

МЕЛІТОПОЛЬСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ІМЕНІ БОГДАНА ХМЕЛЬНИЦЬКОГО

Навчально-науковий інститут соціально-педагогічної та мистецької освіти

Кафедра психології

**КВАЛІФІКАЦІЙНА (ДИПЛОМНА) РОБОТА**

на здобуття ступеня вищої освіти «бакалавр»

на тему **«Динаміка психологічного благополуччя особистості  
здобувачів вищої освіти»**

Виконала здобувачка вищої освіти  
групи ПС 19  
спеціальності 053 Психологія  
ОП Психологія. Психологічне  
консультування  
Сеніна Соф'я Русланівна

Керівник: доктор психол. наук,  
професор Ковальова О.В.

Рецензент: директор КЗ «Василівська  
загальноосвітня школа І-ІІІ ступенів  
№3» Василівської міської ради  
Запорізької області  
Мостова Т.О.

Запоріжжя — 2023 року

*Сеніна Соф'я Русланівна*  
*Динаміка психологічного благополуччя особистості здобувачів вищої освіти*

**АНОТАЦІЯ**

Дана робота присвячена вивченню психологічного благополуччя особистості здобувачів вищої освіти, його динаміки у період навчання у закладі вищої освіти.

Нині у ситуації реформування системи освіти підвищуються вимоги до підготовки фахівців у закладах вищої освіти. Важливим стає не тільки рівень професійної компетенції фахівця, а й рівень його особистісної готовності, що є неодмінною умовою успішної професійної діяльності. На тлі виділених професійно значущих особистісних якостей продовжується пошук інтегративних особистісних утворень, необхідних для ефективного професійного функціонування. В якості одного з таких інтегративних утворень розглядається психологічне благополуччя особистості.

В психології досліджувалося психологічне благополуччя (його модель, структура, фактори, зв'язки тощо). Але при всій різноманітності досліджень за рамками наукового аналізу залишається вивчення психологічного благополуччя особистості здобувачів вищої освіти. У зв'язку з цим виникає необхідність вивчення психологічного благополуччя особистості здобувачів як показника особистісної готовності до професійної діяльності.

Практичне значення роботи визначається тим, що розроблена програма оптимізації психологічного благополуччя особистості здобувачів вищої освіти реалізується у практичній роботі на кафедрі психології Мелітопольського державного педагогічного університету імені Богдана Хмельницького. Отримані результати можуть бути використані для вивчення психологічного благополуччя особистості педагогами та психологами загальноосвітніх

навчальних закладів, а також під час підготовки науково-методичних матеріалів для роботи із здобувачами.

Отже, рівень психологічного благополуччя залежить від балансу позитивних та негативних емоцій, віку, статі, батьківського ставлення, культурної приналежності, сімейного статусу, особливостей середовища життєдіяльності. Психологічне благополуччя є причиною більшої ефективності, більшого рівня доходу, задоволеності працею, навчанням та кращою успішністю.

**Ключові слова:** психологічне благополуччя, психічне здоров'я, якість життя, суб'єктивне благополуччя, щастя, соціальне благополуччя.

*Senina Sofiia Ruslanivna*

*The dynamics of psychological well-being of higher education students*

## **ANNOTATION**

This exposition is devoted to the study of the psychological well-being of the personality of higher education students, its dynamics during the period of study in a higher education establishment.

Today, in the context of reforming the education system, the requirements for training specialists in higher education institutions are increasing. Not only the level of professional competence of a specialist is becoming important, but also the level of his or her personal readiness, which is an indispensable condition for the successful professional activity. Against the background of the identified professionally significant personal qualities, the search for integrative personal formations necessary for effective professional functioning continues. The psychological welfare of the individual is regarded as one of these integrative formations.

Psychology has studied psychological well-being (its model, structure, factors, relationships, etc.). However, despite the diversity of research, the study of psychological well-being of higher education students remains outside the scope of scientific analysis. In this regard, it is necessary to study students' psychological well-being as an indicator of personal preparation for employment.

