

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
імені В. Н. КАРАЗІНА

ГРАНКІНА-САЗОНОВА НАТАЛЯ ВАЛЕРІЇВНА

УДК 159.923.2:159.923.5

**СМИСЛОВІ ТА ЕМОЦІЙНО-РЕГУЛЯТОРНІ ПЕРЕДУМОВИ
ОПТИМАЛЬНОГО ФУНКЦІОНУВАННЯ ОСОБИСТОСТІ**
19.00.01 – Загальна психологія. Історія психології

Автореферат дисертації на здобуття наукового ступеня
кандидата психологічних наук

Харків – 2019

Дисертацією є рукопис.

Робота виконана в Харківському національному університеті імені

В. Н. Каразіна

Міністерства освіти і науки України

Науковий керівник: доктор психологічних наук, доцент
Кряж Ірина Володимирівна,
Харківський національний університет
імені В. Н. Каразіна,
завідувач кафедри прикладної психології.

Офіційні опоненти: доктор психологічних наук, професор
Вірна Жанна Петрівна,
Східноєвропейський національний університет
імені Лесі Українки, м. Луцьк
декан факультету психології;

доктор психологічних наук, доцент
Паламарчук Ольга Миколаївна
Вінницький державний педагогічний
університет
імені Михайла Коцюбинського
завідувач кафедри психології та
соціальної роботи.

Захист відбудеться «26» червня 2019 р. о 10 годині на засіданні спеціалізованої вченої ради Д 64.051.08 в Харківському національному університеті імені В. Н. Каразіна за адресою: 61022, м. Харків, майдан Свободи, 6.

З дисертацією можна ознайомитись в Центральній національній бібліотеці Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна за адресою: 61022, м. Харків, майдан Свободи, 4.

Автореферат розісланий «24» травня 2019 р.

Учений секретар
спеціалізованої вченої ради

Н. В. Барінова

ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА РОБОТИ

Актуальність теми дослідження. У 2012 році вперше пройшла конференція ООН по щастю, де було зазначено, що економічні досягнення більше не можуть бути єдиними показниками благополуччя людства. Тоді ж було засновано дослідницький проект Рейтинг країн світу по рівню щастя. При визначенні показнику щастя враховуються ВВП, тривалість життя, громадянські свободи, відчуття безпеки та впевненості в майбутньому, стійкість сімей, рівень корупції, довіра, великодушність та щедрість у суспільстві. Також враховуються дані опитування, де люди самі визначають свій рівень щастя. Згідно цього рейтингу, Україна посідає 138 місце зі 156 країн світу за рівнем щастя (дані за 2018 рік). За даними іншого показника – Всесвітнього індексу щастя – Україна в 2016 році зайняла 70 місце серед 140 країн світу.

Проблема сучасного суспільства полягає в тому, що економічний добробут, соціальні здобутки, такі як високий рівень освіти, доступна медицина та навіть рівень безпеки у суспільстві, не забезпечують людині суб'єктивного відчуття щастя, внутрішнього благополуччя. Тож набуває актуальності питання саме про психологічні чинники благополуччя особистості.

На сьогоднішній день в психології сформувалося два основних підходи до розуміння благополуччя особистості: гедоністичний, який робить акцент на позитивних емоціях та задоволенні потреб (Е. Дінер, Н. Бредберн та ін.), та евдемоністичний, який бачить позитивне функціонування в осмисленості життя, прагненні вищих цілей, подоланні себе та особистісному розвитку (К. Роджерс, К. Ріфф, С. Мадді). Існують також підходи на перехресті цих двох основних, які намагаються поєднувати їх здобутки.

Набуває ваги проблема «оптимального функціонування особистості» як процесу життєдіяльності, в ході якого особистість продовжує реалізовувати власний потенціал та зберігати автономність дій та мислення в наявних оточуючих умовах, незалежно від того, наскільки вони є сприятливими. Ідеї повністю функціонуючої особистості (К. Роджерс), особистості, що самоактуалізується (А. Маслоу), позитивного функціонування (М. Селігман, М. Чіксентміхайі) передбачають, що таке оптимальне (повноцінне, позитивне) функціонування є умовою психологічного здоров'я, благополуччя та щастя.

Хоча значення такого функціонування широко визнається представниками гуманістичного, екзистенційного та позитивного напрямів в психології, поняття оптимального функціонування розглядається на феноменологічному рівні та носить описовий характер. Відмічається брак емпіричних досліджень цього конструкту та необхідність його операціоналізації.

Іншою важливою проблемою є необхідність визначення психологічних передумов оптимального функціонування особистості та механізмів їх

впливу на нього. Існуючі дослідження детермінант суб'єктивного або психологічного благополуччя мають характер роз'єднаних пошуків, які не розкривають загальних механізмів впливу зовнішніх та внутрішніх чинників на функціонування особистості.

Не зважаючи на велику кількість теоретичних та емпіричних досліджень, ми спостерігаємо відсутність єдиного розуміння та чіткого визначення оптимального функціонування особистості, його критеріїв та передумов. Недостатньо розроблена проблема психологічних механізмів, які обумовлюють оптимальне функціонування особистості.

Таким чином, **актуальність** дослідження пов'язана з необхідністю операціоналізації конструкту «оптимальне функціонування особистості», виявлення психологічних, внутрішніх особистісних структур або утворень, які достовірно будуть виступати в якості передумов оптимального функціонування особистості, висвітлення механізму впливу цих передумов на рівень оптимального функціонування особистості, а також визначення засобів психологічної роботи для сприяння оптимальному функціонуванню особистості.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами: Дисертаційне дослідження виконане в рамках теми наукових досліджень кафедри прикладної психології факультету психології Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна «Стратегії підтримки психологічного здоров'я особистості в умовах кризи». Номер державної реєстрації НДР: 0116 и 005286. Тему дисертації затверджено (протокол № 7 засідання вченої ради факультету психології ХНУ імені В. Н. Каразіна від 4 вересня 2017р.).

Мета: визначити особистісні утворення, що є значущими передумовами оптимального функціонування особистості, та розробити модель їх впливу на оптимальне функціонування.

Завдання:

1. На основі теоретичного аналізу уточнити зміст поняття «оптимальне функціонування особистості» та визначити конструкти для його описання та вимірювання.
2. Здійснити емпіричну перевірку смислових та емоційно-регуляторних утворень, виокремлених в результаті теоретичного аналізу, як потенційно значущих передумов оптимального функціонування особистості.
3. Визначити особливості впливу обраних психологічних утворень на оптимальне функціонування особистості, розробити та перевірити моделі, що розкривають механізми впливу смислових та емоційно-регуляторних утворень на оптимальне функціонування особистості,
4. Вивчити особливості оптимального функціонування особистості в залежності від напряму професіоналізації та статі респондентів.
5. Дослідити роль професійного психологічного навчання для оптимального функціонування особистості.

б. Адаптувати та провести програму групової психокорекційної роботи з урахуванням розробленої моделі оптимального функціонування з метою підвищення оптимального функціонування учасників; дослідити вплив групової психокорекційної роботи на оптимальне функціонування особистості та визначити головні чинники й заходи групової діяльності, які сприяють оптимальному функціонуванню.

Об'єкт дослідження – передумови оптимального функціонування особистості.

Предмет дослідження – смислові та емоційно-регуляторні утворення особистості як передумови її оптимального функціонування.

Методи дослідження. Для реалізації дослідження були використані теоретичні методи (аналіз, систематизація, узагальнення даних), емпіричні методи (тестування) та методи математичної статистики.

Методологічною та теоретичною основою дослідження виступили положення гуманістичної психології про позитивне функціонування особистості, євдемоністичні погляди на благополуччя особистості (С. Д. Максименко, А. Маслоу, Г. Олпорт, К. Ріфф, К. Роджерс, М. Ягода), положення про смислові утворення особистості та їх роль у регуляції життєдіяльності (О. Г. Асмолов, Б. С. Братусь, І. В. Кряж, Д. О. Леонтьєв, О. Є. Насиновська, В. О. Олефір), положення про динамічні смислові системи в рамках культурно-історичного підходу (Л. С. Виготський), багатовимірний модель психологічного благополуччя (К. Ріфф), поняття життєстійкості (С. Мадді), епігенетичний підхід до розвитку особистості (Е. Еріксон), положення психосоціальної теорії довіри (Т. П. Скрипкіна), теоретичні дані про роль довіри в системі «лікар-пацієнт» для терапевтичного комплаєнсу (О. О. Бородавко, Л.Ф. Шестопалова), теорія базових індивідуальних цінностей (Ш. Шварц), положення екологічної психології про роль близькості до природи для благополуччя особистості (Дж. Зеленскі, І. В. Кряж, Е. Нісбет, О. М. Паламарчук), поняття емоційної компетентності та емоційної зрілості (О. С. Кочарян, М. А. Півень), модель емоційного інтелекту (Д. Майерс, Д. Карузо та П. Селовей).

