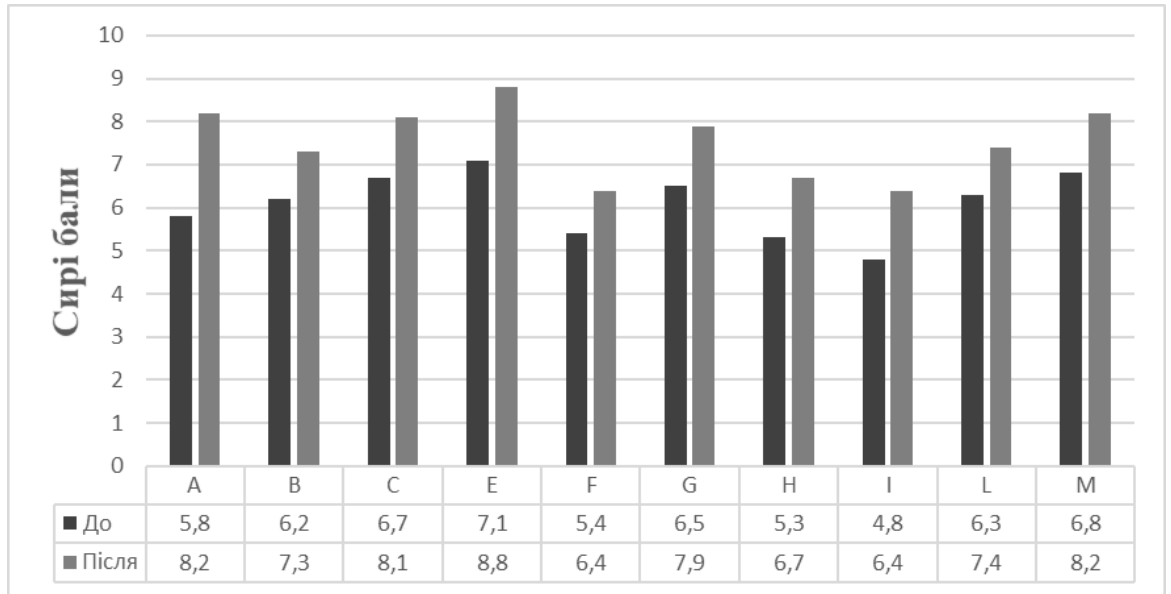


Рис. 3.3 Гістограма перших 10 показників властивостей особистості представників експериментальної групи (ЕГ) до і після тренінгу

Примітки. Умовні скорочення: А (А+ аффертотімія – А- сизотімія); В (В+ високий інтелект - В- низький інтелект); С (С+ сила «Я» – С- слабкість «Я»); Е (Е+ домінантність - Е- конформність); F (F + безпечність – F- заклопотаність); G (G+ сила «над Я» - G слабкість «над Я»); Н (Н+ сміливість – Н- боязкість); І (І+ м'якість – І- твердість); L (L+ підозрілість - L- довірливість); М (М+ мрійливість – М- практичність).

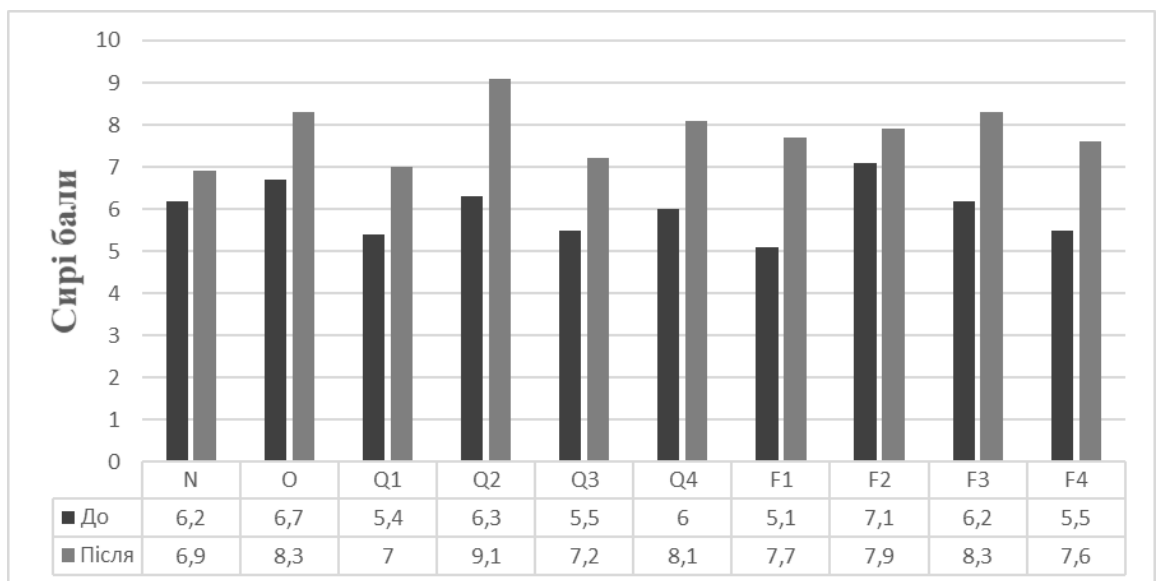


Рис. 3.4 Гістограма наступних 10 показників рівня властивостей особистості представників експериментальної групи (ЕГ) до і після тренінгу

Примітки. Умовні скорочення: N (N+ проникливість – N- наївність); O (O+ схильність до відчуття провини – O- самовпевненість); Q1 (Q1+ радикалізм - Q1- консерватизм); Q2 (Q2+ самодостатність - Q2 - залежність від групи); Q3 ( Q3+високий самоконтроль – Q3 - низький самоконтроль); Q4 (Q4+ напруженість - Q4- розслабленість); F1 – тривога; F2 – екстраверсія - інтроверсія; F3 – чутливість; F4 – конформність.

Як видно з рис. 3.3 та рис. 3.4 в результаті проведеного формувального експерименту у представників експериментальної групи (ЕГ) спостерігається певне зростання показників індивідуально-психологічних особливостей особистості, які допомогли «пробудити» суб'єктність особистості, спонукали її до подальшого становлення. Завдяки участі курсантів у організованих заняттях та досконалому виконанню тренінгових вправ розвинулись такі властивості, як сильний характер, врівноваженість, наполегливість, авантюристичність, динамічність у спілкуванні.

Загалом, залежність від командного складу Військової академії не дозволяє курсантам поводити себе вільно, що спонукає до сформованості таких якостей особистості, як «психологічний захист» і внутрішня напруга. Але ці якості у сукупності з вищеназваними після участі у тренінгових заняттях спонукають молодих людей до більш глибокого пізнання себе, до розвитку внутрішніх ідей та прояву творчого потенціалу.

Спрямованість на пізнання себе дає можливість курсантам ставати більш уважними до оточуючих людей, до встановлення міжособистісних стосунків. Емоційна стійкість, витримка, реалістична настроєність визначає силу внутрішнього «Я» особистості, формуючи особистісну зрілість, ентузіазм, віру в найкраще. У курсантів, які мали низький рівень за індексом життєвого задоволення з'явилося бажання більше знати, отримати нові враження, стала виявлятися енергійність, активність, товариськість. Окрему увагу хочеться акцентувати на сформованості сумлінності, старанності, уважності, наполегливості, врівноваженості, відповідальності. Стосовно до

оволодіння навичками і уміннями майбутньої професії, то можемо відзначити, що за результатами діагностики індивідуально-психологічних особливостей особистості курсантів відбулися значні зміни, порівняно з попереднім діагностуванням. Курсанти, які приймали активну участь у всіх заняттях, виконували усі вправи, незважаючи на труднощі навчального процесу, почали виявляти характеристики, які властиві представникам даної професії: відповідальність і почуття обов'язку, допитливість, прагнення до спілкування, прояви лідерства, бажання до отримання нових досягнень у професійному зростанні. Впевненість у визначенні життєвого шляху за сприяння стійких властивостей, що допомагають курсантові у його становленні як майбутнього офіцера, визначають його суб'єктність і спонукають до організації своєї дозвіллєвої діяльності за реалізації індивідуально-психологічних особливостей.

Перевірку значень показників індивідуально-психологічних особливостей особистості учасників експериментальної групи до і після проведення експерименту надано в табл. 3.3.

Таблиця 3.3

**Порівняння значень показників властивостей особистості учасників експериментальної групи (ЕГ) до та після проведення експерименту**

Показники	До		Після		t-критерій
	М1	$\sigma$	М2	$\sigma$	
Індивідуально-психологічні особливості особистості					
A+ аффертолімія – А- сизотімія	5,8	2,13	8,2	2,26	-11,32**
B+високий інтелект -В- низький інтелект	6,2	2,30	7, 3	2,11	-5.56**
C+ сила «Я» – С- слабкість «Я»	6,7	2,08	8,1	2,12	-5,76**
E(E+домінантність-E-конформність)	7,1	2.18	8,8	0,91	-7.24**
F(F+безпечність–F-заклопотаність)	5,4	1,85	6,4	2,01	-4.06*
G+ сила «над Я» - G слабкість «над Я»	6,5	2,03	7,9	1,96	-6,02**

Н+ сміливість – Н- боязкість	5,3	2,47	6,7	2,35	-5,86**
І+ м'якість – І- твердість	4,8	2,61	6,4	2,38	-4,66**
Л+ підозрілість - Л- довірливість	6,3	2,11	7,4	1,97	-6,63**
М+мрійливість–М-практичність	6,8	2,28	8,2	1,71	-6,71**
Н+ проникливість – Н- наївність	6,2	2,18	6,9	2,07	-2,49*
О+ схильність до відчуття провини – О- самовпевненість	6,7	2,39	8,3	1,45	-5,77**
Q1+радикалізм-Q1-консерватизм	5,4	2,03	7	2,37	-7,51**
Q2+ самодостатність - Q2 - залежність від групи	6,3	2,58	9,1	0,38	-11,15**
Q3+високий самоконтроль – Q3 - низький самоконтроль	5,5	2,23	7,2	2,21	-8,36**
Q4+напруженість-Q4-розслабленість	6	2,24	8,1	1,81	-8,31**
F1 +висока тривожність - F1- низька тривожність	5,1	2,10	7,7	2,20	-11,91**
F2 + екстраверсія- F2 - інтроверсія	7,1	2,33	7,9	2,15	-2,91*
F3+ реактивна врівноваженість – F3- сензитивність	6,2	2,19	8,3	1,71	-7,74**
F4+незалежність-F4-конформність	5,5	2,14	7,6	2,09	-9,19**

Таким чином, участь курсантів у заняттях та тренінгових вправах, показала, що розроблена нами корекційно-тренінгова програма сприяє розвитку тих якостей особистості які складають її суб'єктність. Зміни, що були відмічені нами під час і після тренінгу, можна пояснити специфікою експериментального впливу і старанним виконанням курсантами завдань, що обов'язково призвело б до зростання рівня їх суб'єктності.

