

Хмельницький національний університет
Факультет здоров'я, психології, фізичної культури та спорту
Кафедра психології та педагогіки

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

Другий (магістерський)

Освітній рівень

РОЗВИТОК НАЦІОНАЛЬНОЇ САМОСВІДОМОСТІ СТУДЕНТСЬКОЇ
МОЛОДІ ЗАСОБАМИ КОГНІТИВНО-ПОВЕДІНКОВОЇ ТЕРАПІЇ

Назва теми

Галузь знань – 05 Соціальні та поведінкові науки

Шифр і назва галузі знань

Спеціальність – 053 Психологія

Шифр і назва спеціальності

Шифр 24376

номер ІНП

Виконав: студентка ІІ курсу, гр. ППМз-23-2

Підпис

Яніна ІВКО

Ім'я, ПРІЗВИЩЕ

Керівник: кандидат педагогічних наук, доцент

науковий ступінь, вчене звання

Підпис

Людмила МІХЕСВА

Ім'я, ПРІЗВИЩЕ

До захисту допускаю:
Зав. кафедри психології та педагогіки
доктор психологічних наук, професор

Підпис

Таїсія КОМАР

Ім'я, ПРІЗВИЩЕ

од грудня 2024р.

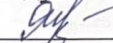
Хмельницький, 2024

ХМЕЛЬНИЦЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Факультет здоров'я, психології, фізичної культури та спорту
Кафедра психології та педагогіки
Освітній рівень другий (магістерський)
Галузь знань 05 «Соціальні та поведінкові науки»
Спеціальність 053 «Психологія»
Освітня програма освітньо-професійна програма «Психологія»

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач кафедри психології та педагогіки


Таїсія КОМАР

підпис

протокол № 5 від 14 грудня 2023 р.

ЗАВДАННЯ
НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ
Яніни ІВКО

Ім'я, ПРІЗВИЩЕ здобувача

1. Тема кваліфікаційної роботи: «Розвиток національної самосвідомості студентської молоді засобами когнітивно-поведінкової терапії».
Керівник кваліфікаційної роботи: Людмила МІХЕСВА, кандидат педагогічних наук, доцент

Ім'я, ПРІЗВИЩЕ, науковий ступінь, вчене звання

Затверджено наказом ректора університету від 26 серпня 2024 р. № 60

2. Строк подання здобувачем роботи на кафедру 02 грудня 2024 р.
3. Вихідні дані до роботи: матеріали звіту з переддипломної практики, комплекс методів та методик дослідження: метод Делфі; модифікована методика вимірювання етнічної ідентичності Дж. Фінні (адаптація В. Павленко); методика «Діагностика рівня емпатійних здібностей» В. Бойко; методика «Визначення стилю мислення» А. Харрісона та Р. Бремсона; методика «Ціннісні орієнтації» М. Рокіча.
4. Зміст кваліфікаційної роботи (перелік питань, які потрібно розробити): вступ, розділ 1 Теоретичний аналіз проблеми національної самосвідомості та її особливостей у студентської молоді, сутність, поняття та особливості національної самосвідомості, особливості формування національної самосвідомості у студентської молоді, когнітивно-поведінкова терапія як метод розвитку національної самосвідомості, висновки до розділу; розділ 2 Емпіричне дослідження особливостей розвитку національної самосвідомості студентської молоді засобами когнітивно-поведінкової терапії, опис та обґрунтування методик дослідження, аналіз та узагальнення отриманих даних, тренінгова програма з розвитку національної самосвідомості студентської

молоді засобами когнітивно-поведінкової терапії, висновки до розділу: висновки, перелік джерел посилання, додатки.
 5. Перелік графічного матеріалу (із зазначенням обов'язкових креслень) 7 рисунків, 3 таблиці.

1. Консультанти розділів кваліфікаційної роботи

Розділ	Прізвище, ініціали та посада консультанта	Підпис, дата	
		завдання видав	завдання прийняв

Дата видачі завдання 14 грудня 2023 року

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ з/п	Назва етапів (розділів) кваліфікаційної роботи	Строк виконання етапу роботи	Примітка
1	Вибір теми дослідження. Визначення об'єкта і предмета дослідження, постановка мети і завдань.	До 02 січня 2024 р.	виконано
2	Визначення теоретико-методологічних засад дослідження. З'ясування актуальності проблеми.	До 03 березня 2024 р.	виконано
3	Оформлення вступу кваліфікаційної роботи.	До 01 вересня 2024 р.	виконано
4	I розділ кваліфікаційної роботи.	До 10 вересня 2024 р.	виконано
5	II розділ кваліфікаційної роботи.	До 01 жовтня 2024 р.	виконано
6	Загальні висновки.	До 01 листопада 2024 р.	виконано
7	Оформлення кваліфікаційної роботи.	До 01 грудня 2024 р.	виконано
8	Попередній захист кваліфікаційної роботи.	<u>09</u> листопада 2024 р.	виконано
9	Захист кваліфікаційної роботи (відповідно графіку)	<u>19</u> грудня 2024 р.	виконано

Здобувач Яніна ІВКО

Ім'я, ПРІЗВИЩЕ

Керівник роботи Людмила МІХЕСВА

Ім'я, ПРІЗВИЩЕ

АНОТАЦІЯ

Тема кваліфікаційної роботи «Розвиток національної самосвідомості студентської молоді засобами когнітивно-поведінкової терапії»

Здобувач Яніна ІВКО

Ім'я, ПРІЗВИЩЕ

Керівник Людмила МІХЕСВА

Ім'я, ПРІЗВИЩЕ

Кваліфікаційна робота включає 71 сторінку, 3 таблиці, 7 рисунків, перелік джерел посилання складає 121 найменувань, 1 додаток.

Ключові слова: свідомість, національна свідомість, національна самосвідомість, студентська молодь, засоби когнітивно-поведінкової терапії.

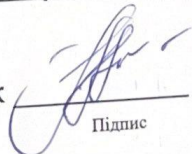
Об'єкт дослідження: національна самосвідомість студентської молоді.

Предмет дослідження: розвиток національної самосвідомості студентської молоді засобами когнітивно-поведінкової терапії.

За результатами дослідження розроблено тренінгову програму з розвитку національної самосвідомості студентської молоді засобами когнітивно-поведінкової терапії.

Одержані результати можуть бути використані при розробці навчальних модулів і виховних заходів, спрямованих на формування національної самосвідомості студентської молоді; у програмах підвищення кваліфікації викладачів; у психологічному консультуванні, як основа для створення програм психологічного супроводу студентів, профілактики міжетнічних конфліктів і розвитку національної толерантності.

Дипломник



Підпис

Яніна ІВКО

Ім'я, ПРІЗВИЩЕ

Дата подання кваліфікаційної роботи до захисту 02 грудня 2024 р.

ЗМІСТ

ВСТУП	6
РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ НАЦІОНАЛЬНОЇ САМОСВІДОМОСТІ ТА ЇЇ ОСОБЛИВОСТЕЙ У СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ	10
1.1 Сутність, поняття та особливості національної самосвідомості ...	10
1.2 Особливості формування національної самосвідомості у студентської молоді	17
1.3 Когнітивно-поведінкова терапія як метод розвитку національної самосвідомості	30
Висновки до розділу	35
РОЗДІЛ 2 ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ РОЗВИТКУ НАЦІОНАЛЬНОЇ САМОСВІДОМОСТІ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ ЗАСОБАМИ КОГНІТИВНО-ПОВЕДІНКОВОЇ ТЕРАПІЇ.....	37
2.1 Опис та обґрунтування методик дослідження	37
2.2 Аналіз та узагальнення отриманих даних	48
2.3 Тренінгова програма з розвитку національної самосвідомості студентської молоді засобами когнітивно-поведінкової терапії	62
Висновки до розділу	69
ВИСНОВКИ	70
ПЕРЕЛІК ДЖЕРЕЛ ПОСИЛАННЯ	72
ДОДАТОК А ТРЕНІНГОВА ПРОГРАМА З РОЗВИТКУ НАЦІОНАЛЬНОЇ САМОСВІДОМОСТІ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ ЗАСОБАМИ КОГНІТИВНО-ПОВЕДІНКОВОЇ ТЕРАПІЇ	83

ВСТУП

Актуальність дослідження. У контексті війни, зростання міграційних процесів та загострення ідентифікаційних криз, питання формування національної самосвідомості стає надзвичайно важливим для збереження культурної ідентичності та єдності молодого покоління. Студентська молодь є стратегічно важливим соціальним сегментом, який формує майбутній інтелектуальний, економічний та культурний потенціал держави.

Повномасштабна війна росії проти України, яка почалася 24 лютого 2022 року, триває вже понад два роки. Війська країни-агресори продовжують знищувати наших захисників, стирати з карти України міста, перетворюючи їх на руїни, цинічно вбивати мирне населення, вивозити українських дітей до російської федерації. Масові вибухи завдають шкоди не лише інфраструктурі та промисловим об'єктам нашої країни, вони забирають життя простих громадян. Вперше за 33 роки незалежності наше суспільство демонструє монолітну єдність думок і надзвичайно високий рівень консолідації.

В таких умовах кризи значно прискорюють процес формування та трансформування цінностей студентської молоді. Особливий інтерес становить процес розвитку національної самосвідомості та ідентичності. Студентська молодь, яка перебуває в активній фазі соціалізації, змушена переживати ґрунтовну руйнацію великої кількості юнацьких стереотипів у складних умовах війни. Розвиток національної самосвідомості молоді є невід'ємною частиною процесу становлення особистості та розвитку суспільства. Її багатогранність пронизує кожен аспект життя особистості, впливаючи на процес соціалізації, громадянську активність, патріотичне виховання та формування культурної ідентичності.