Теоретичне значення дослідження полягає в розширенні уявлень щодо функціонування особистості, а саме в розробці його моделей; в розкритті ролі довіри як медіатора, за допомогою якого реалізується вклад різних смислових та емоційно-регуляторних утворень в процес оптимального функціонування.

Наукова новизна одержаних результатів полягає в тому, що:
вперше

- запропоновано модель оптимального функціонування особистості, маніфестованого психологічним благополуччям та життєстійкістю, у зв'язку з його смисловими та емоційно-регуляторними передумовами – довірою, цінностями, суб'єктивною близькістю до природи та емоційним інтелектом;

- визначено роль довіри як медіатора, що опосередковує вплив смислових й емоційно-регуляторних утворень, а саме – цінностей, суб'єктивної близькості до природи, емоційного інтелекту – на оптимальне функціонування особистості;

дістали подальшого розвитку

- теоретичні положення про значення довіри для оптимального функціонування особистості, а саме: встановлено значення довіри до себе як найбільш вагомому медіатору між цінностями, суб'єктивним зв'язком з природою, емоційним інтелектом та психологічним благополуччям й життєстійкістю особистості як індикаторами її оптимального функціонування;

доповнено й уточнено

- наукові знання про предиктори оптимального функціонування особистості в віці ранньої зрілості, а саме – визначено, що провідне значення для оптимального функціонування серед типів особистісних цінностей мають цінності відкритості до змін, серед здібностей EI – ідентифікація емоцій, а також розуміння й аналіз емоцій;

- наукові дані щодо особливостей оптимального функціонування та його передумов у респондентів різної професіоналізації, а саме виявлено, що особи, залучені у психологічну діяльність, мають вищі показники оптимального функціонування, ніж представники інших професійних напрямів;

- наукові дані щодо впливу рівню теоретичної обізнаності в сфері психології на оптимальне функціонування: не підтверджено наявності значущих змін в показниках оптимального функціонування залежно від рівня оволодіння професією психолога;

- наукові дані щодо статевих розбіжностей за показниками довіри та життєстійкості: жінок характеризує більш високий рівень довіри до світу та до інших людей, в той час як в чоловіків більш виразною є установка на контроль як прояв життєстійкості ;

Практичне значення отриманих результатів.

Розроблено та впроваджено в психокорекційній програмі модель оптимального функціонування особистості. Результати дослідження можуть бути використані в психокорекційній та психотерапевтичній роботі практичних психологів, в розробці тренінгів з підвищення психологічного благополуччя, особистісного росту тощо. Отримані результати можуть бути використані в навчальних курсах з загальної психології, психології особистості, психології здоров'я, екологічної психології, психологічного консультування, психотерапії в процесі фахової підготовки психологів. Основні положення та висновки даної роботи також можуть бути рекомендовані для використання в процесі підвищення кваліфікації психологів, вчителів шкіл, викладачів ВНЗ, соціальних працівників.

Результати дослідження впроваджено в педагогічний процес підготовки фахових психологів Харківського національного університету імені В. Н.

Каразіна в рамках курсів «Психологія здоров'я» (акт впровадження №0501-277 від 28.09.2018), «Екологічна психологія» (акт впровадження №0501-277 від 28.09.2018), «Загальна психологія. Емоційно-вольові процеси» (акт впровадження №0501-277 від 28.09.2018), в консультаційну та психотерапевтичну діяльність ВГО «Інститут клієнт-центрованої та експерієнтальної психотерапії», м.Харків (акт впровадження № 04-35 від 05.10.2018) (акт впровадження № 04-35 від 05.10.2018), а також в програму соціально-психологічного курсу підвищення особистісної та професійної ефективності для менеджерського та керуючого складу підприємства ТОВ «Славена» (акт впровадження № 1/2018 від 15.08.2018).

Особистий внесок здобувача в статті, написаній у співавторстві з І. В. Кряж «Довіра й емоційний інтелект як предиктори особистісного благополуччя студентів-психологів», полягає в огляді та аналізі наукової літератури, зборі та обробці практичних даних; у статті «Mediating role of trust between emotional intelligence and positive functioning of personality», написаній у співавторстві з І. В. Кряж, внесок здобувача полягає в зборі та обробці емпіричного матеріалу, обзорі й теоретичному аналізі вітчизняної та зарубіжної літератури.

Апробація результатів дослідження. Результати дослідження доповідалися на наукових конференціях всеукраїнського та міжнародного рівнів: «Особистість у соціальному, віковому та клінічному вимірі сучасного життя» (м. Луцьк, 7 квітня 2016 р.); «Психологія свідомості: теорія і практика наукових досліджень» (м. Переяслав-Хмельницький, 2017 р.); «Психологічні основи здоров'я, освіти, науки та самореалізації особистості» (м. Рівне, 30-31 березня 2017 р.); «Сучасні проблеми екологічної психології: життєдіяльність особистості в умовах сучасного міста» (м. Маріуполь, 12-13 травня 2017 р.); «Психолого-педагогічні проблеми становлення сучасного фахівця» (м. Харків, 7-8 червня 2017 р.); «Особистість у кризових умовах та критичних ситуаціях життя» (м. Суми, 22-23 лютого 2018 р.); «Теорія та практика актуальних наукових досліджень» (м. Запоріжжя, 28-29 вересня 2018 р.); «Проблеми оптимального функціонування особистості в сучасних умовах» (м. Харків, 25 жовтня 2018 р.).

Публікації. Матеріали дисертаційного дослідження викладено в сімох статтях, із них дві – у міжнародних періодичних виданнях із психології, п'ять – у фахових виданнях, затверджених МОН України, а також у тезах доповідей п'яти конференцій.

Структура та обсяг дисертаційної роботи. Дисертація складається з анотації, вступу, чотирьох розділів, висновків, списку використаних джерел (194 найменування, із них 84 – іноземною мовою) та 11 додатків. Робота викладена на 219 сторінках машинописного тексту, основний текст – 165 сторінок. Робота містить 33 таблиці та 40 рисунків.

ОСНОВНИЙ ЗМІСТ ДИСЕРТАЦІЇ

У **вступі** обґрунтовано актуальність дослідження, визначено його об'єкт та предмет, мету й завдання, методи дослідження; розкрито методологічні та теоретичні засади; висвітлено наукову новизну та практичне значення роботи; наведено відомості про апробацію і впровадження результатів дослідження, подано інформацію про структуру та обсяг дисертації.

У **першому розділі** *«Теоретичний аналіз поняття оптимального функціонування особистості та його передумов»* розглянуто основні підходи до розуміння оптимального функціонування особистості серед зарубіжних дослідників (Н. Бредберн, Е. Десі, У. Джемс, Е. Дінер, А. Маслоу, Р. Райян, К. Ріфф, К. Роджерс, М. Ягода та ін.), а також розуміння особистості та її функціонування в радянській та вітчизняній психології (Б. С. Братусь, О. М. Леонтьєв, Д. О. Леонтьєв, С. Д. Максименко, С. Л. Рубінштейн, Т. М. Титаренко та ін.). Відзначається відсутність єдиного розуміння оптимального функціонування особистості та його передумов серед дослідників.

Психологи гуманістичного напрямку (А. Маслоу, Г. Олпорт, К. Роджерс) уперше звернулися до особистості як до важливої внутрішньої реальності людини, яка має потенціал розвитку, та представили своє уявлення про напрямок цього розвитку, спираючись на ідеї наявності вродженої потреби людини в особистісному розвитку та актуалізації свого призначення.

У другій половині ХХ сторіччя вчені, які займалися питаннями психічного здоров'я звернулися до проблеми оптимального функціонування в термінах «благополуччя». На даний момент існує два основних підходи до його розуміння: гедоністичний та евдемоністичний.

Представники гедоністичного підходу до суб'єктивного благополуччя особистості (Н. Бредберн, Е. Дінер) бачать його основу в превалюванні позитивних афектів над негативними, задоволенні потреб людини, загальній задоволеності життям.