The practical significance of the work is determined by the fact that the development programme for optimising the psychological well-being of higher education students is implemented in practical work in the Department of Psychology of Bohdan Khmelnytsky Melitopol State Pedagogical University. The results derived can be used to study the psychological well-being of the individual by teachers and psychologists of secondary schools, as well as in the preparation of scientific and methodological materials for work with students.

Thus, the level of psychological well-being depends on the balance of positive and negative emotions, age, gender, parental attitude, cultural background, marital status, and the specifics of the environment. Psychological well-being leads to greater efficiency, higher income, job satisfaction, academic performance and better academic results.

**Keywords:** psychological well-being, mental health, quality of life, subjective well-being, happiness, social well-being.

## РЕФЕРАТ

### кваліфікаційної роботи на тему «ДИНАМІКА ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ОСОБИСТОСТІ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ»

здобувачки вищої освіти спеціальності 053 Психологія  
**Сєніної Соф'ї Русланівни**

Науковий керівник: доктор психологічних наук, професор кафедри психології Ковальова О.В.

Нині у ситуації реформування системи освіти підвищуються вимоги до підготовки фахівців у закладах вищої освіти. Важливим стає не тільки рівень професійної компетентності фахівця, але й рівень його особистісної готовності, що є неодмінною умовою успішної професійної діяльності. На тлі виділених професійно значущих особистісних якостей продовжується пошук інтегративних особистісних утворень, необхідних для ефективного професійного функціонування у сфері допоміжних професій, що допомагають. В якості одного з таких інтегративних утворень можна розглядати психологічне благополуччя особистості.

У зарубіжній та вітчизняній психології досліджувалися фактори психологічного благополуччя особистості (М. Аргайл, Н. Бредб'орн, І. Бонівелл, І.А. Джидар'ян, Л.В. Куликов, М. Селігман,), була запропонована його модель (К. Ріфф), структура (К. Ріфф, П.П. Фесенко, Т.Д. Шевеленкова, О.С. Ширяєва). Однак, при всій різноманітності досліджень за рамками наукового аналізу залишається вивчення психологічного благополуччя особистості здобувачів вищої освіти, його динаміки в період навчання у ЗВО. Тому виникає необхідність вивчення психологічного благополуччя особистості здобувачів як показника особистісної готовності до професійної діяльності.

Все це визначило вибір теми та мети дослідження.

**Об'єкт дослідження** – психологічне благополуччя особистості здобувачів вищої освіти.

**Предмет дослідження** – динаміка психологічного благополуччя особистості здобувачів вищої освіти.

**Мета дослідження** – виявити динаміку психологічного благополуччя особистості здобувачів під час навчання.

Спираючись на поставлену мету, визначений об'єкт і предмет дослідження, були визначені наступні **завдання дослідження**:

1. Розглянути існуючі підходи до сутності та структури психологічного благополуччя особистості, визначити фактори, що зумовлюють його, обґрунтувати його роль в особистісній готовності до професійної діяльності в галузі психології.

2. Виявити динаміку психологічного благополуччя особистості здобувачів у період навчання у ЗВО та встановити його зв'язок з академічною успішністю та успішністю у практичній діяльності.

3. Встановити специфіку психологічного благополуччя особистості здобувачів вищої освіти.

4. Розробити та апробувати програму, спрямовану на оптимізацію психологічного благополуччя особистості у здобувачів вищої освіти із стійким психологічним неблагополуччям.

**Методи дослідження.** Для вирішення поставлених завдань було використано комплекс методів: метод теоретичного аналізу наукової літератури, метод порівняльного та ретроспективного аналізу, метод тестування, метод опитування, метод контент-аналізу, метод аналізу документів. Для вивчення психологічного благополуччя та його динаміки було використано методику К. Ріфф «Шкали психологічного благополуччя» в адаптації П.П. Фесенко, Т.Д. Шевеленкова. Для вивчення суб'єктивних факторів, що визначають рівень психологічного благополуччя здобувачів-психологів у період навчання у ЗВО, було розроблено анкету «Уявлення здобувачів про психологічне благополуччя особистості та його ретроспективну оцінку».