Використання когнітивно-поведінкової терапії у цьому процесі є інноваційним підходом, який дозволяє не лише ефективно працювати з особистісними та поведінковими установками молоді, але й сприяти розвитку критичного мислення, усвідомленого ставлення до власної національної

ідентичності та адаптації до умов змін. Такий підхід дає можливість зміцнити позитивну самооцінку, подолати внутрішні конфлікти, пов'язані з ідентичністю, та створити основу для гармонійного розвитку особистості в умовах сучасного глобалізованого світу.

У психології значна увага приділяється вивченню феномену самосвідомості, формування ідентичності, особливостей громадянської активності та патріотизму. Дослідженням цієї проблеми у різні часи займалися такі дослідники, як І. Бех, С. Максименко, В. Борисов, В. Савчук, Т. Титаренко, Л. Подоляк, В. Юрченко, Д. Піонтковська, Л. Співак, а також Н. Чепелєва та інші. Водночас питання, що стосуються специфіки розвитку національної самосвідомості студентської молоді недостатньо розроблені у сучасній психологічній науці.

Проте, незважаючи на свою важливість, це питання залишається недостатньо дослідженим, особливо в контексті застосування сучасних психологічних методів. Існує нагальна потреба в розробці ефективних програм, спрямованих на розвиток складових національної самосвідомості у молоді.

На основі аналізу наукової літератури та сучасних тенденцій, нами була обрана тема кваліфікаційної роботи: «Розвиток національної самосвідомості студентської молоді засобами когнітивно-поведінкової терапії».

Об'єкт дослідження: національна самосвідомість студентської молоді.

Предмет дослідження: розвиток національної самосвідомості студентської молоді засобами когнітивно-поведінкової терапії.

Мета дослідження – визначення, обґрунтування та емпіричне дослідження особливостей розвитку національної самосвідомості студентської молоді засобами когнітивно-поведінкової терапії.

Завдання дослідження:

1. Провести теоретичне дослідження національної самосвідомості студентської молоді та її структурних компонентів.

2. Визначити та обґрунтувати особливості розвитку національної самосвідомості студентської молоді.

3. Здійснити емпіричне дослідження особливостей розвитку національної самосвідомості студентської молоді засобами когнітивно-поведінкової терапії.

4. Розробити тренінгову програму з розвитку національної самосвідомості студентської молоді засобами когнітивно-поведінкової терапії.

Гіпотеза дослідження: розвиток національної самосвідомості студентської молоді значно покращиться за умови врахування особливостей розвитку національної самосвідомості студентської молоді, а також впровадження тренінгової програми з розвитку національної самосвідомості студентської молоді засобами когнітивно-поведінкової терапії.

Методи дослідження:

– *теоретичні методи:* аналіз літературних джерел, нормативних документів, їх синтез, порівняння, узагальнення та класифікація;

– *емпіричні: тестування:* 1) метод Делфі на визначення особливостей розвитку національної самосвідомості студентської молоді; 2) модифікована методика вимірювання етнічної ідентичності Дж. Фінні (адаптація В. Павленко); 3) методика «Діагностика рівня емпатійних здібностей» В. Бойко; 4) методика «Визначення стилю мислення» А. Харрісона та Р. Бремсона; 5) методика «Ціннісні орієнтації» М. Рокіча.

– *методи математичної обробки даних.*

Практичне значення роботи полягає у розробці тренінгової програми з розвитку національної самосвідомості студентської молоді засобами когнітивно-поведінкової терапії. Матеріали дослідження можуть бути використані при розробці навчальних модулів і виховних заходів, спрямованих на формування національної самосвідомості студентської молоді; у програмах підвищення кваліфікації викладачів; у психологічному консультуванні, як основа для створення програм психологічного супроводу

студентів, профілактики міжетнічних конфліктів і розвитку національної толерантності.

Експериментальна база дослідження. Дослідження проводилося на базі Комунального закладу фахової передвищої освіти «Івано-Франківський медичний фаховий коледж» Івано-Франківської обласної ради. Експериментальну вибірку склали 42 студенти IV курсу спеціальності 223 «Медсестринство», з них: 21 юнак та 21 дівчина віком від 17 до 20 років.

Апробація результатів дослідження. Основні положення та результати роботи доповідались та обговорювались на: кафедральному науковому семінарі «Актуальні проблеми наукових досліджень здобувачів вищої освіти другого і третього рівнів – 2024», тема доповіді: «Національна самосвідомість: проблеми визначення й аналізу», (м. Хмельницький, 19-20 вересня 2024 року); XIV Всеукраїнській науково-практичній конференції «Формування особистості сучасного фахівця як суб'єкта самотворення в умовах освітнього простору» (м. Хмельницький 28 листопада 2024 р.) тема доповіді: «Розвиток національної самосвідомості студентської молоді засобами когнітивно-поведінкової терапії», стаття «Результати дослідження особливостей розвитку національної самосвідомості студентської молоді засобами когнітивно-поведінкової терапії» (Психологічні травелоги. Науковий журнал. Хмельницький, 2024, № 4).

Дипломна робота складається: робота складається зі вступу, двох розділів, висновків, переліку джерел посилання (121 найменувань) та 1 додатку. Загальний обсяг дипломної роботи – 113 сторінок машинописного тексту (основна частина – 71 сторінка). Робота містить 3 таблиці та 7 рисунків.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ НАЦІОНАЛЬНОЇ САМОСВІДОМОСТІ ТА ЇЇ ОСОБЛИВОСТЕЙ У СТУДЕНТСЬКІЙ МОЛОДІ

1.1 Сутність, поняття та особливості національної самосвідомості

Національна самосвідомість є багатограним феноменом, що охоплює уявлення людини про свою приналежність до нації, усвідомлення її історії, культури, мови, традицій, а також активну участь у громадському житті. Визначення національної самосвідомості Г. Костюк виводить як внутрішній процес розуміння індивіда своєї ролі у нації, яке демонструє його ставлення до історичних, політичних та соціокультурних аспектів національного буття [60]. Цей процес формується під впливом як внутрішніх психологічних особливостей особистості, так і зовнішніх соціальних чинників.

На відміну від свідомості, самосвідомість фокусується на розумінні особистістю своїх почуттів, думок, учинків та їх мотивів, інтересів, своєї особистої позиції у суспільстві [57], як правило, орієнтована на зовнішній світ, вона становить знання про інших людей, а самосвідомість націлюється на внутрішній світ самого індивіда [107].

Національна свідомість, національне виховання та самовиховання, як результати суспільно-історичного розвитку нації, відображаються в духовному житті особистості через сприйняття національних цінностей. Ці цінності є як іманентними, так і особистісно значущими, забезпечуючи відчуття належності до своєї країни та стимулюючи національно-культурну й творчу активність особистості.

Національна самосвідомість – це результат звернення свідомості людини до свого «Я», яке формує образ «Я» як національно свідомої особистості. Структурними елементами цього образу є вільне володіння рідною мовою, знання українських звичаїв, обрядів і традицій, усвідомлення

себе представником певної нації, знання національної культури та історії [29, с. 138].

У «Концепції національно-патріотичного виховання» [89, с. 3] зазначено, що найважливішими елементами національного виховання молоді на цьому етапі є набуття соціального досвіду, багатства національної духовної культури, усвідомлення, що створює основу особистісного зростання громадянина України. Це передбачає становлення національної самосвідомості та загальної культури, розвиток індивідуальних здібностей і інтересів.

Основа особистісного зростання українського народу – це й формування національної впевненості в собі, загального культурного рівня, розвиток особистих навичок і захоплень.

Також, існуюче поняття «національна ідентичність» та «національна самосвідомість» тісно пов'язані, але мають різні акценти у наукових трактуваннях.

Національна ідентичність, як зазначає Е. Еріксон, є частиною соціальної ідентичності, що включає в себе уявлення індивіда про свою приналежність до певної нації, народності, культурної чи етнічної групи. Вона визначає, як особистість ототожнює себе з нацією, її історією, традиціями та культурними цінностями [116].

На думку Л. Лойко, національна ідентичність ґрунтується на культурних і громадянсько-політичних традиціях, спільних інтересах, перспективах політичного розвитку, політичних інститутах, правах та обов'язках, а також на економічному та соціальному просторі, що об'єднують громадян.

Цілісність національної ідентичності сприяє збереженню консенсусу із фундаментальних питань розвитку держави. Національна ідентичність – це не вроджена риса народу, а результат суспільного виховання у поєднанні з етнічною ідентичністю, вона може перетворитися на рушійну силу суспільно-політичних перетворень [63].

Натомість, національна самосвідомість, як стійка система уявлень та оцінок про себе як представника певної нації, є більш гнучким і комплексним концептом. Тож, національна самосвідомість є процесом, який включає в себе більш широке самосприйняття та рефлексію щодо національної належності, тоді як національна ідентичність зосереджена на факті приналежності до певної національної групи, що проявляється через конкретні символи, традиції та культурні ознаки.

Поняття національної самосвідомості як педагогічної проблеми найбільш суттєво сформульоване у творчій спадщині Б. Грінченка, М. Грушевського, С. Рудницького, С. Русової, М. Сумцова, С. Томашківського, Г. Ващенко та інших.

Структура національної самосвідомості включає декілька основних складових. Згідно з дослідженнями І. Бега, до них належать когнітивний, емоційно-оцінний та поведінковий компоненти. Когнітивний компонент передбачає знання про історію, культуру та традиції своєї нації. Емоційно-оцінний компонент охоплює почуття гордості, поваги до власної національної спільноти, а також емоційний зв'язок із нею. Поведінковий компонент відображає громадянську активність, участь у культурному житті, дотримання традицій та звичаїв [4].