Благополуччя в евдемоністичному підході засновується на гуманістичних засадах розуміння особистості, цінностях розвитку та самоактуалізації. Оптимальне функціонування в цьому підході обов'язково пов'язане з осмисленістю особистістю свого життя, наявністю цілей та прагненням власного зростання (Е. Десі, Р. Райян, К. Ріфф).

Хоча представники радянської психології (О. Г. Асмолов, Б. С. Братусь, Л. С. Виготський, Б. В. Зейгарник, О. М. Леонтьєв, С. Л. Рубінштейн та ін.) не використовували термін «благополуччя», їхні погляди на функціонування особистості ближчі до евдемоністичного напрямку. Оптимальне функціонування вони бачать у прагненні до вищих цінностей, власного розвитку задля блага інших людей. На це вказує те, що для більшості радянських та вітчизняних концепцій особистості притаманні: 1) розділення понять «індивід» та «особистість», при цьому особистість характеризується вищим, складнішим рівнем функціонування; 2) визнання значущості для формування особистості її соціальної природи, а також відношень зі

світом, собою та іншими людьми, що реалізуються та формуються в діяльності; 3) наявність смислового компонента, що детермінує функціонування особистості.

Багатьох дослідників не задовольняють існуючі моделі благополуччя особистості, і тому виникають нові концепції, близькі за змістом: щастя, особистісна зрілість, психологічне здоров'я, особистісне благополуччя, задоволеність життям та ін. (М. О. Батурін, Д. О. Леонтьєв, Р. Раск та Л. Уотерс, О. М. Рікель, М. Селігман, Р. М. Шаміонов, К. Шелдон та ін.).

У результаті теоретичного аналізу запропоновано дослідницьку модель оптимального функціонування особистості, яка представлена двома доменами: психологічним благополуччям (за К. Ріфф), та життєстійкістю (С. Мадді).

Модель психологічного благополуччя К. Ріфф заснована на загальних уявленнях про повноцінне життя особистості видатних представників гуманістичної психології і має вагоме теоретичне обґрунтування. Чинники психологічного благополуччя, представлені в її концепції (оптимальні відношення з іншими, особистісне зростання, наявність цілей у житті, самоприйняття, керування оточенням та автономія), являють собою витяг із цих уявлень, які поділяються великою часткою сучасних дослідників.

Проте ця модель не враховує, що евдемоністичне оптимальне функціонування потребує від особистості певних внутрішніх зусиль, спрямованих на подолання зовнішніх труднощів, з одного боку, і затрати внутрішніх ресурсів – з іншого. Таким чином, для оптимального функціонування особистості, крім критеріїв, указаних у концепції К. Ріфф, потрібні характеристики, які будуть спрямовані на подолання труднощів. Поняттям, що відповідає такій характеристиці, може бути «життєстійкість».

Життєстійкість (hardiness) – поняття, уведене С. Мадді для позначення паттерна установок і стратегій, які разом сприяють перетворенню особистістю стресових обставин із потенціальної катастрофи на можливість росту. Включає готовність до ризику, контроль над подіями свого життя та залученість.

В якості передумов оптимального функціонування особистості пропонується розглядати смислові утворення. Спорідненими до смислових утворень за значенням поняттями є «динамічні смислові системи» (О. Г. Асмолов, Л. С. Виготський), «особистісний смисл» (Б. С. Братусь, О. М. Леонтьєв), «смислові конструкти» (Д. О. Леонтьєв).

У психології діяльності смислові утворення називаються одиницями аналізу особистості. Вони відносяться до глибинних утворень особистості і найважливішою їх особливістю є невідчужуваність безпосередньому довільному контролю (О. Г. Асмолов, Б. С. Братусь, Б. В. Зейгарник, О. М. Леонтьєв).

Виділяються різні характеристики смислових утворень, проте дослідники сходяться в тому, що в поняття смислового утворення,

насамперед, включене суб'єктивне відношення особистості до світу, до інших людей та до самої себе з емоційним компонентом.

Як важливе смислове утворення нами розглядається довіра, яка є складним системним психічним утворенням, що значуще характеризує відношення особистості зі світом, з іншими людьми та навіть із собою. Довіра має важливе значення для оптимального функціонування і може бути його передумовою (Е. Еріксон, Е. Ярлнес та Л. Марчер, В. П. Зінченко, Т. П. Скрипкіна та ін).

Іншими смисловими утвореннями, які можуть бути передумовою оптимального функціонування, є цінності як вищий усвідомлюваний рівень смислових утворень (Б. С. Братусь) та суб'єктивна близькість до природи (Дж. Зеленські, І. В. Кряж, Е. Нісбет та ін.), яка відображає відношення особистості до світу природи, переживання свого включення в цей світ, містить у собі різні рівні смислів та цінностей та є психічною проекцією біологічної складової особистості.

Виходячи з концепції єдності афекту та інтелекту (Л. С. Виготський), включення емоційних компонентів у смислові утворення особистості (О. Г. Асмолов, Б. С. Братусь, Д. О. Леонтьев), а також даних сучасних досліджень щодо впливу емоційного інтелекту (ЕІ) на психологічне та суб'єктивне благополуччя особистості, як можливий предиктор оптимального функціонування особистості в нашому дослідженні розглядається ЕІ як емоційно-регулятивне утворення.

У **другому розділі** «*Організація і методи дослідження*» представлено емпіричні завдання дослідження, описано вибірку та обґрунтовано його методи. У дослідженні брали участь студенти факультетів психології, лабораторної діагностики (медики), історичного та фізико-енергетичного факультетів та працюючі психологи. Характеристики вибірки за статтю та віком подано в табл. 1 та 2.

Таблиця 1

Характеристика вибірки дослідження за статтю

Група	Жінки	Чоловіки	Усього
Усі спеціальності	177 (75 %)	59 (25 %)	236 (100 %)
Психологи (усі)	105 (88,2 %)	14 (11,8 %)	119 (50,4 %*)
Психологи (працюючі спеціалісти)	16 (80 %)	4 (20 %)	20 (8,5 %*)
Психологи (студенти)	89 (89,9 %)	10 (10,1 %)	99 (42 %*)
Фізики	8 (25 %)	24 (75 %)	32 (13,6 %*)
Історики	20 (60,6 %)	13 (39,4 %)	33 (14 %*)
Медики	44 (84,6 %)	8 (15,4 %)	52 (22 %*)

* Відсоток відносно всієї вибірки; інше – відносно своєї групи.

Таблиця 2

Характеристика вибірки за віком

Група	Середнє	Медіана	Мінімум	Максимум
Усі	21	20	17	40
Психологи (усі)	22,7	21	17	40
Психологи (працюючі спеціалісти)	36	34	29	40
Психологи (студенти)	20,4	20	17	25
Фізики	19,25	19	17	21
Історики	19,4	19	19	20
Медики	21,04	21	19	23

Для реалізації дослідження були використані такі емпіричні методики: для дослідження оптимального функціонування особистості – «Шкала психологічного благополуччя К. Ріфф», адаптована та валідизована Т. Д. Шевеленковою та П. П. Фесенком, та «Тест життєстійкості» С. Мадді, адаптований Д. О. Леонтьєвим та Є. І. Рассказовою, модифікація Є. Н. Осіна та Є. І. Рассказової; для дослідження смислових утворень особистості – «Методика вивчення довіри/недовіри особистості до світу, до інших людей, до себе» А. Б. Купрейченко, «Рефлексивний опитувальник рівня довіри до себе» Т. П. Скрипкіної; «Опитувальник цінностей» П. Стерна, Т. Дитца та Дж. Гуаньяно в адаптації І. В. Кряж, Експрес-версія «Шкали зв'язку із природою NRS» Е. Нісбет, Дж. Зеленські, С. Мерфі в адаптації І. В. Кряж, Графічна шкала У. Шульца «Включення природи в “Я”»; для дослідження рівня емоційного інтелекту – тест Дж. Мейера, П. Селовея та Д. Карузо «Емоційний інтелект» (MSCEITv.2.0), русифікована версія. Для математичної обробки даних були використані методи описової статистики, коефіцієнт α Кронбаха, U-критерій Манна-Уїтні, критерій Краскела-Уолліса, коефіцієнт рангової кореляції Спірмена, множинний регресійний аналіз; моделювання структурними рівняннями (SEM). Статистичну обробку даних проведено за допомогою пакета статистичних програм Statisticav.7.0.