### Висновки до третього розділу

1. Складено та адаптовано тренінгову програму особистісного росту курсантів, застосування якої спрямовано на організацію проведення психологічних вправ та завдань з розвитку самопізнання, суб'єктності та подальшого життєвого шляху майбутніх офіцерів. Запорукою даної роботи стали результати діагностування самооцінки, цінностей особистості, її властивостей (за Р. Кеттеллом), рівнів суб'єктивного контролю, самоактуалізації курсантів Військової академії. Програма включає в себе мету, завдання, механізми розвитку, організаційні форми, методи, методичні прийоми і засоби формування, які безпосередньо задіяні у кожній вправі. Тренінгова програма передбачає безпосередню участь курсантів у виконанні цілеспрямованих завдань зі становлення майбутнього офіцера як суб'єкта дозвілєвої діяльності та обговорення очікуваних результатів.

2. Наведено процесуальні та змістові аспекти реалізації вказаної програми в умовах ВВНЗ. Викладено результати психолого-педагогічного формувального експерименту, здійснено аналіз ефективності реалізованої тренінгової програми на основі інтерпретації та порівняння результатів становлення майбутнього офіцера як суб'єкта дозвілєвої діяльності у контрольній (КГ) та експериментальній (ЕГ) групах до та після проведення формувального експерименту.

3. Доведено, за результатами формувального експерименту, що впровадження тренінгу визначило позитивну динаміку показників психологічних явищ, спрямованих на вивчення самопізнання, суб'єктності, життєвого шляху особистості курсантів експериментальної групи (ЕГ).

Значення t-критерію Стьюдента свідчать про тенденцію до зростання показників рівня суб'єктивного контролю, самоактуалізації та факторів особистості респондентів експериментальної групи (ЕГ) після реалізації корекційно-тренінгової програми і можуть вважатися статистично достовірними. Отримані результати доводять, що розроблена нами

корекційно-тренінгова програма сприяє розвитку тих психологічних особливостей особистості, які визначають процес становлення майбутнього офіцера як суб'єкта дозвіллевої діяльності.

**У третьому розділі використані літературні джерела, що знаходяться у списку використаних джерел під номерами: [9; 12; 15; 13; 20; 22; 24; 27; 28; 31; 33; 41; 43; 47; 52; 53; 55; 57; 59; 61; 71; 79; 80; 82; 84; 85; 98; 99; 196].**

**Матеріали третього розділу дисертації висвітлено в таких публікаціях автора, як: [172, 205, 206].**

## ВИСНОВКИ

У дисертації наведено теоретичне узагальнення та результати емпіричного дослідження проблеми психологічних особливостей становлення майбутнього офіцера як суб'єкта дозвілєвої діяльності.

1. Теоретично встановлено, що словосполучення «суб'єкт дозвілєвої діяльності» є багатовимірним психологічним феноменом. Незважаючи на різнобічність наукових поглядів, складові даного поняття безпосередньо взаємопов'язані і є виявленням організуючого начала як окремої дії, так і дозвілєвої діяльності в цілому. По відношенню до курсанта ВВНЗ в період його навчання дозвілєва діяльність визначається як позанавчальна, засадами якої є життєва задоволеність і використовується в цілях, що відповідають завданням підготовки спеціаліста, ефективності людини у загальному життєвому просторі і забезпечують становлення його як професіонала.

2. Теоретично виявлено критерії психологічних особливостей організації курсантами дозвілля. Перший критерій – характер ініціативи у відношенні до вільного часу. Характеристиками даного критерію є: а) ініціація проведення дозвілля або вибір серед запропонованих; б) наслідування адекватної ініціативи інших; в) пасивність у організації свого дозвілля. Другий критерій – характер дій при необхідності вольового зусилля в підготовчому періоді організації власного вільного часу. Характеристиками даного критерію є: а) прагнення домогтися бажаної мети, не дивлячись на труднощі; б) намагання перебороти труднощі, якщо не з'являється справа більш суб'єктивно приваблива; в) визначення можливості для того, щоб ухилитися від такого проведення вільного часу, що передбачають підготовчі зусилля. Третій критерій – характер дій за наявності можливості вибору творчої діяльності: а) виявлення творчості у дозвілєвій діяльності; б) погодження на можливість творчої діяльності у час дозвілля; в) вільний час не передбачає творчої діяльності суб'єкта. Четвертий критерій – характер дій у зв'язку з орієнтацією на інших членів в ситуації спільної дозвілєвої

діяльності: а) прагнення підтримати інших; б) прагнення підтримати інших тільки за сприятливих обставин; в) відсутність бажання підтримати інших. П'ятий критерій – задоволеність, яка розглядається як психічний стан, що характеризує рівень задоволення суб'єктом реалізації свого вільного часу у обраних видах діяльності: а) задоволеність організацією свого дозвілля; б) часткова задоволеність реалізацією власного вільного часу; в) відсутність задоволеності реалізацією власного вільного часу. Шостий критерій – ставлення до власного вільного часу як до: а) цінності, в якій може бути самореалізовано цілі, можливості і втілені смисли; б) даності, яка при певних умовах має значення; в) реальності, цінність якої невизначена, смисл, можливості і цілі не виявлені.

3. Розроблено теоретичну модель розвитку суб'єктності відносно власної дозвілєвої діяльності курсанта ВВНЗ, яка має епіцентром свого існування особистість як суб'єкта власного вільного часу, що передбачає спрямованість на оптимальний рівень життєвої задоволеності при організованому самопізнанні, саморозвитку і самореалізації адекватних життєвих завдань. Дана модель включає наступні блоки: оптимальний рівень задоволеності зростанням когнітивної і комунікативної компетенції; ціннісно-смісловне сходження з простором життєвих подій; продуктивний відпочинок і самореалізація у визначеному часі; стійке конструктивне самопізнання та самоствавлення. Усі блоки взаємопов'язані і визначають особистість як системну якість індивіда, яка формується у спільній діяльності і виявляє якісну своєрідність як суб'єкта певної активності. Ставлення особистості до свого вільного часу з огляду на міру самореалізації під кутом зору цінностей та оцінки життєвих подій під впливом конструктивного ставлення до себе, приє зростанню компетентності у становленні майбутнього офіцера Збройних сил України як суб'єкта дозвілєвої діяльності в умовах Військової академії.

4. Констатовано за результатами контент-аналізу творів курсантів «Мій



вільний час», що рівень самоорганізації дозвіллевої діяльності є недостатнім. Встановлено позитивний статистично значущий зв'язок ( $r=0,683$  при  $p \leq 0,01$ ) між рівнем розвитку самоорганізації вільного часу курсантами та ставленням до навчання у вищому військовому навчальному закладі. За результатами анкетування, бесід, контент-аналізу твору, результатів самооцінки та цінностей особистості визначено рівні (високий, середній, низький) самоорганізації курсантами дозвіллевої діяльності. Діагностика відбувалась за допомогою комплексу надійних та валідних методик.

5. Встановлено характер кореляційних взаємозв'язків між показниками компонентів теоретичної моделі розвитку суб'єктності відносно власної дозвіллевої діяльності курсанта ВВНЗ: індексу життєвої задоволеності, рівня суб'єктивного контролю (локусу контролю), самоактуалізації, факторів особистості. Виокремлено і описано чотирьохфакторну модель психічних явищ, що вивчалися: 1-й фактор – «Самоактуалізація. Цінності»; 2-й фактор – Життєві досягнення»; 3-й фактор – «Емоційна стабільність. Чутливість-врівноваженість»; 4-й фактор – «Інтерес до життя».

6. За якісно-кількісним поєднанням показників виокремлено групи осіб з різним рівнем сформованості суб'єктності майбутніх офіцерів у проявах їх життєвої задоволеності. На основі проведення порівняльного аналізу результатів тестування груп респондентів із високим та низьким рівнями індексу життєвої задоволеності при перевірці за t-критерієм Ст'юдента було підтверджено статистичну достовірність відмінностей за вказаними показниками та охарактеризовано їх психологічні особливості, які є засадою становлення курсанта - майбутнього військового офіцера, як суб'єкта дозвіллевої діяльності. Так, особи з *високим рівнем* індексу життєвої задоволеності можуть бути охарактеризовані з позиції відповідальності, адекватного визначення важливості і результативності більшості важливих життєвих подій. Вони виявляють незалежність, автономність і волю. Володіють такими цінностями, як істина, добро, цілісність, життєвість,

унікальність. Мають схильність до взаємокорисних і приємних контактів з іншими людьми. Представникам даної групи властива адекватність сприйняття і розуміння себе. Дані особи не виявляють схильності підмінити власні смаки і оцінки зовнішніми стандартами. Важливою для розвитку їх особистості є спрямованість свого інтелекту на пізнання себе, своєї суб'єктної сутності. Емоційна стійкість, спокійне вирішення складних ситуацій доповнюється силою «внутрішнього Я», що характеризує представників даної групи як щирих, чуттєвих, відвертих, чуйних, життєрадісних.

Особам з *низьким рівнем* індексу життєвої задоволеності властиве невміння пов'язувати виконання дій з важливими подіями та неможливість їх контролювання. Даним людям властива відчуженість, самотність, невміння зрозуміти і підтримати себе, визначити свою особистісну спрямованість. Невіра в людей та у щедрість людських стосунків, невміння симпатизувати та довіряти оточуючим людям, бажання маніпулювати людьми в своїх інтересах супроводжується скритністю, відсутністю товарищескості, замкнутості, байдужості. Невміння відстоювати свою думку, слухняність, послужливість, сором'язливість викликає у курсантів даної групи втрату рівноваги, мінливість у стосунках, нестійкість у інтересах. Це призводить до покірності, залежності та підкореності у поведінкових проявах. Представникам даної групи властивий великий страх того, що вони не зможуть досконало пізнати та проаналізувати свою суб'єктну, внутрішню сутність, повірити у себе як майбутнього військового офіцера та, відповідно, визначити свій життєвий шлях.