Відповідно до цього, М. Пірен трактує національну самосвідомість як утворення психіки, завдяки якому уможлиблюється відчуття та усвідомлення власної національної сутності та місця серед решти народів, а також усвідомлюється необхідність піклування про відстоювання загальнонаціональних інтересів [83].

М. Козловець зазначає, що самосвідомість особистості в умовах модерну все більше орієнтується на рефлексію і самоконструювання, відходячи від традиційних цінностей. Це призводить до ситуації, коли молода людина обирає для себе зразки, які можуть не мати зв'язку з національними чи культурними традиціями [56, с. 30].

Самосвідомість особистості – відносно стійка система уявлень індивіда про себе як про частину суспільства, своїх взаєминах із навколишнім світом, іншими людьми, про свої дії та вчинки, думки, почуття, про всю різноманітність якостей особистості, на основі чого формується образ власного «Я». Без наявності самосвідомості неможливо виховати й національну самосвідомість [67, с. 279].

Предметом дослідження О. Шевченко є національна ідентифікація як основний фактор, що впливає на формування «образу-Я». Дослідниця підкреслює, що національна ідентичність виступає як що національна ідентичність є когнітивно-мотиваційним ядром і ключовим системоутворюючим елементом у структурі національної самосвідомості особистості [109]. Вона є не лише результатом ототожнення індивіда з певною нацією, самоідентифікації з етнічною спільнотою, а й важливим елементом когнітивної частини національної самосвідомості – національного «образу-Я».

Відомо, що самосвідомість формується в ході розвитку свідомості людини, коли вона стає особистістю і починає усвідомлювати себе як індивіда та суб'єкта діяльності.

О. Шевченко описує національну ідентифікацію як процес, у якому людина ототожнює себе з певною етнічною спільнотою. Основним аспектом цього явища є суб'єктивне відчуття приналежності до цієї спільноти. Для виникнення такого почуття необхідним є стабільний емоційний зв'язок між особистістю та етнічною групою. Дослідниця виділяє серед чинників стійку оцінювальну систему параметрів етнічної діяльності, яка об'єднує представників однієї нації та розрізняє їх з представниками інших, а також набір уявлень про ці явища.

Національну самосвідомість можна розглядати як багаторівневий феномен. На макрорівні вона виявляється в усвідомленні себе як частини певної етнічної спільноти, тоді як на мікрорівні – це індивідуальне сприйняття власної національної ідентичності. Такий підхід базується на розумінні

національної самосвідомості як комплексного процесу, що охоплює як колективні, так і особистісні аспекти.

В. Борисов також дотримується думки про визначну роль цінностей у становленні національної самосвідомості, зазначаючи, що система категорій, які індивід асоціює із цінностями, є важливим і стабільним чинником пізнання етнонаціональної дійсності [13].

Згідно з М. Боришевським, наступний компонент структури самосвідомості – це домагання, яке дослідник розглядає як спрямованість індивіда на вибір і досягнення важливих для нього цілей. При цьому, такі цілі визначаються системою національних цінностей. Коли є можливість самостійного вибору, людина здійснює вибір у національній сфері, що базується на цих вимогах, самооцінці та усвідомленні своєї ролі як носія національних цінностей. М. Боришевський вказує, що характеристики домагань і самооцінки є подібними [15].

Як складну систему визначає національну свідомість і В. Соколова. На її думку, поява, становлення і розвиток нації в духовній сфері демонструє центральні положення та характерологічні розбіжності кожної окремої нації. Проявами національної самосвідомості виступають такі феномени як національний характер та ідея, а також національна ідентичність [93].

Отже, дослідниця включає національну самосвідомість до складу національної свідомості та виокремлює два її компоненти: раціональний (усвідомлення своєї приналежності до певної соціально-етнічної групи) та емоційний (переживання єдності з іншими представниками нації). Ці компоненти становлять основну базу для формування як національної свідомості, так і національної самосвідомості.

Формування національної самосвідомості обумовлене комплексом психологічних і соціальних чинників. Як зазначає Т. Говорун, важливу роль у цьому процесі відіграють механізми соціалізації, які визначають, як індивід засвоює цінності, норми та ідеали нації [32]. До психологічних чинників належать рівень критичного мислення, саморефлексії та емоційної

стабільності, які сприяють формуванню усвідомленого ставлення до власної національної приналежності. Соціальні чинники включають сімейне виховання, освітнє середовище, соціокультурний контекст і політичну ситуацію в державі.

Національна самосвідомість розглядається нами як стабільна система уявлень та оцінок особистості щодо власної приналежності до певної нації. У процесі формування цієї системи індивід усвідомлює себе частиною національної спільноти та здійснює соціально-моральну оцінку своєї етнічної ідентичності.

Особливу увагу в формуванні національної самосвідомості студентської молоді приділяють ролі освіти та виховання. Як зазначає О. Кікінежді, навчальні заклади повинні не лише передавати знання про націю, а й формувати патріотичну свідомість, сприяти розвитку активної громадянської позиції [32]. Підтримуючи цю думку, Л. Сохань акцентує на важливості формування позитивного емоційного ставлення до національної культури та історії через залучення студентів до участі в культурних та соціальних проєктах [94].

У своїй праці Л. Білас розкриває різні ознаки національної самосвідомості особистості [8, с. 16]. Ними є етнічна ідентичність, тобто самоототожнення з етнічною групою, історична пам'ять, а саме уявлення про спільну історію у минулому, теперішньому і майбутньому, уявлення про «рідну землю», тобто розуміння територіальної і державної спільності, відчуття Батьківщини, знання та послуговування рідною мовою, ставлення до духовних і матеріальних цінностей нації. Також ознакою національної самосвідомості є уявлення про національні автостереотипи (типові риси своєї спільності) та національні гетеростереотипи (типові риси інших народів).

Національна самосвідомість, насамперед, не обмежується тим, як конкретна нація сприймає саму себе, які характеристики, риси та можливості вона визначає. Значно важливішим є те, яку роль відіграє людина в

національній культурі, в чому проявляється її сутність, сенс та пріоритети життя.

Дослідники національної самосвідомості мають різні погляди на структуру самосвідомості загалом. В. Жмир стверджує, що національна свідомість формується на основі традиційного мистецтва, вірувань, моралі, релігії, а згодом і політико-державного самовизначення, яке обґрунтовується на теорії нації. і національної держави [41, с. 145].

Словацький науковець Й. Вирост, в свою чергу, стверджує, що національна самосвідомість є специфічною психічною формою, в якій синтезуються знання, думки та уявлення про національну спільноту і власну особистість, формуючи ставлення індивіда до своєї національної особистості. [25, с. 24].

З досліджень ролі національної самосвідомості ми виокремили такі важливі ролі, які вона відіграє для особистості та суспільства:

- забезпечення відчуття приналежності, сприяння соціалізації, формування переконань і цінностей, мотивація до соціальної активності;
- збереження національно-культурних традицій свого роду і народу, усвідомлення суспільної значущості власної діяльності і загального сенсу життя;
- характеризування усвідомлення національних ознак і відмінностей менталітету, толерантність у ставленні до інших народів, відмінних культур;
- стимуляція самопізнання, рефлексія власного «Я», виявлення точки відліку і духовного джерела самотворення;
- формування духовних основ і мудрості життя (почуття громадянського обов'язку, особиста відповідальність перед попередніми і майбутніми поколіннями);
- розвиток самореалізації, як найбільший прояв власного творчо-розумового і морально-духовного потенціалу;

– збереження культурно-генетичного коду, збагачення і розвиток потенціалу нації, сприяння науково-технологічному та економічному прогресу, прагнення до високих соціальних стандартів.

Отже, у певний період поняття національної самосвідомості стало ширшим, ніж просто самоідентифікація через категорії «свої» – «чужі». Воно доповнилося свідомим прагненням захищати усі риси та прояви національної ідентичності, які знаходять вираження в мові, культурі, вірі, території, звичаях та традиціях. Формування національної самосвідомості часто розпочинається в родині та продовжується в освітніх закладах, де передаються важливі елементи національної культури і традицій, що сприяють розвитку почуття приналежності до нації та відповідальності за її збереження та розвиток [52].

Таким чином, національна самосвідомість є багатовимірним процесом, який формується під впливом психологічних і соціальних чинників. Її розвиток залежить від балансу когнітивних знань, емоційного ставлення та активної поведінки, які забезпечують інтеграцію особистості у національну спільноту та сприяють усвідомленню нею своєї ролі в житті нації.

1.2 Особливості формування національної самосвідомості у студентської молоді

Реалії війни суттєво прискорюють трансформацію цінностей та установок сучасної молоді. Зважаючи на це, особливо важливим є вивчення особливостей формування національної свідомості студентства, яка переживаючи кризи, змушена змінювати своє уявлення про суспільну дійсність.

Варто приділити увагу трансформації ціннісних орієнтацій студентської молоді як найактивнішої соціальної групи. Аналізуючи її соціальну диференціацію, національну ідентичність та життєві установки, можна краще зрозуміти вплив війни на формування нових форм самосвідомості й соціальної поведінки.

Формування національної самосвідомості у студентської молоді є ключовим аспектом розвитку суспільства, адже саме ця категорія населення володіє потенціалом для активної участі у побудові національної ідентичності та соціальних змін. За словами І. Бега, студентська молодь знаходиться на стадії формування особистісних орієнтирів і світоглядних засад, що робить цей період особливо важливим для розвитку національної свідомості [5].

Науковці, що розвивали напрямок педагогічної психології у період останнього двадцятиліття, досліджували і такі психологічні механізми розвитку національної самосвідомості, як національна ідентифікація та національна рефлексія (М. Боришевський, О. Шевченко), щоправда їх вивчали окремо від розвитку національної самосвідомості особистості в юнацькому віці (Співак).