У **третьому розділі** «Порівняльний аналіз показників оптимального функціонування, ЕІ та смислових утворень у групах респондентів різної статі, різної професійної орієнтації та в групах психологів різного рівня оволодіння професією» наведено описову статистику показників оптимального функціонування особистості та його смислових та емоційно-регулятивних передумов, проведено та проаналізовано порівняння цих показників у різних групах: 1) у групах чоловіків та жінок; 2) у групах різної професійної спеціалізації; 3) у групах психологів різного ступеня освоєння професії.

Спираючись на результати порівняльного аналізу показників оптимального функціонування та його передумов у групах жінок та чоловіків із застосуванням U-критерію Манна-Уїтні, можна стверджувати, що оптимальне функціонування особистості не залежить від її статі і має інші предиктори. Проте жінки виявляють у цілому більш високий рівень довіри загальної та довіри до інших людей, а також мають більш розвинений навик використовувати власні емоції для підтримки діяльності, якою займаються.

Були виділені чотири групи досліджуваних за професійною спрямованістю: психологи (студенти факультету психології та практичні психологи), фізики (студенти фізико-енергетичного факультету), історики (студенти історичного факультету) та медики (студенти факультету лабораторної діагностики). Порівняльний аналіз показників оптимального функціонування у групах за напрямками навчання/роботи показав, що існують значущі відмінності в групах за показниками психологічного благополуччя ($p=0,0186$), особистісного зростання ($p<0,0001$) та самоприйняття ($p=0,0031$). Крім того, є різниця між групами в показниках за шкалою «Позитивні відношення з іншими» при рівні $p=0,055$. У цілому виявлено вищий рівень психологічного благополуччя та деяких його складових у групі психологів у порівнянні з іншими групами.

Було проведено порівняння показників оптимального функціонування групи психологів та групи всіх інших студентів методом Манна-Уїтні. Результати порівняння подано в табл. 3. Вищі показники виявлено в групі психологів.

Таблиця 3

Значущі відмінності в показниках оптимального функціонування між психологами та іншими респондентами

Показник	Рівень p за методом Манна-Уїтні
Психологічне благополуччя	0,0016
Позитивні відношення з іншими	0,0162
Особистісне зростання	0,0000001
Цілі в житті	0,0115
Самоприйняття	0,0042
Готовність до ризику	0,029

За результатами тесту Краскала-Уолліса представники різних спеціальностей не відрізняються між собою значуще за загальними показниками ЕІ, але ми знаходимо значущі відмінності в рівнях розвитку окремих здібностей ЕІ: «Ідентифікація емоцій» ($p=0,0045$), «Емоційна фасилітація мислення» ($p=0,0466$), «Розуміння й аналіз емоцій» ($p=0,0015$), а також за показником стратегічного домену ЕІ ($p=0,0003$).

Також виявлено, що група психологів має значуще вищий рівень загальної довіри, довіри до інших людей та довіри до світу, ніж усі інші групи спеціалістів. У рівнях довіри до себе різниці не виявлено як за субшкалою опитувальника А. Б. Купрейченко, так і за рефлексивним опитувальником Т. П. Скрипкіної.

Множинне порівняння показників усіх груп – психологів, медиків, фізиків та істориків – методом Краскала-Уолліса показало наявність різниці в показниках цінностей альтруїстичних ($p=0,0011$) та збереження ($p<0,0001$). Найвищі показники має група медиків, нижчі – історики та фізики, а найнижчі – група психологів.

Було проведено порівняльний аналіз показників оптимального функціонування та його передумов у групах психологів різного рівня

оволодіння професією: студенти 1-го курсу, 4-го курсу, 5-го курсу та працюючі психологи. Множинний порівняльний аналіз методом Краскала-Уолліса не показав значущих відмінностей між показниками оптимального функціонування в цих групах. Проте існує тенденція (незначуща за результатами математичної статистики) до поступового підвищення показників від групи 1-го курсу до групи практичних психологів у рівнях психологічного благополуччя, позитивних відношень з іншими, керування оточенням та особистісного зростання, а також показниках життєстійкості та залученості.

Множинне порівняння показників довіри та ЕІ в різних групах психологів методом Краскала-Уолліса також не виявило відмінностей між групами.

У четвертому розділі *«Емпіричне дослідження емоційно-регуляторних та смислових передумов оптимального функціонування особистості»* подано результати кореляційного та множинного регресійного аналізів, а також надано структурні моделі оптимального функціонування особистості.

Результати кореляційного аналізу свідчать про наявність тісних взаємозв'язків між показниками оптимального функціонування особистості, довірою та емоційним інтелектом. ЕІ в цілому має більш слабкі відносини з показниками оптимального функціонування – психологічним благополуччям (0,16) та життєстійкістю (0,23 при $p < 0,05$) – у порівнянні з довірою (0,52 та 0,53 при $p < 0,001$ відповідно), але все одно значущі. При цьому найвищі показники зв'язку демонструють загальний показник довіри та довіра до себе (як субшкала загальної довіри – 0,47 та 0,41, так і окрема шкала рефлексивного опитувальника ДС (довіра до себе як до суб'єкта соціальних взаємодій) – 0,56 та 0,6 відповідно із психологічним благополуччям та життєстійкістю).

Із кореляційного аналізу взаємозв'язків між показниками оптимального функціонування та ЕІ випливає, що це пов'язані між собою структури, але зв'язки є слабкими.

Аналіз зв'язків ЕІ з показниками довіри виявив значущі кореляції всіх шкал ЕІ із загальним показником довіри, шкалами довіри до інших та довіри до себе.

Цінності та суб'єктивна близькість до природи мають значущі кореляції з показниками оптимального функціонування. Найсильніші зв'язки ми спостерігаємо між цінностями відкритості до змін і показниками психологічного благополуччя: загальним індексом психологічного благополуччя (0,19), особистісним зростанням (0,34), самоприйняттям (0,17) та цілями в житті (0,15). Цінності збереження пов'язані із життєстійкістю (0,13), а також з її шкалою «Залученість» (0,14).

Таким чином, оптимальне функціонування супроводжується водночас двома протилежними групами цінностей: збереження та відкритості до змін. Ми вважаємо, що це динамічний процес знаходження та втрати стабільності, балансування задля постійного розвитку, але з відчуттям фундаменту вже

здобутого. Це підтверджує правомірність погляду на оптимальне функціонування особистості як на динамічну смислову систему, яка одночасно прагне стабільності (збереження цілісності) та розвитку (змін на краще).

Значущі ($p < 0,05$) кореляційні зв'язки знайдені для загального показника психологічного благополуччя (0,15), його субшкал «Особистісне зростання» (0,15) та «Цілі в житті» (0,15), а також для шкали життестійкості «Готовність до ризику» (0,14) із показником суб'єктивної близькості до природи.

Виявлено, що довіра до себе тісно пов'язана із ціннісною сферою особистості. Довіра до себе також має вагомні значущі відношення ($p < 0,001$ та $p < 0,01$ відповідно) із суб'єктивною близькістю до природи (0,26) та включенням природи в «Я» (0,18). Крім того, виявлено значущий зв'язок ($p < 0,05$) загального показника довіри із суб'єктивною близькістю до природи (0,14).

Таким чином, ЕІ, довіра, цінності та суб'єктивне відчуття близькості до природи потенційно можуть бути передумовами оптимального функціонування особистості. Показано, що довіра має найтісніші й найвагомніші зв'язки з показниками психологічного благополуччя та життестійкості, і водночас має тісні зв'язки з іншими досліджуваними утвореннями.

Було побудовано та перевірено декілька регресійних моделей для психологічного благополуччя та життестійкості. Для кожної із цих двох змінних було розглянуто, наскільки вірогідно вони пояснюються смисловими та емоційно-регулятивними утвореннями, що задіяні в нашому дослідженні. Регресійні моделі перевірялися методом Forward Stepwise.

Виявлено, що найсильнішим предиктором як психологічного благополуччя, так і життестійкості виступає довіра. Довіра до себе та загальна довіра пояснюють психологічне благополуччя та життестійкість на 45 % та 47% відповідно, що є вагомим результатом.

При включенні в модель окремих видів довіри – до світу, до інших людей, до себе та ДС – знаходимо, що всі вони пояснюють життестійкість на 46 %, водночас довіра до інших людей не долучається до моделі обумовлення психологічного благополуччя, а всі інші види довіри виступають його предикторами на 46,5 %.

Найвагомнішою в усіх регресійних моделях виявляється ДС. Таким чином, можна стверджувати, що довіра є важливим чинником, що значно впливає на оптимальне функціонування особистості, і найбільшу роль відіграє довіра до себе.