7. Розроблено та адаптовано корекційно-тренінгову програму, визначено необхідність її застосування, розкрито мету, завдання програми та кожної вправи; організаційні форми, методи, методичні прийоми і засоби формування; шляхи сформованості самопізнання, суб'єктного розвитку, життєвого шляху особистості; представлено очікуваний результат, що полягає

в становленні майбутнього офіцера як суб'єкта дозвіллевої діяльності.

8. У результаті проведеного формувального експерименту, який полягав у апробації розробленої корекційно-тренінгової програми з особистісного росту курсантів встановлено, що її застосування акумулює оволодіння новими психологічними знаннями, комунікативними та когнітивними якостями, викликає бажання використання їх у взаємодії з оточуючими людьми не лише в умовах Військової академії, а й за її межами. Участь у формувальному експерименті сприяє розвитку життєвої задоволеності, самоактуалізації, рівня локусу контролю, властивостей особистості, тобто розвитку психологічних складових становлення майбутнього офіцера - суб'єкта дозвіллевої діяльності. Все вищезазначене є підтвердженням гіпотези, яка полягала у припущенні, що суб'єктність майбутніх офіцерів у дозвіллевій діяльності в умовах вищого військового навчального закладу сприяє становленню та зростанню їх особистості як професійних захисників країни.

Перспективами розробки зазначеної проблеми є вивчення співвідношення системного «Я» особистості та креативності як властивості особистості у навчальній та дозвіллевій діяльності курсантів першого-четвертого курсу вищого військового навчального закладу.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Абульханова-Славская К.А. Личная регуляция времени. Психология личности в трудах отечественных психологов. Санкт-Петербург: изд-во, 2000. 173 с.
2. Абульханова-Славская К.А. Деятельность и психология личности. Москва: Наука, 1980. 335 с.
3. Актуальні проблеми психології вищої військової школи: навчальний посібник. Л.А. Снігур, О.П. Розмазнін, В.В. Луханін, О.В. Булгакова. Херсон: ОЛДІ-ПЛЮС, 2019. 188 с.
4. Алгоритм роботи військового психолога щодо психологічного забезпечення професійної діяльності особового складу Збройних Сил України: методичні рекомендації. Н.А. Агаєв, О.Г. Скрипкін, А.Б. Дейко, В.В. Поливанюк, О.В. Еверт. Київ: НДЦ ГП ЗС України, 2016. 147 с.
5. Асмолов А.Г. Психология личности. Москва: Изд-во Московского Государственного ун-та, 1990. 367 с.
6. Ананьев Б.Г. Личность, субъект деятельности, индивидуальность. Москва: Директ-Медиа, 2008. 134 с.
7. Ананьев Б.Г. Психологическая структура человека как субъекта. Человек и общество. Ленинград: Ученые записки ЛГУ. Выпуск 2, 1967. С. 235–249.
8. Ананьев Б.Г. О проблемах современного человекознания. Санкт-Петербург: Питер, 2001. 272 с.
9. Ананьев Б.Г. Избранные психологические труды: В 2-х томах. Под ред. А.А. Бодалева, Б.Ф. Ломова, Н.В. Кузьминой. Москва: Педагогика, 1980. Т.1. 230 с.
10. Андрущенко І.Г. Самооцінка особистості як компонент особистісно-орієнтованого розвитку в юнацькому віці. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова*. Серія 12.

Психологічні науки: збірник наукових праць. Київ: НПУ імені М.П. Драгоманова, 2016. № 4 (49). С. 191–197.

11. Анисимов О.С. Индивид, субъект и личность в контексте целостности психики человека. Мир психологии, 2007. №1 (49). С. 31–44.

12. Аргайл М. Психология счастья. Санкт-Петербург: Питер, 2005. 305 с.

13. Ахмеров Р.А. Субъективная картина жизненного пути в структуре самосознания. *В мире научных открытий*. Красноярск: Научно-инновационный Центр, 2013. №7.3. (43) (Проблемы науки и образования). С. 190–220.

14. Бабенко Н.Б. Соціологічна інтерпретація результатів дослідження ціннісних орієнтацій студентської молоді в Україні. *Актуальні проблеми історії, теорії та практики художньої культури*, 2013. Вип. 15. С. 192–198. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/apitphk\\_2013\\_30\\_30](http://nbuv.gov.ua/UJRN/apitphk_2013_30_30) (дата звернення: 11.07.2020).

15. Бабенко Н.Б. Культурно-дозвіллева діяльність. *Програма дисципліни*. Київ: Видавничий центр ДАКККМ, 2001. 28 с.

16. Балл Г.О. Орієнтири сучасного гуманізму (в суспільній, освітній, психологічній сферах): Видання друге, доповнене. Житомир: ПП «Рута», Видавництво «Волинь», 2008. 232 с.

17. Бахтин М.М. Эстетика словесного творчества. 2-е изд. М.: Искусство, 1986. 444 с.

18. Бондаренко О.Ф. Суб'єктність як етичний вимір: у пошуках вітчизняної традиції у психотерапії. *Людина. Суб'єкт. Вчинок: філософсько-психологічні студії*. Київ: Либідь, 2006. С. 52–70.

19. Бойко О.П. Культура дозвілля у суспільстві ризику: монографія. Суми: ДВНЗ «УАБС НБУ», 2011. 236 с.

20. Боришевський М.Й. Особистість у вимірах самосвідомості: монографія. Суми: Видавничий будинок "Еллада", 2012. 608 с.

21. Боришевський М. Й. Духовні цінності як детермінанта розвитку та саморозвитку особистості. Київ, 2008. № 2. С. 49–58.
22. Бочелюк В.Й., Бочелюк В.В. Дозвіллезнавство: навчальний посібник. Київ: Центр навчальної літератури, 2006. 208 с. URL: [http://tourlib.net/books\\_ukr/bocheluk41.htm](http://tourlib.net/books_ukr/bocheluk41.htm) (дата звернення: 20.05.2020).
23. Брушлинський А.В. Проблема психологии субъекта. Москва: ИПРАН, 1994. 109 с.
24. Брушлинский А.В. Субъект: мышление, учение, воображение. Москва: Издательство «Институт практической психологии»; Воронеж: НПО «Модэк», 1996. 392 с.
25. Булгакова О.Ю. Психологічна готовність студентів до соціальної взаємодії: автореф. дис. д-ра психол. наук: 19.00.07 / Державний заклад «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К.Д. Ушинського». Одеса, 2019. 40 с.
26. Бурдые П. Социология социального пространства. Москва: Институт экспериментальной социологии, 2005. 288 с.
27. Бурлачук Л.Ф. Словарь-справочник по психодиагностике. Санкт-Петербург: Питер, 2007. 688 с.
28. Бутенко И.А. Качество свободного времени у богатых и бедных. Социологические исследования, 1998. С. 82–90.
29. Вачков И.В. Полисубъектное взаимодействие в образовательной среде. Психология: Журнал высшей школы экономики. Москва: 2014. Т.11. №2. С. 36–50.
30. Велитченко Л.К. Психологічні основи педагогічної взаємодії: дис. .... д-ра психол. наук: 19.00.07 / Нац. пед. унів. ім. М.П. Драгоманова. Київ, 2006. 508 с.
31. Велитченко Л.К. Структура субъектности. *Наука і освіта*. Одеса, 2004. № 6-7. С. 39–43.

32. Велитченко, Л.К. Психологічні механізми взаємодії як інтерсуб'єктна основа психологічного супроводу. *Науковий вісник: педагогічні науки*: зб. наук. праць / ред. А.М. Богущ. Одеса: ПНПУ ім. К.Д. Ушинського, 2012. № 9-10. С. 153–161.
33. Велитченко, Л.К. Інтерактивні аспекти рекреаційної психології дитинства. *Наука і освіта*: науково-практичний журнал. Одеса: Спецвип: "Актуальні проблеми рекреаційної психології дитинства", 2011. № 11. С. 28–32.
34. Вилюнас В.К. Психологические механизмы мотивации человека. Москва: Изд-во МГУ, 1990. 288 с.
35. Водолазська О.О. Саморегуляція у професійному становленні майбутнього фахівця. *Наука і освіта*, 2016. №5. С. 65–70.
36. Водолазська О.О. Індивідуально-психологічні особливості осіб з різним рівнем професійного самозмінювання. *Науковий журнал Habitus*. Випуск 15. Одеса: Видавничий дім «Гельветика», 2020. С. 108–113.
37. Воловик А., Воловик В. Педагогіка дозвілля: Підручник. Харків: ХДАК, 1999. 332 с.
38. Волкова Е.Н. Субъектность как деятельное отношение к самому себе, к другим людям и к миру. *Мир психологии*, 2005. № 3 (43). С. 33–40.
39. Воронкова А., Ковальська Є., Проценко О., Шевчук М. Дозвіллеві практики як прояв професійно-класової ідентичності українців: *Український соціологічний журнал*., 2018. № 1–2. С.73-80.
40. Галян О.І. Суб'єктність особистості школяра як інтердисциплінарна наукова проблема неперервної професійної освіти: теорія і практика, 2015. № 1-2 (42-43). С. 59–62.
41. Гегель Г.В.Ф. Энциклопедия философских наук. Часть третья. Философия духа. Москва: Государственное издательство политической литературы, 1956. 165 с.