Глибокий аналіз сучасних наукових праць у галузі вікової психології виявив значну прогалину в дослідженні психологічних механізмів розвитку національної самосвідомості в юнацькому віці.

Актуалізація психологічних механізмів відбувається у процесі самореалізації особистості у певному способі життя невідривно від його соціально-історичних аспектів. Отже, можемо розглядати спосіб життя, специфіку спілкування та суспільну діяльність особистості як базову форму індивідуальної та соціальної життєдіяльності.

Для нашого дослідження ми використали метод Делфі з метою визначення основних особливостей розвитку національної самосвідомості студентської молоді, а також урахували думки самих студентів, як безпосередніх носіїв особливостей, які ми досліджуємо. Експертами дослідження виступили 42 здобувачі освіти IV курсу спеціальності 223 Медсестринство, що дозволило врахувати особливості їхніх особистісних і соціокультурних уявлень. Процес проведення дослідження складався з кількох послідовних етапів.

Першим етапом було ознайомлення студентів з переліком із десяти особливостей, що, на нашу думку, впливають на розвиток національної

самосвідомості. Цей перелік був сформований на основі аналізу наукових джерел і включав такі, як критичне мислення, емпатія, етнічна ідентичність, ціннісні орієнтації, соціальна підтримка, мотивація до саморозвитку, когнітивна рефлексія, соціальна адаптація, національна толерантність і стресостійкість. Завданням студентів було оцінити кожен особливості за шкалою оцінювання від 1 до 5, де 1 позначало мінімальну значущість, а 5 – максимальну. Також учасники мали можливість аргументувати свої оцінки, що дозволило нам отримати більш глибоке розуміння їхнього сприйняття.

Після першого етапу збору даних було здійснено аналіз отриманих результатів та розраховано середні арифметичні бали кожної особливості, що дозволило оцінити рівень погодженості оцінок.

Було з'ясовано, що найвищі середні бали отримали такі особливості, як етнічна ідентичність, критичне мислення, ціннісні орієнтації, а також емпатія. Натомість такі особливості, як соціальна підтримка, мотивація до саморозвитку, стресостійкість та рівень національної толерантності, отримали нижчі оцінки, що свідчило про їхню менш виражену значущість у контексті національної самосвідомості.

На другому етапі було здійснено повторне опитування з метою уточнення та погодження думок. Учасникам було надано зведену інформацію про результати першого етапу, зокрема середні бали кожної особливості. Вони мали змогу переглянути свої відповіді, враховуючи загальні результати групи. Цей етап посприяв досягненню більшої згоди серед студентів-експертів.

У результаті другого раунду було остаточно визначено чотири ключові особливості, що визнані найбільш значущими для розвитку національної самосвідомості студентської молоді: етнічна ідентичність, емпатія, критичне мислення та ціннісні орієнтації. Ці особливості отримали найвищі середні бали, що засвідчило їхню важливість для студентів і достатню погодженість поглядів.

Завдяки застосуванню методу Делфі ми залучили студентів до процесу активного дослідження, що не тільки сприяло формуванню обґрунтованих

висновків, а й поглибленню їх власної рефлексії стосовно теми національної самосвідомості.

Отримані нами результати, стали основою для наступного етапу дослідження, а саме – емпіричного аналізу рівня обраних складових на розвиток національної самосвідомості та подальшої розробки тренінгової програми, викладені в таблиці 1.1.

Таблиця 1.1 Результати розрахунків середніх балів особливостей національної самосвідомості студентської молоді за методом Делфі

№ з/п	Особливість	Середній бал	Стандартне відхилення
1.	Етнічна ідентичність	4.71	0.49
2.	Критичне мислення	4.70	0.76
3.	Ціннісні орієнтації	4.57	0.53
4.	Емпатія	4.29	0.82
5.	Національна толерантність	4.00	0.53
6.	Когнітивна рефлексія	3.57	0.53
7.	Соціальна адаптація	3.43	0.53
8.	Мотивація до саморозвитку	3.00	0.82
9.	Соціальна підтримка	3.00	0.82
10.	Стресостійкість	2.57	0.53

Як видно з таблиці 1.1, найбільшу перевагу серед десяти запропонованих нами особливостей розвитку національної самосвідомості студенти надають перевагу першим чотирьом, а саме: етнічній ідентичності (4,71), критичному мисленню (4,70), ціннісним орієнтаціям (4,57) та емпатії (4,29). Ці результати свідчать про високий рівень зацікавленості студентів у формуванні власної національної ідентичності, здатності до критичного аналізу та розуміння ціннісних пріоритетів, а також виявляють їхню схильність до співпереживання та емоційної чуйності.

Разом з тим менш значущими виявилися такі аспекти, як національна толерантність (4,00), когнітивна рефлексія (3,57) та соціальна адаптація (3,43), що може вказувати на потребу в додатковій роботі над розвитком цих характеристик.

Найнижчі показники зафіксовані в мотивації до саморозвитку (3,00), соціальній підтримці (3,00) та стресостійкості (2,57). Це свідчить про необхідність посилення уваги до формування у студентів навичок самовдосконалення, побудови ефективних соціальних зв'язків та управління стресом, оскільки ці аспекти є важливими для гармонійного особистісного розвитку та професійного становлення.

Для проведення дослідження ми сконцентрували увагу на таких особливостях, як етнічна ідентичність, критичне мислення, ціннісні орієнтації та емпатія, оскільки кожна з них є ключовою у розвитку національної самосвідомості студентів та впливає на їхню здатність адаптуватися в сучасному соціокультурному середовищі.

Етнічна ідентичність, в свою чергу, важлива для розуміння особистістю свого місця в національній спільноті, що сприяє утвердженню відчуття належності, гордості за свою культуру та готовності зберігати національні традиції. Діагностика цього аспекту допомагає оцінити рівень самоусвідомлення студентів у контексті етнічної приналежності та визначити, наскільки вони залучені до національної культури.

Критичне мислення є необхідним інструментом для аналізу, осмислення та переосмислення інформації, що дозволяє студентам розвивати навички самостійного прийняття рішень і формувати виважені судження. Виявлення рівня критичного мислення дозволяє зрозуміти, наскільки студенти здатні аналізувати суспільні явища, ідентифікувати стереотипи та протистояти маніпуляціям.

Ціннісні орієнтації є базою для усвідомлення студентами значущих моральних принципів, що регулюють їхню поведінку та впливають на сприйняття себе як частини національної спільноти. Оцінка цього аспекту дає

змогу побачити, які цінності є домінуючими для студентів, і сприяє формуванню позитивного ціннісного світогляду.

Діагностика рівня емпатії допомагає зрозуміти, наскільки студенти готові до взаємодії в багатокультурному середовищі, сприяє виявленню їхніх сильних сторін у міжособистісному спілкуванні та виявленню зон для розвитку.

Таким чином, використання цих чотирьох характеристик дозволяє нам отримати багатогранне уявлення про рівень національної самосвідомості студентів та створити ефективну основу для їх подальшого розвитку.

Як зазначав психолог М. Боришевський, окремі психологічні механізми одночасно можуть бути і психологічними утвореннями, і процесами. Розвиваючи цю думку, психолог не заперечував, що самоконтроль є фундаментальним механізмом функціонування системи саморегуляції, маючи при цьому власні механізми. Узагальнюючи, науковець відзначив феномен психологічного механізму як такий, що феномен психологічного механізму виявляється у наявності оптимальних взаємодій між структурними елементами (підсистемами) психологічної системи, що забезпечують її функцію. [17, с. 28].

З огляду на проблематику нашої праці, варто звернути увагу і на думку М. Боришевського стосовно тих психологічних механізмів, що відображають взаємодію між такими складовими особистості як свідомість та самосвідомість. За М. Боришевським, кожен компонент свідомості, як, наприклад, світогляд, переконання, воля, ідеали, ціннісні орієнтири, захоплення, прагнення, потреби та почуття, дійсно визначають напрямок розвитку самосвідомості, якщо особистість усвідомлює себе носієм чи суб'єктом цього компоненту.

Досліджуючи психологічні основи особистісного зростання підлітків, як ключові психологічні механізми, що сприяють розвитку моральної самосвідомості, І. Булах виділила: моральну рефлексію, саморефлексію та

саморегуляцію. Науковиця підкресливала, що моральна рефлексія передбачає осмислення та переосмислення особистістю різних форм взаємодії.

I. Булах визначає моральну саморефлексію підлітка як механізм осмислення та переосмислення власних особистісних аспектів крізь призму належного і ціннісного. Цей процес охоплює реальне, нормативне та ідеальне «Я», сприяючи формуванню нових ціннісних уявлень [20, с. 258].

Проте ці механізми розглядалися в специфічних смислових контекстах, які не пов'язані безпосередньо з питаннями розвитку національної самосвідомості в юнацькому віці. Слід зважати на те, що студентський період – це важливий етап життя, коли людина перебуває на піку соціальної активності, що супроводжує процес дорослішання: відбувається активне і багатогранне формування національної свідомості молоді особистості. Саме у студентські роки стає надзвичайно важливим формування моральних переконань, оскільки більшість молодих людей стикаються з серйозними труднощами, пов'язаними з етичним вибором.