При долученні до моделі психологічного благополуччя смислових диспозицій, довіри та ДС отримуємо модель, до якої входять ДС, довіра й цінності відкритості до змін, і разом ці чинники пояснюють психологічне благополуччя на 46 %. Вважаємо, що вплив цінностей на оптимальне функціонування необхідно розглядати через медіацію через довіру.

Суб'єктивна близькість до природи та цінності (відкритості до змін, біосферні, збереження та альтруїстичні) є предикторами ДС та пояснюють його на 14 %. Для загального показника довіри ми знаходимо лише слабке (але статистично значуще) пояснення показником суб'єктивної близькості до природи на 2,7 %.

Регресійний аналіз показав, що ЕІ слабо пояснює довіру: лише 7,4 % для загального показника, 7,8 % – стратегічний домен при включенні в аналіз доменів. Крім того, ДС не пояснюється рівнем ЕІ.

Дані регресійного аналізу нам демонструють, що довіра та її види пояснюють показники оптимального функціонування (окремо психологічне благополуччя та життєстійкість) від 45 до 47 % у різних комбінаціях.

ЕІ, навпаки, дуже слабо пояснює оптимальне функціонування. Його частка, за даними регресійного аналізу становить не більше 3,7 %. А при долученні ЕІ в модель разом із довірою роль ЕІ зводиться до незначущої. Це свідчить про те, що ЕІ, хоч і пов'язаний з оптимальним функціонуванням, але не прямим шляхом, а опосередковано через довіру.

Суб'єктивна близькість до природи та цінності також обумовлюють психологічне благополуччя слабкою мірою (але статистично значущою) – від 1,5 до 4 %. При цьому найбільшу вагу мають цінності відкритості до змін.

Крім того, цінності відкритості до змін можуть долучатися до моделі разом із довірою та помітно (на 46 %) пояснювати психологічне благополуччя в сукупності чинників. Тобто в поєднанні з довірою ці чинники мають більше значення для психологічного благополуччя, ніж самостійно. Отже, є підґрунтя для ствердження, що довіра може виступати медіатором.

До того ж суб'єктивна близькість до природи та деякі цінності є предикторами довіри до себе (ДС) на 14 %, а разом з ЕІ – на 15 %, що є доволі вагомим результатом. Меншою мірою суб'єктивна близькість до природи та ЕІ (окремо один від одного) виступають предикторами загального показника довіри.

Спираючись на дані регресійного та кореляційного аналізів, ми побудували та перевірили моделі, що включають у себе довіру загальну та довіру до себе як медіатори між емоційним інтелектом та показниками оптимального функціонування – психологічним благополуччям і життєстійкістю, а також між суб'єктивною близькістю до природи та показниками оптимального функціонування.

По-перше, була побудована та перевірена модель (рис.1) зі здатністю до ідентифікації емоцій (як здібністю ЕІ), довірою (що включала загальний показник довіри та довіру до себе – ДС) та оптимальним функціонуванням (психологічним благополуччям та життєстійкістю).

Як бачимо, здатність до ідентифікації емоцій впливає на оптимальне функціонування через довіру, яка тісно пов'язана з оптимальним функціонуванням.

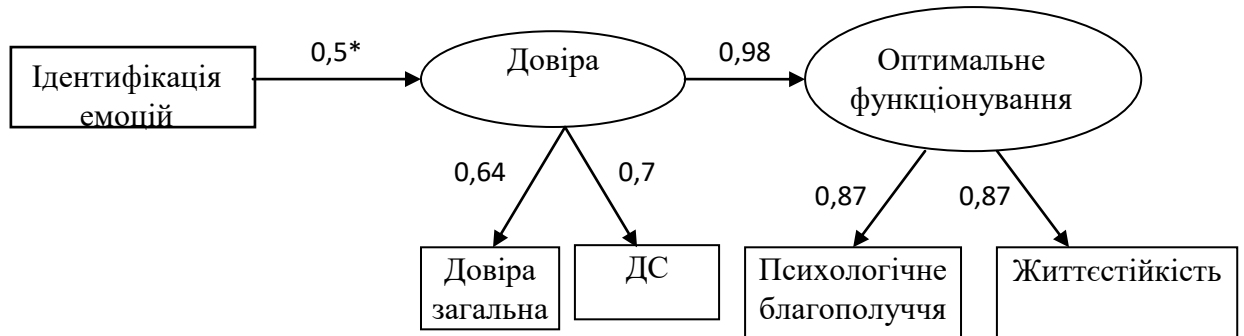


Рисунок 1. Структурна модель, що описує зв'язки емоційного інтелекту (здатність до ідентифікації емоцій), довіри та оптимального функціонування (зв'язки значущі при $p < 0,0001$, окрім * $p < 0,005$). Показники придатності: $\chi^2/df = 1,51/4$; $p = 0,82$; RMSEA 0; GFI 0,997; AGFI 0,99

Було побудовано модель, що пояснює взаємовідносини ЕІ (що заданий показниками «Ідентифікація емоцій» та «Розуміння й аналіз емоцій»), довіри до себе (задана субшкалою «Довіра до себе» та показником ДС) та оптимального функціонування (що включає психологічне благополуччя та життестійкість), де довіра знов виступає як медіатор між ЕІ та оптимальним функціонуванням (рис. 2).

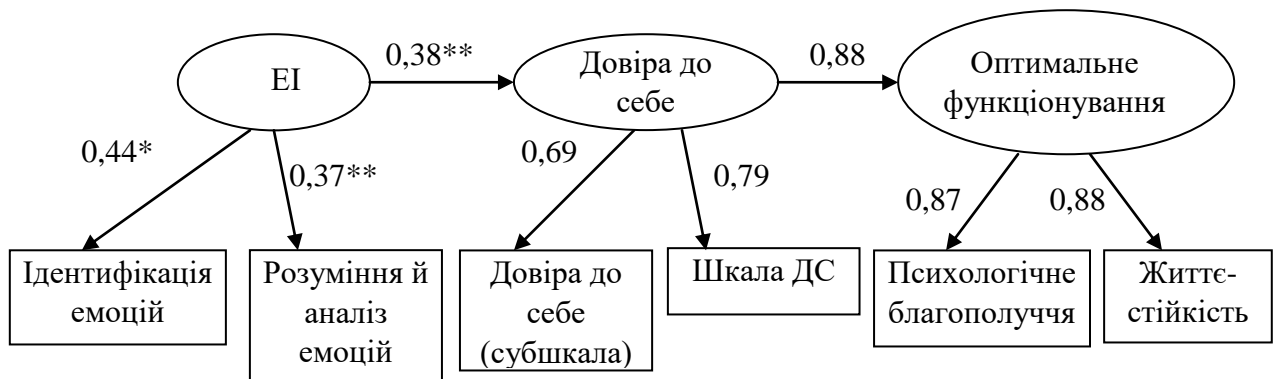


Рисунок 2. Структурна модель, що описує зв'язки емоційного інтелекту (ЕІ), довіри до себе та психологічного благополуччя (зв'язки значущі при $p < 0,001$, окрім * $p < 0,005$ та ** $p < 0,01$). Показники придатності: $\chi^2/df = 10,66/7$; $p = 0,15$; RMSEA 0,0472; GFI 0,983; AGFI 0,948

Побудовано та перевірено структурні моделі, що включають ДС як ланку, що опосередковує зв'язок латентних змінних «Суб'єктивна близькість до природи» (що складається з показників шкали суб'єктивної близькості до природи та графічної шкали Шульца «Включення природи в «Я»») та «Оптимальне функціонування» (рис. 3). Модель має вагомні показники придатності й підтверджує припущення про роль довіри до себе як медіатора між суб'єктивною близькістю до природи та оптимальним функціонуванням.