42. Головаха Е.И., Кроник О.О. Психологическое время личности. Київ: 1987. 332 с.
43. Грабовська І.М., Грабовський С. І. Вільний час // Енциклопедія сучасної України. URL: [http://esu.com.ua/search\\_articles.php?id=34578](http://esu.com.ua/search_articles.php?id=34578) (дата звернення: 17.06.2020).
44. Гріньова О.М. Психологія проектування життєвого шляху особистістю юнацького віку спеціальність 19.00.07 педагогічна та вікова психологія галузь знань 05 - соціальні та поведінкові науки (053 - психологія) Подається на здобуття наукового ступеня доктора психологічних наук Київ, 2018.
45. Гріньова О.М. Теоретичний аналіз проблеми механізмів проектування життєвого шляху особистістю юнацького віку: науковий часопис. Серія 12. Психологічні науки. Вип. 6 (51). Київ: НПУ ім. М.П. Драгоманова, 2017. С. 77–83.
46. Гріньова О.М. Психологічні особливості становлення етнічної ідентичності особистості пізнього юнацького віку / Психологія: реальність і перспективи. 2017. №9. С. 35–41.
47. Грінченко Б. Словник української мови: Упорядкував, з додатком власного матеріалу. Київ: редакція журналу «Київська Старина», 1907-1909. Томи ІІІІ. 605 с.
48. Грушин Б. Творческий потенциал свободного времени. Москва: Профиздат, 1990. 153 с.
49. Гуманістична психологія: Антологія: навч. пос.: у 3 т. / за ред.: Р. Трач і Г. Балл. Том 2: Психологія і духовність: (світоглядні аспекти гуманістично зорієнтованих напрямів у сучасній західній психології), 2005. 279 с.
50. Дев'ята (ІХ) Міжнародна науково-практична конференція «Спадщина Г. С. Сковороди: минуле та сучасне» (до 295-річчя від дня



народження Г. С. Сковороди): зб. матеріалів конференції. Харків: ХНУРЕ, 2017. 200 с.

51. Дмитрієва С.М., Король Л.М., Максимець С.М. Особистість: практичні засади вивчення: Навчально-методичний посібник. Житомир: Житомирський державний університет імені Івана Франка, 2011. С. 217–221.

52. Добренев В.И. Социология: в 3-х томах: словарь по книге / В.И. Добренев, А.И. Кравченко. Москва: ИНФРА-М, 2000. 520 с.

53. Дончак А.М. Психологічні чинники особистісного становлення майбутнього офіцера у військовому інституті: дисертація кандидата психологічних наук: 19.00.07 / ВІОНПУ. Одеса, 2012. 20 с.

54. Дуткевич Т. В. Загальна психологія: теоретичний курс: навч. посіб. Київ: Центр учбової літератури, 2016. 388 с.

55. Евтеева Г.А. Психолого-педагогические основы использования свободного времени: автореф. дис. докт. пед. наук. Київ, 1980. 32 с.

56. Егоров В.В. Свободное время как сфера идеологической борьбы (альтернатива потребительства и творчества): автореф. дис. ... канд. филос. Наук: 09.00.11. Свердловск, 1986. 45 с.

57. Журавльова Л.П. Психологічні основи розвитку емпатії людини: дис. д-ра псих. Наук: 19.00.07 / Півд. укр. держ. пед. універ. Ім. К.Д. Ушинського. Житомир, 2008. 469 с.

58. Зборовский Г.Е. Образ жизни и деятельность в свободное время при социализме: автореф. дис. ... д-ра филос. наук. Москва, 1981.- 29 с.

59. Зборовский Г.Е. Пространство и время как форма социального бытия. Свердловск, 1974. 223 с.

60. Зимбардо Ф. Доктор Время. Как жить, если нет сил забыть, исправить, вернуть. Питер, 2016. 36 с.

61. Зимбардо Ф. Программа для развития нравственной стойкости. URL: <https://web.archive.org/web/20170315001936/http://putskaz.ru/kak-protivostoyat-zlu-programma-iz-10-shagov/> (дата звернення: 17.03.2020).

62. Каверин С.Б. Мотивация труда. Москва: Изд-во "Ин-т психологии РАН", 1998. 224 с.
63. Каменюкин А.Г., Ковпак Д.В. Антистресс-тренинг. 2-е изд. СПб: Питер, 2008. 224 с.
64. Кандилис Ж. Стать архитектором: пер. с франц. Ж. Кандилис. Москва: Стройиздат, 1979. 272 с.
65. Киричук О.В., Карпенко З.С. Рівні суб'єктності як індикатори духовності людини. Київ: Педагогіка і психологія, 1995. № 3. С. 3–11.
66. Ключко Ю.М., Ковтун В.Д., Троєльнікова Л.О., Цимбалюк Н.М. Культурно-дозвілєва сфера України: динаміка змін та перетворень: монографія. Київ: МКМУ, 2003. С. 56–114.
67. Климчук В.А. Тренинг внутренней мотивации. Москва: Речь, 2005. С. 46–48.
68. Коваленко А. Б., Вишнягова Ю. А. Психологічне благополуччя військовослужбовців, що отримали поранення в зоні АТО: Український психологічний журнал, 2017. № 3 (5). С.124–134.
69. Ковтун О.М. Дозвілля розумне, змістовне / ред. О.М. Ковтун, В.І. Тарасенко. Київ: Знання, 1987. 31 с.
70. Кодекс честі офіцера, введений у дію Наказом Міністра оборони України №412 від 31.12.1999 р.
71. Кокун О.М., Пішко І.О., Лозінська Н.С., Копаниця О.В., Малхазов О.Р. Збірник методик для діагностики психологічної готовності військовослужбовців військової служби за контрактом до діяльності у складі миротворчих підрозділів: методичний посібник. Київ: НДЦ ГП ЗСУ, 2011. 281 с.
72. Кокун О.М., Агаєв Н.А., Пішко І.О. Психологічна робота з військовослужбовцями учасниками АТО на етапі відновлення: Методичний посібник. Київ: НДЦ ГП ЗСУ, 2017. 282 с.
73. Комар З. Психологічна стійкість воїна. Київ, 2017. 216 с.

74. Костюк Г.С. Професійне самовизначення як фактор формування особистості Київ, 1967. № 3. С.15–17.
75. Костюк Г.С. Психологія особистості. *Навчально-виховний процес і психічний розвиток особистості* / ред. Л.М. Проколієнко. Київ: Рад. школа, 1989. 215 с.
76. Коупленд Н.Н. Психология и солдат. Москва: ВИ, 1991. С. 30-45.
77. Кузікова С.Б. Психологічні основи становлення суб'єкта саморозвитку в юнацькому віці: монографія. Суми: Видавництво «МакДен», 2011. 412 с.
78. Куцевич В.В. Методичні рекомендації з формування архітектурного середовища дозвілля. Київ: Мінкультури України Український центр культурних досліджень, 1999. 120 с.
79. Лазурский А.Ф. Программа исследования личности в ее отношениях к среде. Москва, 1997. С. 45–50.
80. Лашук И., Мартищенко Е., Смыкова Е., Сосновская Н. Поведенческие стратегии потребителей культурной продукции: ценности, интересы, типология. Москва, 2018. 300 с.
81. Левченко Т.І, Мотивація суб'єкта в різних відах діяльності. Вінниця: нова книга, 2011. 448 с.
82. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. *Избр. психол. произв.* Москва: Педагогика, 1983. Т. 2. 24 с.
83. Леонтьев Д.А. Психология смысла. Москва: Смысл, 2002. 484 с.
84. Логинова Н.А. Биографический метод в свете идей. *Вопросы психологии.* СПб, 1986. № 5. С. 104–112.
85. Логинова Н.А. События, обстоятельства жизненного пути и развитие личности. *Психология жизненного пути личности: методологические, теоретические, методические и прикладные проблемы.* Сборник научных статей. Учреждение образования “Гродненский гос. ун-т

им. Я. Купалы” / науч. ред.: Н.А. Логинова, К.В. Карпинский. Гродно: ГрГУ, 2012. 433 с.

86. Лозинська Т.Л. Психологічні аспекти християнської реабілітації uzалежнених людей. / Наукові записки Національного університету «Острозька академія». Львів: Випуск 23 Серія “Психологія і педагогіка”, 2013. С.133–140. URL: <https://eprints.oa.edu.ua/2540/1/Lozinska.pdf> (дата звернення: 12.07.2020).

87. Ломов Б.Ф. Методологические и теоретические проблемы психологии. Москва: Наука, 1984. 446 с.

88. Максименко С.Д. Общая психология. Москва: Рефл-бук, 1999. 528 с.

89. Маслоу А. Самоактуализация. Психология личности: тексты / ред. Ю.Б. Гиппенрейтер, А.А. Пузыря. Москва: МГУ, 1982. С.108–167.

90. Миронова А.Я., Сидорова Н.В. Свободное время и образ жизни молодежи. *Научное сообщество студентов XXI столетия. Общественные науки*: сб. ст. по мат. XV междунар. студ. науч.-практ. конф. Саратов, 2017. № 15. 291 с. URL: [http://sibac.info/archive/social/9\(12\).pdf](http://sibac.info/archive/social/9(12).pdf) (дата обращения: 28.12.2020).

91. Мясищев В.Н. Психология отношений. Москва: Изд-во Институт практической психологии, 1995. 356 с.

92. Незвецька О. До питання дозвілєвої діяльності та реакція студентів технічних університетів у позанавчальний час. *Молода спортивна наука України. Гуманітарні аспекти...* Олімпійська освіта. Рух „Спорт для всіх”. Т. V. 2007. С. 242–248.

93. Олійник О.О. Теоретичні основи культурнодозвілєвої діяльності студентської молоді. *Соціальна робота і соціальна освіта*. Київ, 2017. №3. С. 136–145.

94. Олійник О.О. Психологічні особливості організації дозвіллевого простору. *Вісник Національної академії курівних кадрів культури і мистецтв*: науковий журнал. Київ: Міленіум, 2014. № 4. С. 26–31.
95. Олійник Т.І. Особистісні чинники аналізу процесу підготовки курсантів до військово-професійної діяльності: автореф дис. ... канд. психол. наук. 19.00.07 / Інститут психології АПН. Київ, 2000. 15 с.
96. Особистість у розвитку: психологічна теорія і практика: монографія / за ред. С.Д. Максименка, В.Л. Зливкова, С.Б. Кузікової. Суми: Вид-во СумДПУ імені А.С. Макаренка, 2015. 430 с.
97. Осьодло В.І. Психологічні засади становлення суб'єкта військово-професійної діяльності: автореф. дис. ... д-ра псих. наук: 19.00.01 / Нац. ун-т ім. Тараса Шевченка. Київ, 2013. 40 с.
98. Осьодло, В.Д., Кузіна В.Д. Теоретичні аспекти впливу перфекціоністських настанов на розвиток професійної ідентичності особистості офіцера: *Український психологічний журнал*. Київ, 2017. № 4. С. 78–87.
99. Осьодло В.І., Зубовський Д.С. Посттравматичне зростання особистості учасників бойових дій: сучасний стан та перспективи: *Український психологічний журнал*. Київ, 2017. № 1. С. 63–79. URL: <http://nbuv.gov.ua/UJRN/ukpsj> (дата звернення: 06.12.2020).
100. Павлова Ю.О. Оздоровчо-рекреаційні технології та якість життя людини: монографія. Львів: ЛДУФК, 2016. 356 с.
101. Пашукова Т.И., Допира А.И., Дьяконов Г.В. Психологические исследования. *Практикум по общей психологии*: учеб. пособие. Москва: Изд-во «Институт практической психологии», 1996. 127 с.
102. Петровский В.А. К пониманию личности в психологии. *Вопросы психологии*. Москва, 1981. № 2. С. 40–46.
103. Петровский А.В. Личность. Деятельность. Коллектив. Москва: Политиздат, 1982. 255 с.

