

зультати досліджень можуть бути корисними для вчителів, батьків та інших осіб, що працюють зі студентами, які мають різний рівень навчальних досягнень. Знання про психологічні особливості мотиваційної сфери може допомогти залучити студентів до навчання та підтримувати їхню мотивацію на протязі всього навчального процесу.

Для підвищення мотивації студентів з низьким рівнем навчальних досягнень можна використовувати різні підходи, такі як створення цікавих та змістовних завдань, забезпечення зрозумілого та доступного матеріалу, створення позитивної атмосфери в класі та підвищення самооцінки студентів.

Також важливим є забезпечення соціальної підтримки студентів, зокрема підтримки від вчителів, батьків та друзів. Для цього можна використовувати такі методи, як відкриті дискусії, групові проекти та інші форми роботи, що сприяють співпраці та взаємодії між студентами та вчителями.

У висновках можна зазначити, що психологічні особливості мотиваційної сфери студентів з різним рівнем навчальних досягнень є складним та багатогранним питанням. Дослідження цього питання може допомогти залучити студентів до навчання та підвищити їхній рівень навчальних досягнень. Для цього важливо враховувати особливості кожного студента та забезпечувати підтримку та позитивну атмосферу в класі.

#### ЛІТЕРАТУРА

1. Горобей А. О. Особливості мотивації, досягнення успіху студентів у навчанні. Київ, 2020. Режим доступу: <http://ir.library.nmu.com/handle/123456789/2743>
2. Подшивайлов Ф. М. Психологічні чинники розвитку мотиваційної сфери особистості майбутнього психолога : автореф. дис. ... канд. психол. наук: спец. 19.00.07 – педагогічна та вікова психологія. К., 2015. 20 с.

## ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ СТУДЕНТОК МАГІСТРАТУРИ

*Маданця К. Г.*

*Полтавський національний педагогічний університет імені В.Г. Короленка  
karina.madantsyan@gmail.com*

Актуальність дослідження. Одним із головних аспектів здорового психологічного розвитку жінки в сучасному світі, є розуміння важливості зберігати та розвивати своє психологічне благополуччя. Особливо це стосується жінок які перебувають у такому віковому періоді як ранній дорослий вік. Саме цей вік є основою для формування таких сфер життя як навчання в

університеті, пошук партнера та заміжжя, народження дітей, робота та можливість ефективно взаємодіяти у всіх цих сферах життя зберігаючи баланс між ними. Особливо у сучасній ситуації в Україні, коли на жінок покладена відповідальність не тільки у цивільному житті, а й обороні країни. Багатьом жінкам важливо зрозуміти та навчитися як у сучасних умовах зберегти своє психологічне благополуччя та допомогти своїм близьким.

У зв'язку з цим актуальність дослідження полягає у цілісному дослідженні психологічного благополуччя жінок раннього дорослого віку, які навчаються на другому (магістерському) рівні навчання.

Мета статті – розкрити та проаналізувати важливість психологічного благополуччя студенток магістратури, як важливої складової життя сучасної жінки.

Виклад основного матеріалу дослідження. Однією з головних проблем дослідження психологічного благополуччя постає саме у соціокультурному контексті. На сьогоднішній день особливо актуальною представляється проблема психологічного благополуччя серед жінок раннього дорослого віку.

Тема «психологічного благополуччя» цікавить багатьох вчених з різних наукових сфер. З точки зору психологічного та соціологічного підходів, цей феномен визначається як базовий суб'єктивний конструкт, який відображає оцінку та сприйняття власного функціонування з боку потенційних можливостей особистості. Це вказує на роль смислових та ціннісних орієнтацій людини у визначенні благополуччя або неблагополуччя [1].

У своїх дослідженнях К. Ріфф, виділивши основні компоненти психологічного благополуччя співвідносила їх з різними структурними елементами концепцій, в яких важливим є позитивне функціонування індивіда. Наприклад, такий компонент, як «самоприйняття» співвідноситься з одного боку з поняттями «самоповага» (за концепціями К. Роджерса, А. Маслоу, Г. Олпорта), а з іншого боку з визнанням індивіда своїх негативних якостей (за концепцією К.Г. Юнга) та позитивною оцінкою її власного минулого (за Е. Еріксоном – частина процесу его-інтеграції) [5].