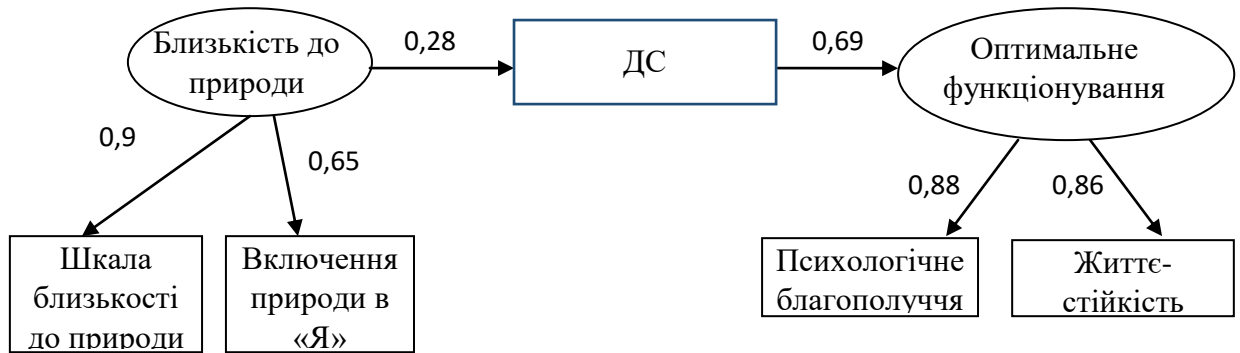


Рисунок 3. Структурна модель, що описує зв'язки суб'єктивної близькості до природи, довіри до себе та оптимального функціонування (зв'язки значущі при $p < 0,0001$). Показники придатності: $\chi^2/df = 1,89/3$; $p = 0,6$; RMSEA 0; GFI 0,997; AGFI 0,986

Були побудовані та перевірені моделі для цінностей, довіри та показників оптимального функціонування. Модель, у якій цінності відкритості до змін впливають на психологічне благополуччя через латентну змінну – довіру до себе, отримала вагомі показники придатності: $\chi^2/df = 0,8/2$; $p = 0,67$; RMSEA 0; GFI 0,998; AGFI 0,99.

На рис. 4 представлено модель, де довіра до себе виступатиме медіатором між цінностями й суб'єктивною близькістю до природи, з одного боку, та оптимальним функціонуванням – з іншого.

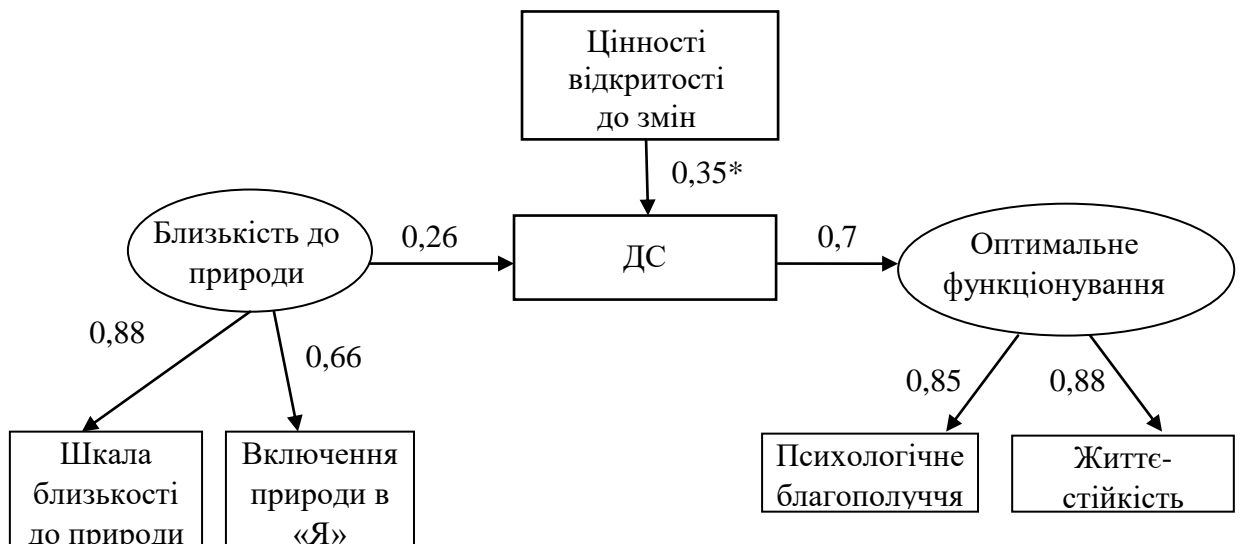


Рисунок 4. Структурна модель, що описує зв'язки цінностей відкритості до змін, суб'єктивної близькості до природи, довіри до себе та оптимального функціонування (зв'язки значущі при $p < 0,0001$, крім * $p < 0,05$). Показники придатності: $\chi^2/df = 11,79/7$; $p = 0,11$; RMSEA 0,05; GFI 0,985; AGFI 0,954

Виходячи з даних багатомірного аналізу, що був нами проведений, можна сказати, що наша гіпотеза про роль довіри як медіатора між

показниками EI, суб'єктивної близькості до природи, цінностей та показниками оптимального функціонування в цілому підтвердилася.

Результати аналізу, які надано вище, підтверджують, що EI, суб'єктивна близькість до природи та цінності хоча й слабо, та все ж таки обумовлюють оптимальне функціонування особистості. Але це відбувається не прямим шляхом, а опосередкованим через довіру. При цьому для цінностей відкритості до змін та відчуття близькості до природи важливим медіатором виступає саме довіра до себе як окремий вид довіри.

Отримані структурні моделі дають теоретичне уявлення про структуру оптимального функціонування. Водночас виникла потреба у вивченні практичного значення даних моделей. У зв'язку із цим нами було адаптовано психокорекційну програму гештальт-терапевтичної групи та проведено пілотне дослідження, у ході якого було здійснене опитування учасників психокорекційних груп на предмет їх самооцінки власних показників оптимального функціонування на початку та наприкінці роботи групи. Метою дослідження було вивчення впливу психокорекційної групи на рівень оптимального функціонування особистості та ролі довіри в цьому процесі.

Варто зауважити, що в літературі зазначається необхідність атмосфери довіри як для індивідуальної, так і для групової психотерапевтичної та психокорекційної роботи, але не приділяється достатньої уваги механізму та характеру впливу довіри на оптимальне функціонування особистості.

Методи, що використовувались на даному етапі дослідження: анкетування (самооцінка змін у показниках оптимального функціонування в результаті участі в роботі групи на основі шкали Лікерта; самооцінка показників оптимального функціонування особистості та рівня довіри до та після участі в роботі психотерапевтичної групи за десятибальною шкалою; відкриті питання щодо особистісних змін та групової роботи); двовибірковий z-тест середніх; контент-аналіз.

Для того щоб перевірити, чи робота в групах впливає на оптимальне функціонування особистості, а також вивчити місце довіри в цьому процесі, нами було вивчено самооцінку учасників двох психокорекційних груп свого стану за показниками оптимального функціонування особистості на початку та наприкінці роботи в групі. Обидві групи проводилися в руслі гештальт-терапії та були спрямовані на досягнення оптимального функціонування учасників згідно розробленої моделі. Обидві групи були закритого типу.

Заходами для забезпечення атмосфери безпеки в групі є постійний склад учасників, правила конфіденційності, незавдання навмисної шкоди іншим членам групи та собі, правило «стоп», а також прагнення до «я-висловлювань».

Згідно з результатами опитування, усі учасники груп засвідчили про наявність змін у собі та своєму житті. Контент-аналіз відповідей на відкриті запитання опитувальника показав, що 50 % учасників відзначають зростання рівня довіри, здебільшого – довіри до себе, як головних особистісних змін.

Як чинники, що вплинули на особистісні зміни учасників групи,

виділяються три основних групи за даними опитування: довіра (назвали 33 % членів групи), прийняття (33 %) та підтримка (27 %). При порівнянні оцінок себе учасниками за показниками оптимального функціонування та довіри до та після участі в груповій роботі (оцінювання за шкалою від 0 до 10), відзначається зростання цифр за всіма показниками, окрім шкали «Залежність від впливу інших людей» (оцінка знижена в середньому на 1,6 балів). Найбільше зростання виявлене для показників «Самоприйняття» (середня дельта 2,15) та «Довіра до себе» (середня дельта 2,08).

Для перевірки наявності значущої різниці між рівнями показників оптимального функціонування учасників психотерапевтичних груп до та після участі в їх роботі нами було використано z-критерій Фішера.

Створення атмосфери довіри в рамках групи є платформою для особистості для прояву та вивчення себе в рамках мікросоціуму зі сприятливими для цього умовами. Довіра до групи стає спершу основою для формування довіри до себе, а далі – довіри до інших людей та світу, що знаходяться поза групою.

Таким чином, ми спостерігаємо підтвердження структурної моделі, що була розроблена та підтверджена методами математичної статистики, на базі практичної роботи, а саме: довіра стає медіатором зростання показників оптимального функціонування особистості.

Висновки

У роботі представлено теоретичний аналіз проблеми оптимального функціонування особистості та запропоновано емпіричну модель оптимального функціонування, яка розкриває механізм дії смислових та емоційно-регуляторних утворень в якості його передумов. Результатами дослідження є наступні висновки.