104. Петровский В.А. Личность в психологии: парадигма субъектности. Ростов на Дону: Феникс, 1996. 512 с.
105. Петрова І.В. Дозвілля в зарубіжних країнах: підручник. Київ: Кондор, 2005. 408 с.
106. Підбуцька, Н.В. Психологія становлення професіоналізму майбутніх інженерів: автореф. дис. ... д-ра психол. наук: 19.00.07 / ДЗ "Південноукр. нац. пед. ун-т ім. К. Д. Ушинського". Одеса, 2017. 37 с.
107. Пірен М., Цілюрик О. Ціннісні орієнтації молоді в українському суспільстві на сучасному етапі. *Освіта регіону: політологія, психологія, комунікації*. Київ, 2011. № 4. 153 с.
108. Піча В.М. Культура вільного часу (філософсько-соціальний аспект). Львів, 1990. 29 с.
109. Плохих В. Психология временной регуляции деятельности человека: монография. Донецк, 2011. 412 с.
110. Погрешаева Т.А. Свободное время и личность. Социально-философский аспект: автореф. дис. ... д-ра. филос. наук: 09.00.03 / Кемер. гос. унів. культ. и искусства, Саратов, 2000. 37 с.
111. Психология личности. Словарь-справочник / ред. П.П. Горностая, Т.М. Титаренко. Київ, 2001. 227 с.
112. Психологія життєтворення особистості в сучасному світі / ред. Т.М. Титаренко. Київ: Міленіум, 2016. 320 с.
113. Психологічне забезпечення у збройних силах зарубіжних країн: навч. посіб. / кол. авт. Київ: НУОУ ім. Івана Черняховського, 2017, 132 с.
114. Психологічні технології ефективного функціонування та розвитку особистості: монографія / ред.: С.Д. Максименка, С.Б. Кузікової, В.Л. Зливкова. Суми: Вид-во СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2019. 540 с.
115. Психологічна робота з військовослужбовцями-учасниками АТО на етапі відновлення: метод. посіб. / ред.: О.М. Кокун, Н.А. Агаєв, І.О. Пішко, Н.С. Лозінська, В.В. Остапчук. Київ: НДЦ ГП ЗСУ, 2017. 282 с.

116. Психологический словарь / ред. В.В. Давыдова, А.В. Запорожца, Б.Ф. Ломова. Москва: Педагогика, 1983. 448 с.
117. Психология. Словарь / под общ. ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского. Москва: Политиздат, 1990. 494 с.
118. Психологічний словник / ред. В.И. Войтка. Київ: Видавництво художньої літератури “Дніпро”: Вища школа, 1982. 169 с.
119. Пузиков В.Г. Технология ведения тренинга. СПб.: Речь, 2007. 224 с.
120. Путіловська Н.Б. Формування особистості студентів в умовах вільного часу: збір. Наук. праць. *Вип. 20. Т.1: Педагогічні науки* / за заг. ред. В.Д. Будака, О.М. Пехоти. Миколаїв: МДУ, 2008. 165 с.
121. Райгородський Д.Я. Практическая психодиагностика. Методики и тесты: учеб. пособ. Самара: Издательский Дом «Бахрах», 1998. С. 637–641.
122. Рева І. По той бік себе: соціально-психологічні та культурні наслідки Голодомору і сталінських репресій: науково-популярне видання. 2-ге вид., перероб. і доп. Київ: К.І.С., 2019. 272 с.
123. Розенберг М. Ненасильственное общение: язык жизни. Софи, 2016. 288 с.
124. Рибалка В.В. Психологія / ред. Ю.Л. Трофімова. Київ: Либідь, 2001. С.170–171.
125. Роджерс К. К науке о личности. *История зарубежной психологии: тексты*. Москва: МГУ, 1986. С. 200–230.
126. Романишин А.М., Кожевников В.М. Проблеми психологічного забезпечення підготовки майбутніх офіцерів. *Військова освіта*: зб. наук. праць Національного університету оборони України. Київ, 2013. № 1 (27). С. 185–192.
127. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. СПб.: Изд-во «Питер», 2000. 679 с.

128. Савчин М.В., Василенко Л.П. Вікова психологія: навчальний посібник. Київ: Академвидав, 2005. 360 с.
129. Семиченко В.А. Психологія особистості / В.А. Семиченкою. Київ: Вид. О.М. Ешке, 2001. 427 с.
130. Симоненко С.М. Актуальні проблеми розвитку рекреаційної психології дитинства. *Рекреаційна психологія дитинства: теорія і практика*: кол. монографія / за заг. ред. С.М. Симоненко. Київ: Центр учбової літератури, 2017. С. 7–18.
131. Система роботи військового психолога щодо забезпечення військових дисципліни: методичні рекомендації / Агаєв Н.А., Скрипкін О.Г., Дейко А.Б., Поливанюк В.В., Еверт О.В. Київ, 2005. 77 с.
132. Скрипник Л.П., Чепурда Г.М. Фізична рекреація у сфері дозвілля української молоді: збірник наукових праць "Природа Західного Полісся та прилеглих територій. Луцьк: ВНУ ім. Лесі Українки, 2012. №9. С.370–374.
133. Сковорода Г. Твори: 2 т. Т.1. Київ: АТ «Обереги», 1994. (Гарвардська б-ка давнього укр. письменства).
134. Скорик Т.В. Освітньо-виховний потенціал дозвілля: від народних традицій до сучасності: вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Чернігів: Педагогічні науки, 2014. Вип. 115. С. 212-216. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/VchdpuP\\_2014\\_115\\_57](http://nbuv.gov.ua/UJRN/VchdpuP_2014_115_57) (дата звернення: 06.04.2020).
135. Словарь-справочник по психологической диагностике / Л.Ф. Бурлачук, С.М. Морозов; отв. ред. С.Б. Крымский. Киев: Наук. Думка, 1989. 200 с.
136. Снігур Л.А., Хижняк О.А., Подтергера Є.М., Сарафанюк Е.І., Аветісян К.П., Булгакова О.Ю. Військова психологія і педагогіка: підручник. / ред. Л.А. Снігур. Луцьк: ПВД «Твердиня», 2010. 576 с.
137. Снігур Л.А. Психологія громадянськості: пізня юність. Одеса: ОІСВ, 2002. 289 с.



138. Снігур Л.А. Діагностико-корекційна робота з розвитку громадянськості особистості. Одеса: ОІСВ, 2007. 98 с.
139. Старовойтенко Е.Б. Жизненные отношения личности. Київ: Либідь, 1992. 216 с.
140. Столин В.В. Познание себя и отношение к себе в структуре самосознания личности: дис. ... д-ра. психол наук. Москва, 1985. 530 с.
141. Стеббинс Р. Свободное время: к оптимальному стилю досуга (взгляд из Канады). Москва: Социс, 2000. №7. С. 64–72.
142. Стефурак С.М., Когутяк Н.М. Аналіз психологічних механізмів професійного покликання / ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені В. Стефаника Молодий вчений». Київ, 2018. № 9 (61). 320 с.
143. Сулятицький І.В. Соціально-психологічні механізми громадянського виховання. *Звіт про виконання складової частини науково-дослідної роботи за темою “Формування майбутніх офіцерів як громадян України та розвиток їх патріотичності”*. Шифр „Патріот України”. Одеса, 2004. С. 37–65.
144. Субботін А. Режим військового полону. *Українська дипломатична енциклопедія: у 2-х т/ ред.: Л.В. Губерський (голова) та ін.* Київ: Знання України, 2004 Т.2. 812 с.
145. Сырцова А.С., Соколова Е.Т., Митина О.В. Адаптация опросника временной перспективы личности Ф. Зимбардо: Психологический журнал. Млсква, 2008. Том 29, №3. С.101–109.
146. Татенко В.А. Психология в субъектном измерении: монография. Київ: Видав. центр «Просвіта», 1996. 404 с.
147. Титаренко Т.М. Психологічне здоров'я особистості: засоби самопомоги в умовах тривалої травматизації: монографія / Нац. акад. пед. наук України. Кропивницький: Імекс-ЛТД, 2018. 160 с.
148. Титаренко Т.М. Здатність до конструктивного життєвого вибору як умова особистісного зростання. *Психолого-педагогічна наука і суспільна*

*ідеологія*: матеріали методологічного семінару / Акад. пед. наук України. Київ: Гнозис, 1998. С. 436–440.

149. Тихончук А.О. Психологічні умови ефективної управлінської діяльності керівників військових колективів: автореф. дис. ...канд. психолог. наук. Хмельницький: НАПВУ, 2000. 20 с.

150. Тищенко С.П. Психологія покликання. *Технології розвитку інтелекту*. Київ, 2015. Т. 1 Вип. 8. 183 с.

151. Томчук М.І. Соціально-психологічні проблеми готовності учня до служби в Збройних силах України: дис. ... докт. психол. наук. Київ: КПДУ, 1996. С. 3–20.

152. Троц А.С. Динаміка самовдосконалення майбутнього офіцера у вищому військовому навчальному закладі: дис. ...канд. психол. наук: 19.00.07 / ОІСВ. Одеса: ОНУ, 2003. 201 с.

153. Українська психологічна термінологія: словник-довідник / ред. Л.А. Чепи. Київ: ДП «Інформаційно-аналітичне агентство», 2010. 153 с.

154. Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. Москва: Издательство Института психотерапии, 2002. С. 426–433.