**Емпірична база дослідження:** дослідження проводилося на базі Мелітопольського державного педагогічного університету імені Богдана Хмельницького з майбутніми психологами. Психологи були представлені студентами I-IV курсів спеціальності «Психологія». Всього до експериментальної роботи було залучено 60 студентів.

**Теоретичне значення дослідження:**

- психологічне благополуччя особистості розглянуто з нової точки зору як показник особистісної готовності здобувачів вищої освіти до професійної діяльності;

- розширено та конкретизовано наукові уявлення про психологічне благополуччя особистості здобувачів вищої освіти, його роль у навчальній діяльності;

- виявлено динамічні характеристики психологічного благополуччя особистості;

- визначено підходи до оптимізації психологічного благополуччя особистості студентів-психологів.

**Практичне значення** визначається тим, що розроблена програма оптимізації психологічного благополуччя особистості здобувачів вищої освіти реалізується у практичній роботі на кафедрі психології Мелітопольського державного педагогічного університету імені Богдана Хмельницького. Отримані результати можуть використовуватися для вивчення психологічного благополуччя особистості педагогами та психологами загальноосвітніх навчальних закладів, а також під час підготовки науково-методичних матеріалів для роботи із здобувачами, при викладанні відповідних курсів у ЗВО та на кафедрах підвищення кваліфікації працівників освіти.

**Структура роботи.** Кваліфікаційна робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних джерел, таблиць.

Дослідження здійснювалось впродовж 2022-2023 років.



### **За результатами дослідження сформульовано висновки:**

В результаті теоретичного аналізу було встановлено, що в сучасній науці немає єдиного розуміння психологічного благополуччя. На думку провідних розробників даного поняття, воно є базовим суб'єктивним конструктом, що відображає сприйняття та оцінку свого функціонування з точки зору вершини потенційних можливостей людини і впливає на ступінь задоволеності людиною собою та своїм життям. Психологічне неблагополуччя розуміється як переживання втрати цілісності внутрішнього світу, негармонійних відносин з оточуючими, незадоволеність собою і своїм життям і відсутність віри у можливість щось змінити. Аналіз дослідження детермінант психологічного благополуччя дозволяє стверджувати, що його рівень залежить від віку, статі, відношення батьків, пов'язаний з наявністю сенсу життя, любові, дружби, віри, позитивного характеру міжособистісних відносин. Аналіз особистісних компетенцій та змісту психограми психолога показав їх відповідність структурним компонентам психологічного благополуччя, що дозволяє розглядати його як критерій особистісної готовності студента-психолога до виконання професійної діяльності.

Результати вивчення динаміки психологічного благополуччя показали, що є позитивна динаміка психологічного благополуччя у студентів – психологів під час навчання у вищому навчальному закладі. Так, впродовж навчання студентів-психологів з 1 курсу по 4 курс відбувається підвищення практично всіх показників психологічного благополуччя: самосприйняття, відкритості, особистісного зростання, автономності, незалежності в оцінках та судженнях. Вивчення академічної успішності здобувачів-психологів як показника успішності професійного становлення показало наявність її зв'язку з рівнем психологічного благополуччя на початковому етапі навчання та з успішністю в практичній діяльності на завершальному етапі навчання. Таким чином, психологічне благополуччя особистості здобувачів-психологів можна

розглядати як показник особистісної готовності студентів до професійної діяльності.

Аналіз індивідуальних результатів показав наявність частки студентів із стійким психологічним благополуччям особистості та зі стійким психологічним неблагополуччям особистості. Студентів із стійким психологічним неблагополуччям особистості характеризує неприйняття себе, дефіцит позитивних оцінок себе та свого життя, відчуття неможливості щось змінити у своєму житті з відповідністю до своїх потреб, невміння створювати та підтримувати тривалі та близькі відносини з оточуючими, відчуття стагнації особистісного зростання. Це підкреслює важливе значення організації психологічного супроводу здобувачів вищої освіти у період навчання у вузі.