1. Оптимальне функціонування особистості можна визначити як процес, в якому особистість активно взаємодіє з оточуючим середовищем – насамперед, соціальним, але також і природнім – залишаючись при цьому автономною цілісною системою. Відкритість системи дозволяє виконувати обмін ресурсами між особистістю та середовищем для максимально ефективної реалізації особистістю свого внутрішнього потенціалу в мінливих умовах середовища.

В якості індикаторів оптимального функціонування особистості можуть бути розглянуті система особистісних диспозицій, що є умовою психологічного благополуччя особистості (багатовимірна модель К. Ріфф), та життєстійкість як здатність перетворювати труднощі у позитивний досвід (С. Мадді).

2. До передумов оптимального функціонування особистості належать смислові утворення, зокрема, довіра, цінності та суб'єктивна близькість до природи, та емоційно-регуляторні утворення, зокрема, емоційний інтелект. Внесок означених утворень в оптимальне функціонування особистості є різним.

Найвагомішим предиктором оптимального функціонування особистості є довіра як смислове утворення, що проявляє себе як установка на відношення до світу, інших людей та до себе як до потенційно безпечних та надійних або, навпаки, потенційно загрозливих.

Виявлено, що цінності, суб'єктивна близькість до природи та ЕІ мають слабкий вплив на оптимальне функціонування особистості.

Серед чотирьох досліджених груп особистісних цінностей (цінності збереження, відкритості до змін, альтруїстичні та самозвеличення) передумовою оптимального функціонування особистості є група цінностей відкритості до змін.

Вплив емоційного інтелекту на оптимальне функціонування особистості є підтвердженим, але його роль невелика. Вагомішими за інші здібностями емоційного інтелекту для оптимального функціонування є «Ідентифікація емоцій» і «Розуміння й аналіз емоцій».

3. Довіра як латентна змінна, що розкривається через маніфестні змінні загальної довіри та довіри до себе (ДС) як до суб'єкта соціальної взаємодії, виступає медіатором у взаємозв'язках інших досліджуваних смислових та емоційно-регуляторних утворень з показниками оптимального функціонування особистості. Вплив цінностей, близькості до природи та емоційного інтелекту на оптимальне функціонування є значно вагомішим за умови медіації через довіру, зокрема – через довіру до себе.

Довіра до себе більше за інші види довіри виконує роль медіатора.

4. Розроблено моделі, які розкривають механізми впливу ЕІ та смислових утворень на рівень оптимального функціонування особистості. Близькість до природи (латентна змінна, маніфестована через показники емоційного та когнітивного компонентів зв'язку з природою) та цінності відкритості до змін впливають на оптимальне функціонування через медіацію довіри до себе (ДС) як суб'єкта соціальної взаємодії.

Інша модель демонструє, що ЕІ (який включає в себе дві здібності – Ідентифікація емоцій та Розуміння й аналіз емоцій) є передумовою оптимального функціонування при медіації через латентну змінну «Довіра до себе» (долучає субшкалу «довіра до себе» та ДС – довіру до себе як до суб'єкта соціальної взаємодії).

5. Відмінності в показниках оптимального функціонування особистості, існуючі між групами різної професійної спрямованості, а саме – вищі показники психологічного благополуччя, життєстійкості, емоційного інтелекту, довіри (загальної, довіри до інших людей та до світу) в групі психологів та більш низьку вираженість цінностей збереження у порівнянні з респондентами інших спеціальностей (фізиків, медиків та істориків), не залежать від освоєння професії психолога та отримання спеціальних знань, а є свідченням наявності в людини певних особистісних диспозицій на етапі вибору професійної діяльності. На це вказує відсутність значущих розбіжностей в показниках оптимального функціонування та його

досліджуваних передумов у психологів, які знаходяться на різних етапах професіоналізації.

6. Оптимальне функціонування не залежить від гендеру особистості. Проте існують деякі гендерні розбіжності в окремих показниках оптимального функціонування та його передумов. Так, у жінок виявлено значуще вищий за чоловіків рівень довіри загальної та довіри до інших людей, а також вищі показники у здібності до емоційної фасилітації мислення. В той же час у чоловіків знайдено вищі показники за шкалою життєстійкості «Контроль».

7. Ключовими чинниками, які уможлиблюють зростання показників оптимального функціонування особистості в ході групової психокорекційної роботи, є атмосфера довіри в групі та зростання рівню довіри до себе в процесі самоусвідомлення. Найбільш ефективними для підвищення рівню функціонування особистості психокорекційними процесами є заходи, направлені на підвищення емоційного інтелекту та компетентності в сфері мотивації та потреб.

Перспективи подальших досліджень полягають у верифікації розроблених моделей оптимального функціонування на вибірках людей інших вікових груп, пошуку інших вагомих передумов оптимального функціонування особистості, а також в розробці практичних тренінгових та психокорекційних програм, спрямованих на формування оптимального функціонування.

Список публікацій автора за темою дослідження

Наукові праці, в яких опубліковані основні наукові результати дисертації у фахових виданнях України:

1. Гранкіна-Сазонова Н. В. Психологічне благополуччя та життєстійкість студентів-психологів як важливі чинники їх професійного становлення. *Психологічний часопис. Збірник наукових праць*. 2018. № 7 (17). С. 23-42; URL: <http://www.apsijournal.com/index.php/psyjournal>
2. Гранкіна-Сазонова Н. В. Близькість до природи як фактор психологічного благополуччя особистості. *Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. Серія Психологія*. 2018. №64. С. 20-26;
3. Кряж І. В., Гранкіна-Сазонова Н. В. Довіра й емоційний інтелект як предиктори особистісного благополуччя студентів-психологів. *Психологія: реальність і перспективи: збірник наукових праць Рівненського державного гуманітарного університету*. 2017. № 8. С. 137-143;
4. Grankina-Sazonova N. V. Trust as a predictor of optimal personality functioning. *Психологічне консультування і психотерапія*. 2018. № 9, 48-55.
5. Grankina-Sazonova N. V. The mediating role of trust between values and optimal personality functioning. *Вісник Харківського національного*

університету імені В. Н. Каразіна. Серія Психологія. 2018. № 65. С. 20-26.

Наукові праці, в яких опубліковані основні наукові результати дисертації у зарубіжних спеціалізованих виданнях:

6. Grankina-Sazonova, N. The study of psychology students' emotional intelligence as an important factor of professional formation. *Psychological and pedagogical problems of modern specialist formation : collected articles*. 2017. P. 124-130. Warsaw: ANAGRAM; Kharkiv: KRPOCH. doi:10.26697/9789669726094.2017.124
7. Kryazh, I., Grankina-Sazonova, N. Mediating role of trust between emotional intelligence and positive functioning of personality. *Fundamental and applied researches in practice of leading scientific schools*. 2018. №26 (2), p. 326–334.

Наукові праці, які засвідчують апробацію матеріалів дисертації:

8. Гранкіна-Сазонова Н. В. Теоретична модель оптимального функціонування особистості та її емпіричне підтвердження. *Особистість у соціальному, віковому та клінічному вимірі сучасного життя: зб.наукових статей* (м. Луцьк, 7 квітня 2016 р.). Луцьк, 2016. С. 141-143;
9. Гранкіна-Сазонова Н. В. Осознанность эмоциональной сферы как фактор психологического благополучия личности. *Психологія свідомості: теорія і практика наукових досліджень: Тези I Міжнародної науково-практичної конференції*, (м. Переяслав-Хмельницький, 21 бер. 2017р.). Переяслав-Хмельницький, 2017. С. 218-221. Ссылка <http://pc.phdpu.edu.ua>
10. Гранкіна-Сазонова Н. В. Роль довіри та цінностей у формуванні життєстійкості особистості в кризових умовах життя. *Особистість у кризових умовах та критичних ситуаціях життя: Матеріали IV Міжнародної науково-практичної конференції* (м. Суми, 22-23 лютого 2018р.). Суми, 2018. С. 240-243;
11. Гранкіна-Сазонова Н. В. (2018). Оптимальне функціонування особистості психологів та його динаміка в ході освоєння професії. *Теорія і практика актуальних наукових досліджень: Матеріали III Міжнародної науково-практичної конференції* (м. Запоріжжя, 28-29 вересня 2018р.). Запоріжжя, 2018. Ч.1, с.133-137;
12. Кряж І. В., Гранкіна-Сазонова Н. В. (2018). Проблема вимірів оптимального функціонування особистості. *Проблеми оптимального функціонування особистості в сучасних умовах: матеріали Міжнародної науково-практичної конференції* (м. Харків, 25 жовтня 2018 р.). Харків, 2018. С. 90-92.