Становлення самосвідомості юнацтва можна характеризувати такими особливостями, як-от відчутне посилення інтегративної тенденції у цьому процесі, котра зумовлює підвищення рівня когнітивної складності, диференційованості, цілісності й ієрархізованості «Я-образу» та появу цілісного, інтегрованого «Я». Ще однією характеристикою є здатність до самоусвідомлення як найвищої форми самопізнання, що пов'язано з вищим рівнем розвитку інтелекту та мислення молоді людини. Також специфічними особливостями є: глибше усвідомлення власних переживань, самоставлення і самооцінки, що призводить до зростання інтересу до власного «Я»; прискорення процесу формування ціннісних орієнтацій як психологічної основи розвитку самосвідомості особистості; можливість усвідомлювати себе частиною конкретної спільноти (зокрема і приналежність до нації) та посідати у ній певне місце; орієнтація на процеси розвитку особистісної та національної самоідентичності юнацтва; гостра потреба вибору справжніх життєвих цінностей та особиста відповідальність за цей; здатність самостійно

ухвалювати виважені рішення у різних сферах життєдіяльності, що засвідчує становлення зрілої особистості; підвищення рівня розвитку рефлексії щодо своєї поведінки [95].

Особливості студентської молоді, зокрема висока пластичність психіки, відкритість до нового досвіду та активне формування ідентичності, створюють сприятливі умови для формування національної самосвідомості. М.-Л. Чепа у своїй монографії підкреслює: «Налаштованість на осмислення власних думок, почуттів і дій, здатність до рефлексії та самопізнання визначають самосвідомість людини» [107].

Водночас важливим завданням залишається інтеграція національних цінностей у сучасний глобалізований простір, де студенти стикаються з різноманітними ідентичностями.

Продовжуючи дослідження З. Фройда, Е. Еріксон запропонував новий погляд на ідентичність, акцентуючи на ролі особистого досвіду та соціального контексту. За його концепцією епігенезу, ідентичність формується протягом усього життя, а відчуття власної неперервності в часі є одним з її ключових аспектів. Еріксон підкреслював, що історичні події та соціальні зміни значно впливають на те, як людина сприймає себе [116].

Проблеми, що виникають у прийнятті традиційних моральних цінностей, зумовлені тим, що в багатьох молодих людей виникає внутрішній конфлікт між бажанням самовизначення, самореалізації і домінуючою в цей період потребою в безпеці, що є особливо важливою в умовах війни, а також прагненням до престижу та очікуванням заслуженого визнання з боку суспільства.

Відчуття особистісної ідентичності виникає через усвідомлення людиною своєї цілісності та безперервності існування у часових і просторових вимірах, а також через підтвердження цієї безперервності іншими людьми. На нашу думку, розвиток почуття ідентичності відбувається поступово протягом усього життєвого циклу.

Зокрема, з дорослішанням особистість розпочинає усвідомлювати неперервність самоідентичності у вимірах часу – між власним минулим, теперішнім і майбутнім, а також своє сприймання очікувань щодо неї з боку значущих інших [116].

Розвиток ідентичності людини залежить від низки психосоціальних чинників (конкретних подій у минулому й теперішньому часі, кризових періодів і змін у суспільстві тощо), які заважають цьому процесу, від її впевненості в тотожності й цілісності значущих інших. Тому самоідентичність особистості з'являється унаслідок процесу інтеграції її соціальних ролей у минулому і теперішньому та образів свого «Я» [102].

Дж. Марсія визначив ключові параметри, які засвідчують формування зрілої ідентичності особистості. Він підкреслює, що вони стосуються важливих життєвих рішень, таких як вибір професійної діяльності, релігійних і політичних уподобань. Ці рішення, на його думку, формують систему переконань людини. Зазвичай, такий свідомий вибір відбувається в юності, однак процес його здійснення може супроводжуватися кризами. У результаті цього вибору індивід робить власний внесок у побудову системи переконань, що відображає його унікальність [118].

Згідно з концепцією психосоціального розвитку, статус мораторію демонструє переживання людиною кризи ідентичності та її спроби подолати цей стан. Він характеризується тим, що особистість поки не готова приймати самостійні рішення чи брати на себе відповідальність за певні обов'язки. Досягнута ідентичність формується після переживання цієї кризи та успішного вирішення проблеми власними силами. Вона виражається у системі переконань, цінностей та цілей, які є важливими для особистості та визначають її індивідуальність [119].

Згідно з поглядами Дж. Марсія, ідентичність формується в процесі життєвого досвіду. Кожне рішення, яке людина приймає, формує її унікальний життєвий шлях і, відповідно, її ідентичність. Це важливо враховувати при вивченні як особистості, так і національної самосвідомості.

В. Джеймс стверджував, що афективний компонент є невід'ємною частиною людської ідентичності. Емоції надають нашому «Я» динамічності та індивідуальності, що проявляється в настроях та прагненнях. Мова, за його поглядами, хоча й не є первинним проявом ідентичності, відіграє важливу роль у її конструюванні та комунікації, виступає засадами усіх її прагнень [117].

В рамках когнітивної психології Г. Таджфел розробив теорію соціальної ідентичності, основним елементом якої є процес соціальної ідентифікації. За його концепцією, ідентичність розглядається як когнітивна структура, яка допомагає людині регулювати свою поведінку в різних соціальних контекстах.

Г. Таджфел, разом з іншими теоретиками (як-от Г. Брейкуелл, Дж. Тернер та ін.), визначають ідентичність як систему, що включає особистісну та соціальну ідентичність. Особистісна ідентичність, за їхньою думкою, відображається в самоусвідомленні індивіда, зокрема через визначення власних рис, таких як фізичні, інтелектуальні та моральні характеристики [121].

Динаміка ідентичності на різних етапах онтогенезу проявляється у таких характеристиках, як стійкість та нестійкість. Стійкість ідентичності відображає її ясність, визначеність і здатність тривати протягом часу, тоді як нестійкість виявляється у змінності «Я», в його розбалансованості та коливаннях. Це вказує на те, що ідентичність – не статична, а динамічна конструкція, котра може змінюватися в залежності від обставин, досвіду та розвитку особистості [80].

Враховуючи це, можна зробити висновок, що національна самосвідомість студентської молоді не може бути остаточно сформована без стабільної ідентичності. Оскільки ідентичність є основою для осмислення власної приналежності до нації, її зміни або нестабільність можуть впливати на глибину і визначеність національної свідомості. Таким чином, лише сформована, стабільна особистісна ідентичність може забезпечити міцне та

усвідомлене відчуття національної самосвідомості, що важливо для гармонійного розвитку особистості у сучасному суспільстві.

Психологічний аспект формування національної самосвідомості включає усвідомлення студентами своєї приналежності до нації, відчуття гордості за національну культуру та ідентичність.

Як зазначає Л. Сохань, у цьому віці молодь починає активно рефлексувати над своїми цінностями, що створює сприятливі умови для закріплення національних ідеалів [94]. Студенти, які мають доступ до якісної освіти та можливості брати участь у соціокультурних заходах, демонструють вищий рівень сформованості національної самосвідомості.

До соціальних чинників формування національної самосвідомості належить вплив сім'ї, навчальних закладів, громадських організацій, а також соціально-політичного контексту. Як зазначають Т. Говорун і О. Кікінежді, система освіти відіграє вирішальну роль у передачі національних цінностей через вивчення історії, культури, мови та традицій [32].

Важливим є також використання інтерактивних методів навчання, спрямованих на залучення молоді до активної участі у суспільному житті та осмислення національних питань, що дозволяє студентам відчувати особисту причетність до формування національної ідентичності.

Для створення наукового підґрунтя, з позиції якого розкриваються закономірності розвитку національної самосвідомості у системі освіти, студенти мають набувати не тільки поглиблених знань за фахом, а і зміцнювати свої знання з соціально-гуманітарних наук.

Зокрема, для підвищення ефективності системи освіти, перш за все, необхідно підвищувати рівень знань студентів щодо розвитку таких особливостей національної самосвідомості, як емпатія, етнічна ідентичність, ціннісні орієнтації та критичне мислення. Це включає здатності студентської молоді до усвідомлення та розуміння багатства національної культури та її взаємозв'язку зі національними традиціями.

Розвиток емпатії сприяє формуванню здатності до глибокого розуміння та співпереживання в міжособистісних і міжкультурних контекстах, що є фундаментом соціальної згуртованості. Етнічна ідентичність, у свою чергу, забезпечує усвідомлення належності до певної етнічної спільноти, формуючи основу для консолідації суспільства та збереження культурної спадщини.

Ціннісні орієнтації відіграють центральну роль у становленні морально-етичних стандартів особистості, визначаючи її життєві пріоритети та спрямованість поведінки.

Критичне мислення виступає інтегративним механізмом, що дозволяє аналізувати, оцінювати та синтезувати інформацію, ухвалювати обґрунтовані рішення й ефективно реагувати на соціокультурні виклики.

Усвідомленість студентською молоддю питання національної самосвідомості є показником розвитку нації, що ґрунтується на її унікальності, адже національна самосвідомість є внутрішнім, духовним потенціалом, який є рушійною силою захисту інтересів.

Для сучасного покоління національна самосвідомість є реальною, матеріальною зброєю, коли країна-агресор зазіхає на гідність і честь нації. У такому ж сенсі вона є важливим фактором забезпечення вічності нації.

Таким чином, будь-який народ, який перестає усвідомлювати свою ідентичність або позбавляється її, приречений на смерть. Він стає «іжею» для інших націй і приєднується до них шляхом асиміляції і з часом зникає.

Досліджуючи етнопсихологічний дискурс розвитку українського суспільства, у своїй монографії М.-Л. Чепа зазначив, що «для росіян «диким полем» була будь-яка територія, незалежно від того, які етнічні чи державні утворення існували там до них. Психологічно російські колоністи були надзвичайно інтровертними, замкнутими у собі й не були схильні звертати особливу увагу на «інородців» [106].

Автор також підкреслив, що представники російської національності почувались незатишно там, де стикались із народами із розвиненою культурою та національною самосвідомістю [106]. Це влучно підтверджує наш намір

звернути увагу на важливість розвитку національної самосвідомості у молодого покоління, яке має шанс нарешті відмежувати власну націю від нації-колонізатора.