На думку сучасних американських дослідників, психологічне благополуччя є більш широкою категорією, яка включає критерії психологічного, соціального та фізичного функціонування особистості [3]. Модель психологічного благополуччя дає більш цілісну та диференційовану характеристику благополуччя, ніж модель суб'єктивного благополуччя, адже вона є розширенням евдемоністичної аристотелівської філософської традиції, згідно з якою як заключну мету існування особистості визначено її прагнення виявити свій потенціал. Аналізуючи дані наукової теорії, можна відзначити, що головний шлях людини до психологічного благополуччя лежить, щонайперше, через успішну соціальну акомодацию – адаптацією до реальних життєвих умов та обставин, запитів соціального оточення. Провідними ж

компонентами такої адаптації виступають позитивне мислення та соціальна поведінка, що й забезпечує загальний рівень відчуття та переживання власного психологічного благополуччя [4]. Отже, психологічне благополуччя є базовим переживанням, яке визначає якість життя людини [2].

Проведено аналіз психологічних чинників формування комунікативної толерантності у юнацькому віці. Було проаналізовано поняття «благополуччя» та «психологічного благополуччя», проаналізовано, що одними з головних критеріїв становлення психологічного благополуччя у ранньому дорослому віці є саме соціокультурне середовище.

Для дослідження психологічного благополуччя студенток магістратури доцільно використовувати такий метод емпіричного дослідження, як стандартизоване опитування, оскільки він дозволяє за короткий проміжок часу одержати великий об'єм інформації. Арсенал дослідження складається із наступних методик: Методика «Шкала психологічного благополуччя» К. Ріфф (адаптація С.В. Карсканової); Оксфордський опитувальник щастя; Методика експрес-діагностики рівня психоемоційної напруги; Опитувальник копінг-стратегій: скорочена форма.

Організація дослідження психологічного благополуччя було проведено для студенток другого (магістерського) рівня навчання Полтавського національного педагогічного університету імені В.Г. Короленка у лютому-березні 2023 року. В дослідженні брали участь студентки віком від 22 до 30 років, які навчаються на магістратурі психолого-педагогічного факультету, стаціонарного та заочного відділення за спеціальністю 053 Психологія. Обсяг вибірки становить 60 осіб жіночої статі.

Виходячи з отриманих результатів, можна зробити наступні висновки. Переважна більшість студенток-магістрантів, а саме 75% мають високі показники психологічного благополуччя, для 75% опитуваних жінок наявні довірливі відносини з оточуючими їх людьми, вони хочуть проявляти турботу про інших, мають здатність до емпатії та вміння знаходити компроміси, 50% є досить незалежними особистостями, як від думки оточуючих так і у регуляції власної поведінки. Досліджувані жінки (87%) показали що є впевненими і компетентними в управлінні повсякденними справами та здатні ефективно використовувати різні життєві обставини. 87,5% жінок мають відчуття саморозвитку та самовдосконалення, можуть реалізувати свій потенціал. Лише у 50% студенток наявна ціль і свідомість життя та 62,5% приймають себе такими якими вони є, зі своїми позитивними та негативними якостями.

У переважній більшості студенток магістратури (62,5%) було виявлено середній рівень прояву щастя у житті. 25% жінок мають понижений показник щастя, і лише 12,5% мають високий показник щастя. Тобто переважна більшість студенток жіночої статі відчують себе щасливо лише у деяких

сферах свого життя, і лише невелика частинка у всіх сферах життя, як особистого так і публічного.

Досліджуючи рівень психоемоційної напруги студенток магістратури було продиагностовано самооцінку загального здоров'я, що показало 100% позитивного ставлення до свого здоров'я. 62,5% досліджуваних відчувають психосоціальний стрес в різних сферах життя, 37,5% не відчувають психосоціального стресу, як в особистому так і в соціальному житті. 62,5% жінок відчувають час від часу як песимістичний так і радісний настрій життя, 25% мають низький рівень задоволеності життям, тобто свідчить про стан незадоволеності, стрес, песимістичний настрій, про потребу в одержанні психологічної допомоги, і лише 12,5% є задоволеними своїм життям у цілому, про психологічне благополуччя й оптимістичне світовідчуття. Відносно задовільними умовами життя відчувають себе 62,5% студенток, 37,5% задоволені своїми умовами життя, що є показником високої якості життя. Варто зауважити, що 50% студенток задоволенні основними психологічними потребами, 37,5% відносно задоволені та 12,5% задоволені основними життєвими потреби, про стрес і необхідність отримати психологічну допомогу. Тобто можна говорити, що більша частина досліджуваних жінок відчувають психоемоційну напругу час від часу, що є нормою в сучасному житті.