Анотація

Гранкіна-Сазонова Н. В. Смыслові та емоційно-регулятивні передумови оптимального функціонування особистості. – Рукопис.

Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук за спеціальністю 19.00.01 – Загальна психологія. Історія психології. – Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна Міністерства науки та освіти України. – Харків, 2018.

Дане дослідження присвячене проблемі оптимального функціонування особистості та його психологічних передумов. Уперше запропоновано та емпірично підтверджено модель оптимального функціонування особистості, яка задана психологічним благополуччям та життєстійкістю.

Підтверджено, що довіра, цінності, суб'єктивна близькість до природи та ЕІ є передумовами оптимального функціонування особистості. Однак найсильніші зв'язки з показниками оптимального функціонування виявлено для довіри. Запропоновано та емпірично підтверджено моделі медіації впливу ЕІ, цінностей та суб'єктивної близькості до природи на показники оптимального функціонування особистості довірою.

Проведено пілотне дослідження, у якому практично підтверджено, що довіра є основою для зростання показників оптимального функціонування в ході роботи психотерапевтичної групи, що підтверджує результати, отримані в ході структурного моделювання.

Виявлено, що студенти-психологи мають значуще вищі показники психологічного благополуччя, життєстійкості, довіри та ЕІ, а також нижчий рівень цінностей збереження, ніж представники інших спеціальностей – фізики, історики та медики. Водночас було виявлено відсутність значущого розвитку оптимального функціонування та його передумов у ході освоєння професії психолога. У зв'язку із цим можна припускати, що вибір професії психолога є пов'язаним із більш високим рівнем оптимального функціонування та цінностями розвитку й особистісного зростання.

Дослідження результатів проведеної адаптованої психокорекційної групової програми підтвердили запроповану модель оптимального функціонування особистості та роль довіри для нього.

Ключові слова: оптимальне функціонування особистості, психологічне благополуччя, життєстійкість, довіра, емоційний інтелект, цінності, суб'єктивна близькість до природи, смыслові утворення, медіація, модель оптимального функціонування.

Abstract

Grankina-Sazonova N. V. Sense and emotion-regulating formations as the predictors of optimal functioning of a personality.– Kharkiv, 2018

A dissertation for the degree of a candidate of psychological sciences in specialty 19.00.01 – General Psychology. History of Psychology. V. N. Karazin Kharkiv National University. Ministry of Science and Education of Ukraine – Kharkiv, 2018.

This investigation is devoted to the problem of optimal personality functioning and its psychological predictors. The goal of the study is the theoretical development and empirical verification of the structural model of the personality's sense and emotion-regulating formations' influence on its optimal functioning.

The theory analysis showed that for the moment there is no generally accepted understanding of the phenomena of optimal functioning and its structural components among scientists. Nowadays it is mostly regarded in the terms of wellbeing.

There exist two main approaches to the problem of wellbeing. The hedonic approach (N. Bradburn, E. Diener) regards subjective wellbeing in terms of positive/negative affect, life satisfaction, pleasant life. In the eudemonic approach (E. Deci, R. Ryan, C. Ryff) the psychological wellbeing is seen through personal growth, self-actualization, humanistic values, goals and sense of life, etc.

There also exist mixed models of wellbeing, which describe it in terms of happiness, life satisfaction, mindfulness, emotional-personality wellbeing etc.

In the soviet activity psychology the personality was regarded as different from the individual and was understood as the highest function, including values and senses. The personality could stand the immediate wants and needs, and to be regulated by higher motives and goals. This school is closer to the eudemonic approach.

We argue that the optimal functioning may be an association of psychological well-being (after C. Ryff's model) and hardiness (S. Maddi). Optimal functioning, in that way, is understood as providing the formulations of senses and goals, contributing to the personality growth and self-realization in spite of difficulties and need to overcome itself.

We regard sense and emotion-regulating formations as the predictors of such optimal functioning. These formations are thought to be trust (general trust and three kinds of it: trust to the world, trust to other people and self-trust), nature relatedness, values and emotional intelligence (EI) as a mental formation, which regulates the emotional sphere of the personality.

In the study, the model of optimal functioning of the personality, which includes the psychological well-being and hardiness, was for the first time proposed and empirically confirmed. All the structural models the indexes of psychological wellbeing and hardiness are united in one latent variable, and the fitness indexes of the models are rather high.

The sense formations as the basic elements of personality analysis are the predictors of optimal personality functioning. Such important sense formations are trust, values and nature relatedness. Another predictor of optimal functioning is EI as the mental function, which regulates the emotional sphere of the personality. It was confirmed, that trust, values, nature relatedness and EI predict the optimal functioning of the personality. However, these formations have different weight in contributing into optimal functioning. The strongest connections with the indexes of optimal functioning have the trust – general trust index and self-trust.

The trust as the sense formation, which includes the disposition to perceive the world and other people as safe or unsafe, is the most important predictor of optimal functioning of the personality. The strongest connections with psychological wellbeing and hardiness have general index of trust and self-trust.

The trust fulfills the mediating role in the models of optimal functioning. It mediates the influence of other predictors: values, nature relatedness and EI. The most important role among values have the values of openness to changes, as far as they are associated to the personal growth. The possibilities of EI, which are found to predict optimal functioning, are “Identification of Emotions” and “Understanding and Analysis of Emotions”.

The structural models of optimal personality functioning and trust as a mediator are provided in the paper.

The pilot investigation of the role of trust in psychotherapy groups` work was fulfilled. It confirmed the role of trust as an important condition for optimal functioning indexes growth.

Another important finding of the study is the receiving of the empirical data, which confirm that psychology students have significantly higher indexes of psychological well-being, hardiness, trust, EI and lower level of the preservation values, than the students of other professions – physics, historians and medical students.

At the same time, the absence of significant development of the levels of optimal functioning and its predictors (trust, values, EI and nature relatedness) during the professional education was shown. There can be observed the tendency for increasing of those indexes at the students of the first year study, then fourth, fifth and the practicing psychologist, but the differences are not statistically proved.

Mentioning two latest facts, we may suppose that the choice of psychology as a profession could be related to higher levels of positive functioning and personality growth values. The idea is provided that the higher level of own optimal functioning is important for the psychologist in order to be useful in providing psychological help for other people.

Key words: optimal personality functioning, psychological wellbeing, hardiness, trust, values, nature relatedness, emotional intelligence, sense formations, mediator, structural model.

Аннотация

Гранкина-Сазонова Н. В. Смысловые и эмоционально-регуляторные предпосылки оптимального функционирования личности. – Рукопись.

Диссертация на соискание научной степени кандидата психологических наук по специальности 19.00.01 – Общая психология. История психологии. – Харьковский национальный университет имени В. Н. Каразина Министерства науки и образования Украины. – Харьков, 2018.

Данное исследование посвящено проблеме оптимального функционирования личности и его психологическим предпосылкам. Впервые предложена и эмпирически подтверждена модель оптимального функционирования личности, заданная психологическим благополучием и жизнестойкостью.

Подтверждено, что доверие, ценности, субъективная близость к природе и эмоциональный интеллект (ЭИ) являются предпосылками оптимального функционирования личности. Однако самые сильные связи с показателями оптимального функционирования выявлены для доверия. Предложены и эмпирически подтверждены модели медиации влияния ЭИ, ценностей и субъективной близости к природе на показатели оптимального функционирования личности доверием.

Проведено пилотное исследование, которое показало, что доверие имеет первостепенное значение в работе психотерапевтических групп для повышения уровня оптимального функционирования личности.

Выявлено, что студенты-психологи имеют значимо более высокие показатели психологического благополучия, жизнестойкости, доверия и ЭИ, а также более низкий уровень ценностей сохранения, чем представители других специальностей – физики, историки, медики. В то же время выявлено отсутствие значимого развития оптимального функционирования и его предпосылок в ходе освоения профессии психолога. В связи с этим предполагается, что выбор профессии психолога связан с более высоким уровнем оптимального функционирования и стремлением к развитию и личностному росту.

Ключевые слова: оптимальное функционирование личности, психологическое благополучие, жизнестойкость, доверие, эмоциональный интеллект, ценности, субъективная близость к природе, смысловые образования, медиация, модель оптимального функционирования.