Гідність, гордість, образи та страхи – це не просто емоції, а скоріше комплексні переживання, які виникають у контексті нашої етнічної приналежності. Вони є результатом глибоких емоційних зв'язків, які ми формуємо з членами своєї етнічної спільноти протягом життя. Крім того, ці почуття пов'язані з нашими моральними обов'язками перед спільнотою, які ми засвоюємо в процесі соціалізації. Саме тому ці почуття є важливими критеріями для розуміння міжетнічних відносин [106].

Деякі дослідники виділяють у структурі національної ідентичності додатковий компонент – поведінковий, розглядаючи його як практичний механізм, що забезпечує не лише усвідомлення себе частиною певної групи, але й прояв цієї належності через побудову системи ставлень і дій у різних етноконфліктних ситуаціях.

Одним із найбільш ефективних інструментів у процесі формування національної самосвідомості студентської молоді є залучення до громадянської активності. Волонтерські ініціативи, участь у патріотичних заходах, підтримка культурних проєктів – усе це сприяє поглибленню емоційного зв'язку із національною спільнотою та формуванню почуття відповідальності за її майбутнє.

Як зазначає Г. Костюк, активна громадянська позиція є важливим елементом у розвитку самосвідомості молоді, адже вона дозволяє інтегрувати національні цінності у повсякденну діяльність [60]

Досліджуючи питання національної ідентичності студентської молоді, Н. Гавриленко звертає увагу на сучасний етап розвитку України. У цей час країна стикається з прямою загрозою геноциду нації, втратою територій, державної незалежності та потраплянням під вплив агресора.

Зокрема, наслідки сучасних інформаційних атак вимагають прискорити організацію навчального процесу, використовуючи інноваційні технології.

Це зумовлює необхідність впровадження цілеспрямованих заходів для збереження національної самосвідомості молоді. Йдеться про виховання нового покоління українців, яке опиратиметься на національні та європейські цінності, матиме активну громадянську позицію, а також готовність захищати суверенітет і територіальну цілісність України.

Таким чином, формування національної самосвідомості у студентської молоді є складним і багатогранним процесом, що залежить від поєднання психологічних чинників, освітнього впливу та соціального середовища. Створення умов для розвитку національної самосвідомості у студентів вимагає інтеграції патріотичних ідей в освітній процес, підтримки культурних ініціатив та залучення молоді до активної громадської діяльності.

1.3 Когнітивно-поведінкова терапія як метод розвитку національної самосвідомості

Визначальним періодом у становленні особистості є юнацький період, адже саме тоді формуються ціннісні орієнтири, моральні переконання і соціальна ідентичність. Однак, попри прагнення до самореалізації та прийняття цінностей, у цей період виникають внутрішні конфлікти, які вимагають спеціальних психологічних інструментів для врегулювання цього процесу.

Когнітивно-поведінковий підхід об'єднує різні напрями та методи, які постійно вдосконалюються й розширюються завдяки науковим дослідженням. Його головна концепція полягає в тому, що емоції та поведінка людини зумовлені її когніціями – думками, переконаннями, інтерпретаціями подій та уявленнями про себе і навколишній світ [24, с. 12-15].

Метод когнітивно-поведінкової терапії дозволяє ефективно працювати з дезадаптивними переконаннями та поведінковими моделями, сприяючи усвідомленню студентами своєї ролі як носіїв національних цінностей.

Вагомий внесок у дослідження питань розвитку самосвідомості з застосуванням засобів когнітивно-поведінкової терапії у роботі зі студентською молоддю зробили А. Елліс [115] та А. Бек [111]. Ці науковці досліджували когнітивні спотворення та їх вплив на формування особистісної самосвідомості. Праці А. Елліса стали підґрунтям раціонально-емоційної поведінкової терапії, що висвітлює роль ірраціональних переконань у формуванні проблемних поведінкових патернів. А. Бек, у свою чергу, здійснив систематизацію когнітивних підходів, які уможливають роботу зі стресом, тривожністю та розвитком критичного мислення, що є важливим у формуванні самосвідомості.

Британський дослідник У. Драйден [114], у свою чергу, зосереджувався на впровадженні когнітивних і поведінкових методів для роботи з емоційними проблемами у молоді, що сприяло подальшому розвитку методик формування критичного мислення та емоційної регуляції. А. Бек [111] описувала структуру когнітивної поведінкової терапії, яка орієнтується на активізацію особистісного потенціалу через саморефлексію, що актуально у період становлення самосвідомості студентської молоді. Роботи сучасних дослідників, таких як С. Хофман, зосереджувалися на адаптації когнітивно-поведінкової терапії для роботи зі стресом і соціальними викликами, які впливають на психологічне благополуччя студентів.

Застосування когнітивно-поведінкової терапії у роботі зі студентською молоддю дозволяє не лише корегувати деструктивні переконання, але й сприяє формуванню і закріпленню позитивного ставлення до себе, активізації національної самосвідомості та розвитку стійкої ідентичності. Комплексні програми, що базуються на основах КПТ, довели свою дієвість у створенні умов для адаптивної поведінки, підвищенні впевненості в собі та формуванні стійкості до життєвих викликів.

Для тренінгової програми розвитку національної самосвідомості є важливим комплексний підхід, який забезпечується використанням засобів когнітивно-поведінкової терапії. Когнітивний компонент допомагає

формувати національні, ціннісні орієнтири, поведінковий сприяє інтеграції цих цінностей у щоденну діяльність, а емоційна регуляція розвиває стійкість до стресових ситуацій. Результатом програми є розвиток здатності студентської молоді до саморегуляції, активної громадянської позиції, шанобливого ставлення до національних символів і прав людини, що відповідає сучасним соціальним запитам і забезпечує формування особистості, здатної діяти у відповідності до національних і європейських цінностей.

Емоційний компонент національної самосвідомості може бути посилений завдяки технікам КПТ шляхом емоційної саморегуляції. Наприклад, методи рефреймінгу дозволяють переосмислити травматичні події національної історії з точки зору їх значущості для зростання нації, а також розвивати почуття гордості та приналежності до своєї культури.

Як зазначає К. Нефф, розвиток самоемпатії та позитивної емоційної взаємодії з власною ідентичністю є ключовим для зменшення внутрішньої напруги та підвищення почуття власної цінності [72].

Когнітивно-поведінкова терапія, зокрема її поведінковий компонент, сприяє розвитку активної громадянської позиції через формування конструктивних закономірностей поведінки. Зокрема, практики планування активності чи позитивного підкріплення можуть бути використані для залучення студентської молоді до соціокультурної діяльності, як, наприклад, організація культурних заходів чи волонтерські проєкти зі збереження національної спадщини, адже підсилюють інтеграцію національних цінностей у повсякдення.

Основною метою когнітивно-поведінкової терапії є зміна деструктивних когніцій та розвиток адаптивних поведінкових патернів, що робить цей метод корисним у формуванні та зміцненні національної самосвідомості. Процес суб'єктивної переоцінки ситуації дозволяє особистості зменшити емоційне навантаження за допомогою зниження інтенсивності негативних емоцій. Така зміна сприйняття налаштовує на пошук можливостей для більш адаптивних

рішень і поведінки, що, у свою чергу, може призвести до покращення якості життя. Згідно з теорією когнітивної реструктуризації А. Бека, змінюючи автоматичні негативні думки, особа може розвивати стратегії, що сприяють емоційному благополуччю та кращій здатності до прийняття довгостроково вигідних рішень [111].

Когнітивно-поведінкова терапія базується на методі спільного емпіричного дослідження, де головною метою є пошук способів досягнення цілей, а не лише виклад інформації з метою переконання особистості. Виходячи з цього, можна розглядати КПТ як результативний освітній інструмент, що допомагає розвинути критичне мислення і здатність до саморегуляції завдяк підтримці особистості на шляху до

Таким чином, КПТ можна розглядати як ефективний освітній інструмент, який сприяє розвитку критичного мислення та здатності до саморегуляції, підтримуючи особистість на шляху до вирішення своїх проблем та досягнення поставлених цілей. Когнітивно-поведінкова терапія (КПТ) є одним із найефективніших психологічних підходів для корекції мислення, емоцій та поведінки особистості.

М. Козловець наголошує на тому, що у сучасних умовах самосвідомість особистості дедалі більше орієнтується на рефлексію та самоконструювання, а не на традиційні цінності, що може віддаляти молодь від національних чи культурних традицій [56, с. 30].

Ця теза є ключовою для розуміння викликів, які постають перед формуванням національної самосвідомості в сучасному світі. З одного боку, автономність і здатність до самоконструювання дозволяють молоді будувати власну ідентичність. З іншого боку, відсутність зв'язку з традиційними цінностями може призводити до розмивання національної ідентичності.

Застосування когнітивно-поведінкової терапії сприяє інтеграції національних цінностей у процес самоконструювання студентської молоді. Досягти переосмислення негативних або нейтральних установок стосовно національних традицій, замінюючи їх більш адаптивними і сприятливими,

можна, наприклад, застосувавши когнітивну реструктуризацію. Також використання технік КПТ сприяє встановленню зв'язку із традиційними цінностями і життєвими цілями, що актуальні для молоді.

Важливість полягає у тому, що пошук власного місця у світі потребує не лише саморефлексії, а й направлення цього процесу у русло, котре не заперечує, а навпаки сприяє інтеграції у загальну структуру особистості національної самосвідомості. Таким чином, когнітивно-поведінкова терапія стає засобом формування прагнень молоді і до індивідуалізму та самовираження, і до збереження культурної спадщини та цікавості до неї.

Натомість, в умовах, коли традиційні цінності не посідають центральне місце у формуванні самосвідомості особистості, використання засобів КПТ сприятимуть ефективному переорієнтуванню на цей процес та забезпечуватимуть урівноваження між формуванням і інтеграцією національної ідентичності.