Важливим також у дослідженні психологічного благополуччя студенток магістерського рівня навчання є з'ясування копінг-стратегій. Всі люди реагують на стресові ситуації по-різному. Найбільша частина досліджуваних жінок (50%) проявило взаємодію зі стресором, що проявляється в опануванні з проблемою (вирішення проблем, когнітивне реструктурування) та опануванні з емоціями (соціальний контакт, вираз емоцій). Їм більше притаманне зустрітися з проблемою особисто та намагатися вирішити її, а не уникати. 25% жінок притаманно уникнення стресу, це має прояв у неопануванні з проблемою (уникнення проблем, прийняття бажаного за дійсне) та неопануванні з емоціями (соціальне уникнення, самокритика), це свідчить про те що ці жінки важко справляються зі своїми емоціями під час стресових ситуацій та намагаються уникнути цих ситуацій. 25% студенток відповідають середньому показнику, що свідчить про те, що у різних стресових ситуаціях вони реагують по-різному, в деяких ситуаціях вони приймають виклики долі, а в деяких їм притаманно уникнути стресових ситуацій.

Роблячи загальний висновок варто зазначити, що психологічне благополуччя студенток магістратури є досить різноманітним явищем, для деяких жінок притаманне довірливе ставлення до оточуючих низький рівень психоемоційної напруги з високим рівнем щастя та особистісного благополуччя, а для деякого важко сприймати допомогу оточуючих, не відчуваючи цілі в житті та складно проходити через стресові ситуації намагаючись якомога більше уникати їх. Отже підводячи підсумок, важливо сказати, що не

зважаючи на сучасну ситуацію, роль жінки у суспільстві потребує поваги і розуміння важливості психологічного благополуччя кожної жінки у сучасному світі.

#### ЛІТЕРАТУРА

1. Гончаренко С. У. Український педагогічний словник. К. : Либідь, 1997. 367 с.
2. Bradburn N. The structure of psychological well-being, 1969. 320 p.
3. Diener E. Subjective well-being is essential to well-being. E. Diener, J. Sapyta, E.Suh. Psychological Inquiry. 1998. Vol. 9 (1). P. 94-99.
4. Diener E., Biswas-Diener R. Will money increase subjective well-being? A literature review and guide to needed research. Social Indicators Research. 2002. Vol. 57. P. 119-169.
5. Riff C., Keyes C., Lee M. The structure of psychological well-being revisited. Journal of Personality and Social Psychology. 1995. Vol. 69. № 4. P. 719-727.

## ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ РОЗВИТКУ МОТИВАЦІЇ ПЕДАГОГІЧНИХ ПРАЦІВНИКІВ

**Маліченко О. В.**

*Полтавський національний педагогічний університет імені В.Г. Короленка  
ksyuxa@gmail.com*

Проблемою управління мотивацією в психолого-педагогічній галузі вітчизняної парадигми науки займалися А. Маркова, Т. Матіс, А. Орлов, М. Матюхіна, В. Сухомлинський, М. Алексеева, І. Синиця (формування мотивації навчальної діяльності школярів), Я. Болюбаш, А. Деркач, Н. Кузьміна, Н. Авшенюк, Г. Ващенко, О. Малихін (формування мотиваційної сфери педагогічної діяльності вчителів), М. Пірен, Л. Карамушка, Л. Орбан-Лембрик (мотиваційний аспект управління освітнім середовищем). У зарубіжній царині проблема мотивації була предметом дослідження Ф. Тейлора (примус та нормування як основні методи управління мотивацією працівників), Д. МакГрегора (винагорода, пов'язана із потребою у самовираженні як основний чинник підвищення мотивації праці людини), В. Оучі (урахування як біологічних, так і соціальних потреб людини у процесі управлінського впливу на підлеглого, чіткі критерії індивідуального оцінювання результатів праці, можливість освіти та кар'єрного зростання як методи управління мотивацією підлеглих), А. Маслоу (ієрархія потреб, які необхідно враховувати при ухваленні рішення про вплив на мотивацію робітника), Ф. Герцберга (урахування мотивуючих факторів, що визначають успіх мети мотиваційного впливу керівника).