155. Філімонов Сергій. Аналіз понять «дозвілля» в сучасній науковій літературі. *Випуск 121(II) Серія: Педагогічні науки*. Київ: Наукові записки, 2013. С. 188-192.

156. Философский энциклопедический словарь / гл. редакция: Л.Ф. Ильичев, Н.Н. Федосеев, С.М. Ковалев, В.Г. Панов. Москва: Сов. энциклопедия, 1983. 661 с.

157. Франко І. Зібрання творів: в 50 т. «Захар Беркут», Ч. 1) / за ред. О.Є. Засенка; АН УРСР. Інститут літератури ім. Т.Г. Шевченка. Київ: Видавництво «Наукова думка», 1978. Т. 16. 11 с.

158. Франкл В. Человек в поисках смысла: сб. пер. с англ. / общ. ред. Л.Я. Гозмана, Д.А. Леонтьева. Москва: Прогресс, 1990. 368 с.

159. Франчук І.С., Кубіцький С.О. Особливості організації культурно-дозвіллевої діяльності підлітків: Вісник Національного університету оборони України. Питання педагогіки. Київ, 2013. №3 (34). С. 144-147.

160. Фурман А. Психокультура української ментальності. Тернопіль: Економічна думка, 2002. 132 с.

161. Фурман А.А. Психологічні засади пізнання смисложиттєвої сфери особистості: автореф. дис. ...канд. психолог. наук: 19.00.01 / Південноукр. нац. пед. ун-т ім. К. Д. Ушинського. Одеса, 2019. 39 с.

162. Хазратова Н.В. Психологія відносин особистості і держави: монографія. Луцьк: РВВ "Вежа" Волин держ. ун-ту ім. Лесі Українки, 2004. 276 с.

163. Хайкин В.Л. Активность (характеристика и развитие): Московский психолого-социальный институт. Воронеж: издательство НПО «МОДЭК», 2000 448 с.

164. Хьелл Л., Зиглер. Д. Теории личности. (Основные положения, исследование и применение). Санкт-Петербург: Питер Ком, 1998. 514 с.

165. Цимбал М.Р. Дослідження вільного часу курсанта в період підготовки у вищому військовому навчальному закладі. *Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка НАПН України*. 2020. № 34. С. 321–330.

166. Цимбал М.Р. Самореалізація і служіння в просторі вільного часу. *Збірник наукових праць Класичного приватного університету*. 2020. №1. С. 169–173.

167. Цимбал М.Р. Організація вільного часу майбутніх офіцерів: психологічна програма. *Науковий журнал Психологічний часопис Інституту психології ім. Г.С. Костюка НАПН України*. 2020. № 4 (36). С. 75–84.

168. Цимбал М.Р. Вільний час майбутнього офіцера як аспект соціалізації. *Соціалізація особистості в умовах системних змін: матеріали*

XV міжнародної наук.-практ. конф. (Київ 20 берез. 2020 р.). Київ, 2020. С. 30–31.

169. Цимбал М.Р. Дослідження взаємозв'язку локусу контролю та рівня самоорганізації вільного часу майбутніх офіцерів. *Чорноморські наукові студії: матеріали шостої всеукраїнської мультидисциплінарної конф.* (Одеса, 15 трав. 2020). Одеса, 2020. С. 286–288.

170. Цимбал М.Р. Зміст дозвілля як частина професійного відбору. *Педагогіка та психологія: виклики і сьогодення» частина II громадська організація «Київська наукова організація педагогіки та психології»:* матеріали наук.-практ. конф. (Київ, 1-2 трав. 2020 р.). Київ, 2020. С. 130–133.

171. Цимбал М.Р. Дослідження суб'єктності вільного часу курсантів ВВНЗ. *Collection of Abstracts of VI international scientific and practical conference.* (Харків, 10-12 трав. 2020 р.). Харків, 2020. С. 726–728.

172. Цимбал М.Р. Дослідження щодо організації вільного часу у ВВНЗ. *Спільні дії військових формувань і правоохоронних органів держави: проблеми та перспектив:* матеріали міжнародної наук.-практ. конф. (Одеса 10-11 вересня 2020 р.). Одеса, 2020. С. 429.

173. Цимбалюк Н.М. Дозвілля в Україні: теор. та емпіричні аспекти; Українське суспільство: соціол. моніторинг. Київ, 2006. 123 с.

174. Цимбалюк Н.М. Дозвілля між рівністю та нерівністю: до історії питання: Український соціологічний журнал. Київ, 2017. № 1-2. С. 206–210.

175. Цуканов Б.И. Время в психике индивида. Одеса: “Астропринт”, 2000. 220 с.

176. Цуканов Б.И. Собственная единица времени в психике индивида: автореф. дисс. ... д-ра. психол. наук. Київ, 1992. 42 с.

177. Чебыкин А.Я. Теоретико-методологические проблемы эмоциональной регуляции учебно-познавательной деятельности. *Эмоциональная регуляция учебной и трудовой деятельности.* Одесса, 1986. 39 с.

178. Чебикін О.Я. Становлення емоційної зрілості особистості: монографія. Одеса: СВД Черкасов, 2009. 230 с.
179. Чепелєва Н.В. Людина як суб'єкт самопроектування. *Психологія людини: свідомість і реальність*: збірник матеріалів VIII Міжнародної науково–практичної конференції (30–31 жовтня 2018 року, Ніжин) / за ред. М. В. Папучі. Ніжин: НДУ ім. М. Гоголя, 2018. 297 с.
180. Чжан Ке. Мотивація досягнення як імпліцитний механізм розвитку особистості: кваліфікаційна робота на здобуття ступеня магістра психології. Одеса, 2020. 107 с.
181. Чиксентмігай М. Потік: Психологія оптимального досвіду. Харків: Клуб сімейного дозвілля. 2017. 368 с.
182. Чистилин А.Н. Личностная обусловленность содержания свободного времени: дис. ...канд. психол. наук: 19.00.01. Москва, 2004. 168с.
183. Чудновский В.Э. Нравственная устойчивость личности. Москва: Педагогика, 1981. 208 с.
184. Чумоватов Д.Ю. Свободное время как условие развития личности военнослужащего Вооруженных Сил Российской Федерации: дис. ... канд. филос. наук: 09.00.11. Москва, 2005. 196 с.
185. Шабарова З.А. Особенности психологического времени у лиц с различными способами самоопределения: автореф. дис. ... канд. псих. наук:19.00.07. Київ,1990. 26 с.
186. Шарко Г.Я. Межличностные отношения как фактор познавательной активности курсантов высшего военного учебного заведения: дис. ... канд. пед. наук. Киев, 1985. 177 с.
187. Ярошенко Н.Н. Ценности досуга в контексте цивилизационного развития. Москва: Вестник МГУКИ, 2011. №6. С. 66–75.
188. Ямницький В.М. Життєві перспективи акмеперіоду особистості в контексті психології життєтворчості: Психологічний часопис. Київ, 2018. № 6. С. 213–227.

189. Anderson N. *Work and Leisure L.*, Routledge and Paul, 1961. 216 p.
190. Cheng Tien-Ming, Hung Sheng-Hsiu & Chet Mei-Tsun *The Influence of Leisure Involvement on Flow Experience During Hiking Hiking\_Activity\_Using\_Psychological\_Co Activity: Using Psychological Commitment as a Mediate Variable*, *Asia Pacific Journal of Tourism Research*, 2015. P. 2–19.
191. Cooper, T. *Models of Youth Work: a Framework for Positive Sceptical Reflection*. In: *Youth & Policy*, Vol. 109, 2012. 132 p.
192. Dumazedier J. *Sociologie empirique du Coisir. Critique et contrecritique de la civilization du Coisir*. Paris, 1974. 250 p.
193. Kelly G.A. *The Psychology of Personal Constructs: Volume Two: Clinical Diagnosis and Psychotherapy*, 1955. 447 p.
194. Kelly, J. *Leisure Identities and Interactions* Publisher name. Routledge library editions. *Leisure studies*, 2019. 214 p.
195. Kelly John R. *Leisure USA: Allyn & Bacon*, 1996. 436 p.
196. Lahad M. *The "BASIC PH" Model of Coping and Resiliency - Theory, Research and Cross-Cultural Application*. London: Jessica Kingsley, 2013. 212 p.
197. Lewin, K. *Field theory in social science: selected theoretical papers* (Edited by Dorwin Cartwright.). Harpers, 1951. 87 p.
198. Locus of control/ Wikipedia, The Free Encyclopedia. URL: [https://en.wikipedia.org/wiki/Locus\\_of\\_control](https://en.wikipedia.org/wiki/Locus_of_control).
199. Milgram S. *Behavioral Study of Obedience /Stanley Milgram*, 1963. P. 1–9.
200. Milgram S. *Obedience to Authority: An Experimental View* Stanley Milgram. *The New York Times Archives*, 1974. 1 p.
201. Masato Toyoshimaa, Yoshihiro Kanekoa, Yutaka Motohashica. *Leisure-time activities and psychological distress in a suburban community in Japan*.

Department of Public Health, Akita University Graduate School of Medicine, 1-1-1 Hondo, Akita 010-8543, Japan Akita Prefectural Daisen Health Center, 13-62 Omagari Kamisakae-cho, Daisen, Akita 014-0062, Japan Kyoto Prefectural University of Medicine, 465 Kajii-cho, Hirokoji Agaru, Kawaramachidori, Kamigyo-ku, Kyoto 602-0841, Japan New Europe Center, Friedrich Ebert Stiftung, GfK Ukraine, 2017. 140 p.

202. Rank, job stress, psychological distress and physical activity among military personnel Lilian Cristina X Martins & Claudia S Lopes Published: 03 August 2013. P. 37–56

203. Rojek C. Article title. Leisure and Life politic. Publisher name. Leisure sciens, 2010. V.23. P. 43–47.

204. Rosenberg M. Self-Esteem Scale // Measures of Social Psychological Attitudes / Ed. Robinson J.P., Shaver P.R. Ann Arbor: Institute for Social Research, 1972. P. 98–101. URL: <https://psycabi.net/testy/546-test-na-samouvazhenie-metodika-shkala-m-rozenberga>.

205. Tsymbal M. Personal qualities of future officers and the organization of free time by them. Scientific Journal paradigm of knowledge. Frankfurt Germany. 2020. No. 2(40). p. 43–52.