Для формування національної самосвідомості у молоді відіграють особливу роль групові форми роботи. Когнітивно-поведінкові тренінги у груповому форматі, як зазначає К. Маклей, дають змогу обмінюватися з учасниками досвідом, надавати один одному підтримку та спільними зусиллями долати психологічні бар'єри, які часто заважають відчувати себе приналежним до національної спільноти [65].

Отже, використання групових вправ також може бути дієвим інструментом роботи зі студентською молоддю.

Таким чином, техніки когнітивно-поведінкової терапії дозволяють розвивати усвідомлення національної ідентичності, допомагають регулювати емоційний стан особи, формувати конструктивні патерни поведінки, а отже є дієвим методом розвитку національної самосвідомості.

Варто підсумувати, що використання когнітивно-поведінкової терапії у роботі зі студентською молоддю може посприяти інтеграції патріотичних ідей у свідомість молодого покоління, підвищуючи при цьому їхнє почуття відповідальності за майбутнє нації.

Висновки до розділу

У проведеному теоретичному аналізі висвітлено проблему національної самосвідомості студентської молоді, розкрито її сутність, особливості та фактори формування. Національна самосвідомість визначається як складний багатовимірний феномен, що включає когнітивний, емоційний і поведінковий компоненти та проявляється у відчутті належності до певної національної спільноти, усвідомленні її культурно-історичних традицій, мовних, ціннісних і морально-етичних основ. Її ключовими характеристиками є здатність впливати на світогляд, соціальну ідентифікацію та активну громадянську позицію особистості, що робить цей феномен надзвичайно важливим у сучасному контексті для зміцнення національної єдності та соціальної стабільності.

В теоретичному розділі також описано етапи розвитку національної самосвідомості в студентському віці, що є критичним етапом, оскільки цей період відзначається активним становленням особистісної ідентичності. Особливу роль у цьому процесі відіграють сімейне виховання, соціокультурне середовище, освіта та особистий досвід. В той же час, здобуття вищої освіти забезпечує платформу для розвитку критичного мислення, національної ідентичності та активної громадянської позиції, сприяючи переосмисленню цінностей та адаптації до змін соціокультурного середовища.

За допомогою методу Делфі нами було виокремлено специфічні особливості розвитку національної самосвідомості серед студентської молоді, зокрема, етнічна ідентичність, емпатійні здібності, критичне мислення, ціннісні орієнтації.

Виявлено, що засоби когнітивно-поведінкової терапії є ефективними для розвитку визначених особливостей національної самосвідомості – критичного мислення, етнічної ідентичності, ціннісних орієнтацій та емпатійних здібностей – за рахунок їх впливу на когнітивні схеми, поведінку та емоційну сферу особистості. КПТ додатково формувати критичне мислення через аналіз когнітивних викривлень і розвиток навичок раціонального мислення,

покращення усвідомлення й переосмислення етнічної ідентичності, що працює з установками та переконаннями, дозволяє структурувати ціннісні орієнтації, закріплюючи їх через практичні дії, а також розвиває емпатійні здатності шляхом усвідомлення й практики конструктивної міжособистісної взаємодії.

Зважаючи на вищевказане, застосування когнітивно-поведінкових методів у цьому процесі відкриває перспективи для формування гармонійної, рефлексивної та цілісної особистості, здатної до активної участі у житті своєї національної спільноти. В свою чергу інструменти КПТ, такі як когнітивна реструктуризація, рефреймінг і поведінкові експерименти, допомагають гармонізувати когнітивні, емоційні та поведінкові аспекти етнічної ідентичності, розвиваючи самоконтроль, емпатійні здібності та критичне мислення.

Отже, у першому розділі нами здійснено теоретичний аналіз проблеми розвитку національної самосвідомості студентської молоді, що включає вивчення сутностей, понять та особливостей національної самосвідомості; описано ключові особливості формування національної самосвідомості в студентському віці, зокрема обґрунтовано використання засобів когнітивно-поведінкової терапії для розвитку національної самосвідомості.

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ РОЗВИТКУ НАЦІОНАЛЬНОЇ САМОСВІДОМОСТІ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ ЗАСОБАМИ КОГНІТИВНО-ПОВЕДІНКОВОЇ ТЕРАПІЇ

2.1 Опис та обґрунтування методик дослідження

Завдання емпіричного дослідження полягало у дослідженні розвитку особливостей національної самосвідомості студентської молоді засобами когнітивно-поведінкової терапії.

У психологічній науці представлено широкий спектр методик, які використовуються для проведення досліджень в напрямку діагностики складових національної самосвідомості, наприклад: методика «Шкальний опитувальник для дослідження етнічної ідентичності дітей і підлітків» (О.Л. Романова), опитувальник «Індекс толерантності» (Г.У. Солдатова, О.А. Кравцова, О.Є. Хухлаєв, Л.А. Шайгерова), методика «Особистісний питальник» (Г.Ю. Айзенк), методика виявлення «Комунікативних та організаторських здібностей» (КОС – 2), методика «Діагностичний тест ставлень» (ДТС) (Г. У. Солдатова-Кцоєва) [39].

Для практичного дослідження, вирішення поставлених завдань і закріплення досліджуваного матеріалу ми обрали такі методики: «Вимірювання етнічної ідентичності» Дж. Фінні (адаптація В. М. Павленко), «Діагностика рівня емпатійних здібностей» В. Бойко, «Визначення стилю мислення А. Харрісона та Р. Бремсона, «Ціннісні орієнтації» М. Рокіча.

Обрання цих методик зумовлено їхньою доступністю та зрозумілістю для учасників дослідження, а також здатністю надавати релевантну інформацію, яка відповідає меті та завданням нашої роботи.

Розглянемо ці методики детальніше.

Опис методики «Вимірювання етнічної ідентичності» Дж. Фінні (адаптація В. М. Павленко) [39].

Мета: оцінка рівня етнічної ідентичності, аналіз особливостей етнічної самосвідомості, а також визначення ступеня залученості особистості до своєї етнічної групи. Вивчення проявів когнітивного й афективного компонентів етнічної ідентичності.

О. Пилипенко, досліджуючи питання етнічної ідентичності, розглядав її як складний психологічний феномен, що демонструє усвідомлення особистостю своєї приналежності до конкретної етнічної спільноти. Ця належність включає не лише прийняття, але й глибоке усвідомлення культурних, мовних та історичних характеристик даної спільноти, які формують основу її унікальної самобутності [76].

А. Сидоренко визначала поняття етнічної самосвідомості як систему ідей, переконань і емоцій, які формують ставлення індивіда до своєї етнічної спільноти, її ролі в суспільстві та взаємодію з представниками інших етносів. Це багаторівневе психологічне утворення відображається як у самоідентифікації і соціальній взаємодії [90, с. 45].

В. Борисенко, у свою чергу, виділяв розвиток етнічної групи як соціальної спільноти, що історично формувалася на основі спільного походження, єдиної мови, культурних особливостей і традицій. Вона об'єднується почуттям спільноти та ідентичності, яке відрізняє її представників від решти [9].

Опитувальник, розроблений Д. Фінні та адаптований для української вибірки В. Павленко, дозволяє визначити ступінь етнічної самосвідомості за допомогою серії тверджень, які відображають емоційне ставлення, культурні орієнтири та поведінкові прояви, пов'язані з етнічною приналежністю. Опитувальник включає 12 тверджень, які оцінюються за такою шкалою: «абсолютно не погоджуюся» – 1 бал; «швидше не погоджуюся, ніж погоджуюся» – 2 бали; «швидше погоджуюся, ніж не погоджуюся» – 3 бали; «абсолютно погоджуюся» – 4 бали.

Середнє арифметичне балів за усіма твердженнями дозволяє визначити загальний показник прояву етнічної ідентичності. Показником прояву

когнітивного компонента етнічної ідентичності є середнє арифметичне балів за твердженнями 1; 2; 4; 8; 10. В той же час, середнє арифметичне балів за твердженнями 3; 5; 6; 7; 9; 11; 12 допомагає нам визначити показник прояву афективного компонента етнічної ідентичності.

Методика є валідною та надійною, що підтверджено численними емпіричними дослідженнями. Вона зручна у використанні як в індивідуальній, так і в груповій роботі. Методика включає інструкцію, бланк для відповідей, рекомендації з обробки та інтерпретації результатів.

Опис методики «Діагностика рівня емпатійних здібностей» В. Бойко [84, с. 40].

Мета: вивчення здатності до емпатії у міжособистісних стосунках.

І. Коган у своєму авторефераті до дисертації на тему «Емпатія і особливості її розвитку у дітей молодшого шкільного віку» відзначає, що емпатія, у своїх високорозвинених формах, є ключовим психологічним механізмом для осягнення внутрішнього світу іншої людини. Вона лежить в основі формування ефективної стратегії взаємодії. Унікальність емпатійного розуміння проявляється в здатності індивіда віддзеркалювати емоційні стани іншого через власне почуття, яке гармонійно співвідноситься з переживаннями співрозмовника, забезпечуючи глибоке взаємопроникнення у взаємини [54].

Методика «Діагностика рівня емпатійних здібностей» В. Бойка ґрунтується на структурній моделі емпатії, що охоплює когнітивні, емоційні та поведінкові аспекти. Вона представлена у вигляді анкети, що складається з 36 тверджень, на які респондент відповідає «так» чи «ні». Кожне твердження відображає різні аспекти емпатійної поведінки.