Ретроспективний аналіз виявив динаміку та фактори, що зумовлюють психологічне благополуччя особистості здобувачів на кожному етапі навчання у ЗВО. Порівняння ретроспективних оцінок студентами свого благополуччя на кожному етапі навчання з результатами опитувальника показало узгодженість оцінок і підтвердило позитивну динаміку рівня психологічного благополуччя. На початку навчання значний вплив на психологічне благополуччя особистості здобувачів-психологів має навчальна діяльність. Можливості особистісного та професійного зростання зумовлюють психологічне благополуччя особистості студентів спеціальності «Психологія» на завершальному етапі навчання, а протягом всього досліджуваного періоду важливими чинниками є міжособистісні стосунки та емоційні переживання, пов'язані з ними.

Експериментальна робота, спрямована на оптимізацію психологічного благополуччя особистості у здобувачів вищої освіти зі стійким психологічним неблагополуччям, призвела до підвищення рівня самосприйняття, позитивної оцінки себе та свого життя, до більш позитивних відносин з оточенням та в цілому до підвищення психологічного благополуччя особистості.

**Рік виконання кваліфікаційної роботи: 2023.**

**Місце виконання:** Мелітопольський державний педагогічний університет імені Богдана Хмельницького, кафедра психології.

## **ЗМІСТ**

<b>ВСТУП</b> .....	3
<b>РОЗДІЛ I. ПСИХОЛОГІЧНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ ОСОБИСТОСТІ ЯК ПРЕДМЕТ НАУКОВОГО АНАЛІЗУ В СУЧАСНІЙ ПСИХОЛОГІЇ</b>	
1.1. Аналіз змісту поняття психологічного благополуччя і підходи до його вивчення.....	7
1.2. Предиктори психологічного благополуччя особистості.....	16
1.3. Роль психологічного благополуччя особистості у навчальній та професійній діяльності.....	24
<b>РОЗДІЛ II. ЕМПІРИЧНЕ ВИВЧЕННЯ ДИНАМІКИ ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ОСОБИСТОСТІ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ</b>	
2.1. Організація і методи дослідження.....	28
2.2. Дослідження динаміки психологічного благополуччя особистості здобувачів вищої освіти у період навчання у ЗВО.....	34
2.3. Ретроспективний аналіз динаміки психологічного благополуччя особистості здобувачів вищої освіти.....	49
<b>РОЗДІЛ III. ОПТИМІЗАЦІЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ В УМОВАХ ЗВО</b>	
3.1. Зміст експериментальної роботи.....	55
3.2. Аналіз результатів апробації програми.....	66
<b>ВИСНОВКИ</b> .....	80
<b>СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ</b> .....	82

Ім'я користувача:  
Анастасія Варениченко

ID перевірки:  
1015963854

Дата перевірки:  
14.03.2023 21:03:47 EET

Тип перевірки:  
Doc vs Internet + Library

Дата звіту:  
14.03.2023 21:06:17 EET

ID користувача:  
100012861

Назва документа: сєніна

Кількість сторінок: 75 Кількість слів: 16436 Кількість символів: 126186 Розмір файлу: 125.98 KB ID файлу: 1015642143

## 14.5% Схожість

Найбільша схожість: 17.8% з Інтернет-джерелом (<https://epdf.pub/-24104ce889c954263afc8cfdd226dd4e74386.html>)

9.6% Джерела з Інтернету 928

.....Сторінка 73.....

1.2% Джерела з Бібліотеки 28

.....Сторінка 82.....

## 0% Цитат

Вилучення цитат вимкнене

Вилучення списку бібліографічних посилань вимкнене

## 0% Вилучень

Немає вилучених джерел

## Модифікації

Виявлено модифікації тексту. Детальна інформація доступна в онлайн-звіті.

Замінені символи 31