206. Tsymbal M. Becoming the subject of leisure activity as part of personal becoming. KELM. Lublin Poland. 2021. № 1(37). ISSN 2353-8406. P. 131–138.

207. Turner J. C. Social influence. Milton Keynes: Open University Press, 1991. Цит. за.: Gross R. Psychology. The science of mind and behaviour. Third edition. London: Hodder & Stoughton, 1995. p. 467.

208. Zimbardo P. The Lucifer Effect: Understanding How Good People Turn Evil/Philip Zimbardo. Rider & Co, 2008. 576 p.

209. Zimbardo, P. Man Interrupted: Why Young Men Are Struggling and What We Can Do About It. Publisher name. Conari Press, 2016. 344 p.

## ДОДАТОК А

Таблиця 2.10

Статистично достовірні відмінності вираженості показників локусу контролю, самоактуалізації, індивідуально-психологічних особливостей особистості

	Показники	Високий рівень		Низький рівень		t-критерій
		М	$\sigma$	М	$\sigma$	
Локус контролю	ЗІ	27,9	3,32	20,69	2,71	11,24**
	ІД	9,83	1,24	6,24	1,42	-9,04**
	ІН	7,81	1,73	6,42	1,65	5,82**
	ІС	8,01	1,56	5,36	1,45	9,64**
	ІВ	5,84	1,23	4,08	0,99	8,48**
	ІМ	4,16	0,93	2,96	0,95	-6,93**
	ІЗ	3,7	0,78	2,21	0,98	9,08**
	Самоактуалізація	ПС	59,23	7,31	55,53	9,62
ОЧ		70,17	12,71	53,66	9,49	6,13*
Ц		67,31	11,67	47,08	8,94	8,86**
ПЛ		66,95	9,83	49,61	8,52	4,92**
ПП		70,73	10,42	52,35	9,65	5,54**
КР		66,34	9,21	59,07	9,53	2,14*
А		65,42	9,08	53,85	8,21	3,31**
С		71,64	11,02	52,62	7,51	5,23**
СР		70,78	10,83	53,62	8,54	5,31**
АР		69,87	9,85	49,11	7,48	6,22**
К		58,91	7,19	41,73	6,77	5,06**
ГС		67,79	9,87	57,66	9,31	-3,47**



Індивідуально-психологічні особливості особистості	A	8,11	1,12	5,61	1,22	-11,66**
	B	7,74	0,68	5,34	0,54	21,26**
	C	7,83	0,86	5,29	1,20	13,37**
	E	7,55	1,16	4,89	1,45	11,16**
	F	8,47	1,08	6,86	0,81	9,13**
	G	6,66	1,81	5,72	1,57	2,98*
	H	6,91	2,01	4,87	1,74	-5,87**
	I	6,36	1,37	4,56	1,65	6,51**
	L	6,81	1,86	5,01	1,77	5,47**
	M	7,47	1,12	5,84	1,54	6,63**
	N	7,39	1,42	4,27	1,75	-10,72**
	O	8,67	0,59	7,16	0,85	11,19*
	Q1	7,23	0,58	5,18	0,74	17,21**
	Q2	6,96	2,08	4,44	2,07	6,64**
	Q3	7,67	1,77	5,45	2,06	6,26**
	Q4	6,98	2,39	5,03	2,13	4,67**
	F1	6,51	2,27	5,08	1,96	3,69**
	F2	8,48	1,51	5,97	1,94	7,85**
	F3	6,47	2,15	4,23	1,82	6,16**
	F4	6,61	2,04	4,53	2,09	5,46*

Примітки. Умовні скорочення: М – середнє арифметичне значення показника,  $\sigma$  стандартне відхилення, t – значення t-критерія Стюдента; позначка «\*» – статистично достовірні відмінності на рівні  $p \leq 0,05$ ; «\*\*» – статистично достовірні відмінності на рівні  $p \leq 0,01$ .

## Додаток Б

### Методичне забезпечення корекційно-тренінгової програми «Становлення майбутнього офіцера як суб'єкта дозвілєвої діяльності»

#### Заняття №1. Самопізнання особистості.

#### Вправа 1.7.

#### Творчі авдання.

1. Поміркуйте над тим, яким би ви хотіли бачити себе: досить здатним, але неорганізованим (тобто людиною, яка боїться ураження і постійно відкладає справу на потім) або недостатньо здатним, але наполегливим, організованим (людиною, яка не боїться невдачі).

2. Поміркуйте: поразка (невдача) визначається саме відсутністю здібностей? Які інші чинники, на вашу думку, можуть визначити невдачу?

3. Запишіть позитивні моменти, пов'язані з невдачею (що дає вам невдача, чому вчить).

4. Поміркуйте і запишіть, що б ви сказали людині-невдасі. Запишіть, як би ви спробували не тільки втішити, але і надихнути людину на подальшу діяльність.

5. Запишіть, що б ви сказали самому собі в хвилини невдачі і розчарування. Які слова змогли б не тільки відновити втрачену душевну рівновагу, але і спонукати до діяльності?

6. Удосконаливши текст, запишіть його великими яскравими літерами на обкладинці зошита чи на картці, попрацюйте над ним, спробуйте прокрутити відповідні ситуації в уяві, аналізуючи записаний текст.

#### Вправа 1.11.

#### Творчі завдання.

1. Поміркуйте і запишіть ваші позитивні риси характеру (5 варіантів), особливості особистості, які допомагають вам у роботі (навчанні) і в житті.

2. Згадайте і запишіть ваші успіхи (5 варіантів). Поміркуйте, які ваші особливості (здібності) зумовили ці досягнення.

3. Поміркуйте (або порадьтеся з психологом) щодо перспектив, можливостей і методів розвитку деяких здібностей і навичок, важливих для вашої діяльності. Завжди є можливість для вдосконалення, а усвідомлення шляхів і методів розвитку дасть вам значний мотиваційний заряд.

4. Згадайте і запишіть позитивні висловлювання, схвалення на вашу адресу з боку друзів, батьків, вчителів, керівників (3 варіанти). Який мотиваційний вплив вони мали?

5. Виберіть людину з низькою самооцінкою, якому ви могли б допомогти придбати позитивний образ «Я». Згадайте його позитивні риси і особливості. Поміркуйте і запишіть, яким чином, використовуючи їх, можна було б підтримати, підбадьорити людину, яка розчарувалась в своїй діяльності, і допомогти сформувати у неї позитивний образ «Я».

6. Поміркуйте, як можна було б удосконалити ваші методи роботи, що можна було б покращити, продумайте перспективи і можливості розвитку. Ви здатні придумати багато нового, що може не тільки змінити вас, але і допомогти іншим (в першу чергу це стосується вашої професійної діяльності). Усвідомлення перспектив, можливостей удосконалення є не тільки істотним мотиваційним чинником, а й підвищує самооцінку і впливає на позитивність образу «Я». Запишіть шість варіантів.

7. Згадайте, які покращення у вашій діяльності відбулися за останній час. Можливо, діяльність в загальному і не була успішною, але в певних її компонентах завжди можна знайти позитивні зміни. Поміркуйте, як можна було б розвинути ці невеликі успіхи. Запишіть шість варіантів.

8. Поміркуйте, як організувати вашу діяльність, щоб можна було фіксувати і аналізувати навіть незначні зміни. Виділіть п'ять компонентів (напрямків), в яких ви плануєте розвиватися (вдосконалюватися), і

поміркуйте, як можна фіксувати навіть невеликі зміни (щоб відстежувати, чи розвиваєтесь ви).

9. Випишіть все добре, що ви могли б сказати про себе. Поміркуйте і складіть текст (щось на зразок невеликої промови або тесту для самонавіювання), який допомагав би вам підтримувати позитивний образ «Я» і спонукав би на досягнення подальших успіхів.

## **Заняття №2. Суб'єктні зміни особистості.**

### **Вправа 2.2.**

#### **«Джованні Великий»**

"Джованні Великий - знаменитий важкоатлет. Сьогодні він дуже схвильований. Схвильований він тому, що відмовився виступати сьогодні увечері в показовому виступі, в якому бере участь його найлютіший суперник Гаррі пітбуль. Джованні сказав: " Я не можу піти туди, поки я це не знайшов ".

#### **Картки:**

- Джованні слухає тільки музику в стилі кантрі.
- У Джованні алергія на кішок.
- Джованні лисий.
- У Джованні немає машини.
- Джованні не вміє готувати.
- Єдина прикраса Джованні - перстень з печаткою.
- Егон Айгенсінн - тренер Джованні.
- Егон Айгенсінн лежить в ліжку з грипом.
- Лізи Лангбайн зараз немає в місті. Вона знімає свій перший фільм «Мисливець».
- Гіррі пітбуль абсолютно невинний.
- Джованні дуже марнославно.
- Тітка Роза в Африці на сафарі.
- Джованні ніколи не їсть суп.

- Поблизу від квартири Марвіна немає дерев.
- Белло любить грати під ліжком Джованні.
- Белло не в воді.
- Джованні любить тварин.
- У Джованні є собака Белло. Белло 6 років.
- Егон Айгенсінн часто ходить в оперу.
- У Гаррі пітбуль є одна пристрасть - пекти кекси.
- Ліза Лангбайн любить діаманти.
- Гіррі пітбуль часто ходить на риболовлю.
- Джованні придбав державні цінні папери.

**Додатки:**

Що було втрачено?

- Маленьке кошеня.
- Квиток в оперу.
- Перука.
- Червоний кабріолет.
- Рецепт кексу.
- Діамантове кільце.

Хто це викрав?

- Белло - собака.
- Егон Айгенсінн - тренер Джованні.
- Ліза Лангбайн - його подруга.
- Гаррі пітбуль - його суперник.

169

- Його улюблена тітка Роза.

Де це знаходиться?

- У міському парку.
- Під ліжком.
- У пральній машині.

- На дереві.
- В його купальному халаті.

Відповідь. Белло, пес Джованні, потягнув його перуку. перука лежить під ліжком Джованні.

## **Вправа 2.5.**

### **Завдання.**

1. Придумайте собі відповідне ім'я, яке символізувало б наполегливість, цілеспрямованість, силу волі в досягненні мети і мало б мотиваційний вплив на вас.

2. Придумайте 4 варіанти імені (відповідно до завдань, які ви ставите перед собою). Кілька варіантів є необхідними для уникнення небажаного автоматизму у використанні звичайних для вас штампів (адже буває, що слова, які часто вживаються, стають штампами і не викликають ні образів, ні емоцій).

3. Уявіть кілька ситуацій, пов'язаних з новим для вас ім'ям. Бажано, щоб слово або характеристика викликало у вас конкретні образи (ситуації). Уникайте абстрактних понять, «порожніх слів», які не викликають ніяких образів і емоцій. Запишіть кілька уявних (але цілком можливих) ситуацій, пов'язаних зі своїм новим ім'ям.

4. Називайте себе так протягом певного часу у внутрішньому діалозі, в зверненні до самого себе. Для того щоб ця вправа мало істотне психологічний вплив, має пройти тривалий час, протягом якого ви будете називати себе новим ім'ям і будете виконувати завдання, пов'язані з цим. Зафіксуйте, скільки разів в день вдалося звертатися до себе по-новому і який вплив це мало на вашу мотивацію.

5. Використовуючи нове ім'я, напишіть кілька коротких оповідань про себе (реальних, з минулими або нинішніми успіхами, або фантастичних, з мріями про досягнення в майбутньому).

## **Вправа 2.6.**

### **Завдання.**

1. Перерахуйте всі свої бажання. Записуйте все, що приходить вам в голову. Переконайтеся, що ви включили і те, що у вас зараз є, і те, що ви хотіли б мати в подальшому. Слід врахувати, що цей список не схожий на список «Чого б мені хотілося до Різдва!».

2. Тепер зосередьтеся на тому, що ви відчували, коли читали список. Якщо у вас субособистість, яка говорить вам, що вона теж хотіла б мати все це? Або субособистість, яка засуджує людей, що мають бажання, яких немає у вас або які для вас є несуттєвими. А тепер складіть список ваших власних бажань.

3. Коли у вашому списку набереться 20 пунктів (або коли ви відчуєте, що записали всі бажання), можна звернутися до списку і виберіть 5-6 найістотніших. Тепер виділіть свої найважливіші бажання і не включайте ті, яким хоче віддати перевагу ваша субособистість «Що подумують люди?».

4. На великому аркуші паперу намалюйте коло діаметром приблизно 20 см, всередині нього - коло поменше. Вийшло кільце, центральна частина якого - ваше «я». А в самому кільці розмістіть ті 5-6 субособистостей, які є виразниками ваших бажань.

5. Намалюйте кольоровою крейдою символи, що відображають ваші бажання. Відсутність художніх здібностей в даному випадку не має значення. Просто намалюйте і розфарбуйте символи, які прийшли в голову.

6. Коли ви закінчите малювання, дайте кожній субособистості своє індивідуальне ім'я. Деякі з них можуть бути схожими на клички: Авантюрист, Розсудливий, Беззахисна крихта, Знавець. Інші імена можуть бути більш романтичні, важливо придумати власні назви, які мають для вас сенс.

7. Тепер розфарбуйте своє «я».

## **Вправа 2.8.**

### **Завдання.**

1. Запишіть п'ять своїх позитивних рис характеру, особливостей особистості, які здатні забезпечити вам успіх в діяльності.
2. Запишіть п'ять своїх позитивних рис, які допомагають вам у спілкуванні з іншими людьми.
3. Згадайте і запишіть свої успіхи в минулому і їх вплив на ваше життя і діяльність. Запишіть свої значні успіхи, про які приємно згадати і які мали істотний вплив на ваше життя і діяльність.
4. Згадайте і запишіть слова-схвалення, які були висловлені на вашу адресу іншими людьми (вчителями, друзями, знайомими) і які мали вплив на ваше життя або діяльність. Запишіть їх і зберігайте в спеціальному блокноті, щоб в несприятливих для вас обставин звертатися до них.
5. Запишіть, як ви підбадьорюєте самого себе, коли зазнали невдачі, коли не все у вас виходить, коли відчуваєте труднощі в роботі (1-й варіант, 2-й варіант)?
6. Як ви підбадьорюєте інших людей, коли хтось зазнав невдачі, відчуває розчарування і значні труднощі (1-й варіант, 2-й варіант)?
7. Згадайте і запишіть, як ви хвалили самого себе, коли досягли певних успіхів.
8. З огляду на досвід, поміркуйте і запишіть новий, більш ефективний текст-самосхвалення.
9. Згадайте і запишіть, як ви хвалите інших, коли хтось досяг успіхів або зробив щось важливе.
10. З огляду на досвід і знання, поміркуйте і напишіть новий текст схвалення інших людей в разі досягнення ними позитивного результату.
11. Запишіть вітання іншій людині з нагоди успішного завершення нею важливої справи. Намагайтеся надати таке схвалення і підтримку цій людині,



щоб це було новим стимулом (імпульсом) для неї, спонукало її до подальших успіхів.

### **Вправа 3.3.**

#### **Список мотивів включає 16 фраз.**

1. Можливість отримати популярність, прославитися.
2. Можливість продовжувати сімейні традиції.
3. Можливість продовжувати навчання зі своїми товаришами.
4. Можливість служити людям.
5. Заробіток.
6. Значення для економіки країни, суспільне і державне значення професії.
7. Легкість надходження на роботу.
8. Перспективність роботи.
9. Дозволяє проявити свої здібності.
10. Дозволяє спілкуватися з людьми.
11. Збагачує знаннями.
12. Різноманітна за змістом робота.
13. Романтичність, благородство професії.
14. Творчий характер праці, можливість робити відкриття.
15. Важка, складна професія.
16. Чиста, легка, спокійна робота.

### **Вправа 3.4.**

#### **Завдання.**

Вправа проводиться в парах. Один - експериментатор, інший - випробуваний. Експериментатор задає випробуваному питання: «Навіщо ти вибрав цю професію?» Відповідь має відповідати питанню, тобто починатися зі слова «щоб ...», але не «тому що ...». Як правило, буває декілька відповідей, наприклад: «Щоб вирішити свої власні проблеми», «Щоб опанувати престижною професією» і т.д. Записавши всі відповіді, експериментатор задає

наступне питання: «А навіщо тобі потрібно вирішувати власні проблеми?» - «Щоб стати гармонійною особистістю». «А навіщо тобі ставати гармонійною особистістю?» і т.д. Словесні формулювання смислів, дані у відповіді на питання «Навіщо?», називаються категоріями. Приклади категорій: «вирішити свої власні проблеми», «оволодіти престижною професією», «стати гармонійною особистістю». За винятком вихідної категорії, що задається в першому питанні, в кожному наступному фігурує категорія, дана випробуваним у відповідь на попереднє запитання. Ланцюг закінчується при виявленні граничного сенсу, далі якої випробуваний вже не в змозі відповісти на питання «Навіщо?». Часто зустрічаються смисли - категорії, питання про сенс яких ставить випробуваного в глухий кут і він просто відмовляється відповідати. Досвід показує, однак, що наполегливість експериментатора часто дозволяє випробуваному подолати цей бар'єр і вийти на новий рівень осмислення. Можна використовувати при цьому стимулюючі вислови на кшталт: «Я й не чекаю, що у вас відразу є готова відповідь, подумайте трохи». Вийшовши на граничний сенс і впевнившись в цьому, експериментатор повертається до залишених на попередніх етапах розгалуження відповідей і аналогічним чином простежує їх до граничного сенсу. Ця процедура повторюється з усіма категоріями, які називалися піддослідними на будь-якому етапі бесіди. Нерідко нові ланцюги вливаються в уже наявні. Якщо випробуваний дав у відповідь на одне із запитань категорію, яка вже раніше зустрічалась, рекомендується всеодно задати до неї питання «Навіщо?». Якщо буде дана відповідь, аналогічна тій, що була раніше, можна на цьому зупинитися: новий ланцюг просто влився в уже існуючий. Випробуваний, однак, може відповісти інакше, і тоді діалог слід продовжити до нового граничного сенсу. після завершення експериментатор і випробуваний обмінюються ролями.

### Вправа 3.6.

#### Завдання.

«Назвіть щось одне, що Ви могли б зробити (а в даний час не робите) і що, якщо це робити регулярно, призвело б до величезних позитивних результатів у Вашому професійному саморозвитку?» Після того, як учасники сформулюють для себе коротку відповідь, доцільно скласти список інших необхідних дій для досягнення високого рівня професійного саморозвитку. Після цього список слід оцінити за ступенем важливості дій (як важливі і не важливі). Потім, аналогічним чином - за ступенем терміновості. Для більшої наочності результати внесені в таблицю 1.

Таблиця 1.

#### Оцінка дій на шляху до моєї професійної мети

Оцінка дій	Термінові	Не термінові
Важливі	I	II
Не важливі	III	IV

Дані таблиці з усією очевидністю демонструють, яким чином людина реагує на виконання дій. Термінові справи зазвичай видимі. Вони тиснуть на нас, вимагають негайної активності. Квадрат I одночасно терміновий і важливий. Він пов'язаний з тим, що сприяє значним результатам і вимагає негайної уваги. Звичайно, в житті кожної людини є якась кількість справ, що відносяться до квадрату I. Однак, багато людей виявляються повністю їм поглинені. Це люди, зосереджені на проблемах. Вони живуть в режимі постійної «пожежі» і «вічного бою».

Є інша категорія осіб, які значну частину своїх зусиль витрачають на терміновий, але не важливий квадрат III. Це відбувається тому, що терміновість цих справ часто заснована на пріоритетах і очікуваннях інших людей. Важливі справи мають безпосереднє відношення до результатів. Важливим є те, що опосередковує глибинні цінності людини, вносить вклад в

його досягнення. Ефективні люди тримаються осторонь від квадратів III і IV, оскільки термінові справи чи ні, - вони не важливі. Крім того, такі люди зменшують розмір квадрата I, концентруючи свою увагу на квадраті II.

Маючи на увазі дані таблиці, членам групи рекомендується повернутися до своїх відповідей на питання на початку цього завдання. В якій з квадратів вписуються названі дії? Чи є вони важливими? Чи є вони терміновими?

Зазвичай учасники відносять ці дії до квадрату II. Очевидно, що дії ці дуже важливі, але не термінові. І оскільки - нетермінові, вони і не виконуються.