Аналізуються показники окремих шкал і загальна сумарна оцінка рівня емпатії. Існує шість шкал, які формують загальний рівень емпатії досліджуваних. Оцінки по кожній шкалі можуть варіюватися від 0 до 6 балів і вказують на значущість конкретного параметра (каналу) у структурі емпатії. Шкальні оцінки виконують допоміжну роль в інтерпретації основного

показника – рівня емпатії. Сумарний показник може теоретично змінюватися в межах від 0 до 36 балів. Значущість кожної шкали наступна:

1. Раціональний канал емпатії характеризує підвищену орієнтацію уваги, сприйняття та мислення індивіда на сутність іншої особи, зокрема на її емоційний стан, проблеми та поведінку.

2. Емоційний канал емпатії фіксує здатність особи співпереживати, вступати в емоційний резонанс з іншим, бути емоційним співучасником. У цьому контексті почуття чуйності виступає як інструмент для «входження» в енергетичне поле партнера.

3. Інтуїтивний канал емпатії характеризує здатність передбачати поведінку інших осіб, діяти за умов обмеженої інформації, спираючись на підсвідомий досвід, що накопичується з часом..

4. Установки, що сприяють емпатії і полегшують дію всіх емпатійних каналів. Емпатія, ймовірно, стає менш ефективною, коли людина намагається уникати особистих контактів, вважає за недоречне виявити інтерес до іншої особи, або переконує себе у необхідності залишитися байдужим до переживання оточуючих.

5. Проникна здатність в емпатії є важливою комунікативною властивістю, що дозволяє створити атмосферу відкритості, довіри та душевної близькості. Кожен індивід своїми діями та ставленням може або сприяти, або перешкоджати інформаційно-енергетичному обміну з партнерами.

6. Ідентифікація є необхідною умовою успішної емпатії, яка може усвідомити інше через співпереживання та поставити себе на місце партнера. Ідентифікація обґрунтовується на гнучкості емоцій, здатності до наслідування та емоційній рухливості.

Отримані відповіді обробляються за допомогою системи підрахунку балів, які групуються в окремі категорії, що характеризують рівень емпатійності: низький, середній або високий. Це дозволяє змінити характеристики нервової реактивності, рівень уваги до інших і здатність до співпереживання. Високий рівень емпатії вказує на глибоку чутливість до

емоцій інших, середній – на помірне розуміння та співпереживання, а низький – на труднощі у встановленому емоційному контакті.

Методика дозволяє виявити рівень емоційного розуміння та здатності до співпереживання, є базовим інструментом для розвитку національної самосвідомості.

Опис методики «Ціннісні орієнтації» М. Рокіча [84, с. 40].

Мета: діагностика ціннісних орієнтацій особистості з метою визначення її ієрархії цінностей. Методика дозволяє виявити ступінь вираженості різних ціннісних орієнтацій у людині.

М. Рокіч розрізняє два типи цінностей: «термінальні» – це переконання, що певна мета в житті є важливим та вартим досягненням, та «інструментальні» – це переконання, що певні якості чи властивості особистості є бажаними та корисними в будь-яких умовах [84, с. 40].

Ціннісні орієнтації можна трактувати як систему свідомого ставлення особистості до різних аспектів її життя, таких як суспільство, групи, праця та сама себе. О. Ямницький стверджував, що ціннісні орієнтації формуються у людини як неминучий та завжди унікальний результат її психічного розвитку. Вони є досить стійкими, однак здатними до внутрішніх коливань і змін [110].

О. Целякова, досліджуючи питання ціннісних орієнтацій, дійшла висновку, що саме вони визначають:

- загальну спрямованість інтересів і прагнень особистості;
- ієрархію індивідуальних вподобань і зразків;
- цільові і мотиваційні програми;
- рівень вподобань;
- уявлення про дійсне і механізми селекції за критеріями значущості;
- міру готовності й рішучості до реалізації власного «проєкту життя»

[104].

Т. Піроженко та Л. Соловйова у своїх дослідженнях висвітлюють ідею, що ціннісні орієнтації є основним фактором, що організовує та регулює

життєву діяльність особистості. Вони визначають рівень суб'єктної активності, здатність до саморозвитку й адаптації до соціальних і практичних умов. Важливо, що ці орієнтації не лише впливають на поведінку, але й на формування взаємин з іншими людьми, її інтелектуальні прагнення та практичну діяльність. Принципи подолання труднощів, прагнення до виходу за межі наявних можливостей є важливим стимулом для розвитку, оскільки забезпечують внутрішній рух до досягнення гармонії та самореалізації. Тому ціннісні орієнтації, як механізм життєвої активності, є основою для формування особистісної зрілості та готовності до адаптації у змінюваних соціальних умовах [105].

Методика складається з 56 тверджень, що охоплюють різноманітні аспекти життєвих цінностей особистості. Вона дозволяє виявити індивідуальні пріоритети в таких сферах, як робота, родина, суспільство, особисте самовдосконалення, матеріальне благополуччя тощо. У тесті використовується шкала Лікерта, де респонденти повинні оцінити кожне твердження за шкалою від 1 до 5 (від «повністю не згоден» до «повністю згоден»).

Тест проходиться без участі дослідника. Учаснику пропонується пройти анкети й оцінити кожне твердження відповідно до його особистих переконань та життєвих пріоритетів. Після цього відбувається підсумовування результатів, що дозволяє визначити структуру ціннісних орієнтацій респондента.

Результати обробляються шляхом визначення, які з цінностей мають вищу оцінку у кожного респондента. Визначаються найбільш значущі цінності для конкретної особистості, що дає змогу зрозуміти мотиваційні аспекти її поведінки.

Методика включає інструкцію для респондента, бланк для відповідей, систему інтерпретації результатів

Опис методики «Визначення стилю мислення А. Харрісона та Р. Бремсона [87].

Мета: визначення стилю мислення А. Харрісона та Р. Бремсона полягає у виявленні домінуючих стилів мислення особистості та створенні індивідуального когнітивного профілю.

Стиль мислення – це сукупність інтелектуальних стратегій, способів, навичок і операцій, що обираються людиною на основі її індивідуальних особливостей, включаючи систему цінностей, мотивацію та риси характеру.

Згідно з концепцією, запропонованою А. Білоусовою, стиль мислення слід розглядати як динамічну та гнучку структуру, яка адаптується до контекстуальних умов, типу завдань та вікових особливостей особистості. Таким чином, індивід не обмежується одним конкретним стилем мислення, а демонструє певний профіль, що включає множинність стилів.

Р. Стернберг запропонував теорію стилів мислення, що базується на концепції ментального самоуправління. Вона передбачає здатність людини ухвалювати рішення, брати на себе відповідальність за свої дії, ефективно розподіляти ресурси, встановлювати для себе правила та оцінювати їх дотримання [120].

Методика визначення стилю мислення А. Харрісона та Р. Бремсона – це інструмент, який розроблений для оцінки різних стилів мислення у людей, зокрема, в контексті когнітивної психології та навчання. Ця методика націлена на визначення того, як індивіди підходять до обробки інформації, прийняття рішень та вирішення проблем.

Вони передбачали, що кожна людина має свій спосіб організації та обробки інформації, який виявляється у різних аспектах життєдіяльності, зокрема в інтелектуальних завданнях, рішеннях і спілкуванні.

Інструментом для оцінки стилю мислення є опитувальник, який містить ряд запитань або тверджень, що дозволяють виявити схильність людини до певного стилю мислення. У опитувальнику зібрано як твердження, так і ситуаційні завдання, на які респондент повинен відповісти, вибираючи той варіант, який найбільше відображає його підхід до вирішення проблем чи аналізу ситуацій.

Загальна кількість балів за кожною шкалою може визначити домінуючий стиль мислення. Результати тесту надають корисну інформацію про те, який стиль мислення переважає у людини, що дозволяє визначити її сильні сторони в навчанні або професійній діяльності.

За методикою А. Харрісона та Р. Бремсона в таблиці 2.1 можна виділити наступну характеристику стилів мислення.

Таблиця 2.1 – Коротка характеристика стилів мислення за методикою «Визначення стилю мислення» А. Харрісона та Р. Бремсона

Стиль мислення	Характеристика
1. Синтетичний	<ul style="list-style-type: none"> – висока чутливість до логічних протиріч у міркуваннях інших; – активне створювання ситуації конфлікту або суперечності для демонстрації власної інтелектуальної автономії та генерування нових ідей. прагнення долати за межі усталених парадигм, щоб ініціювати інноваційні рішення; – схильність до змін, часто заради самих змін, і критично ставляться до рутини, стереотипів, традиційних ідей та авторитетів; – інноваційний підхід до вирішення проблем; – негативне ставлення до узгодженості та шаблонів; – готовність до конфронтації та нових теоретичних підходів; – акцентування уваги на негативних аспектах або ризиках майбутньої діяльності, що дозволяє їм виявляти потенційні помилки і запобігати ухваленню хибних рішень.

2. Ідеалістичний	<ul style="list-style-type: none"> – домінування інтуїтивних, загальних оцінок ситуацій, відсутність зосередження на детальному аналізі фактів або формальній логіці; – фокус на цінностях, мотивах і цілях; – пошук та формулювання індивідуальної та загальної мети та визначення напрямку, причинно-наслідковий зв'язок є рушійною силою діяльності; – врахування соціальних і суб'єктивних факторів, розгляд ситуації в контексті людських відносин і моральних норм, ніж на основі абстрактних фактів; – пошук точок зіткнення між навіть «непримиримими» позиціями, дотримуючись переконання, що люди можуть досягти порозуміння, якщо погодяться щодо спільних цілей; – негативне ставлення до конфліктів; – потреба у відчутті власної користі та важливості в соціумі; – гордість за високі моральні принципи.
3. Прагматичний	<ul style="list-style-type: none"> – орієнтація на особистий досвід та експериментування; – використання наявних ресурсів, що є доступними в даний момент, рідко звертаючись до додаткових джерел, оперативне досягнення результату з орієнтацією на швидку вигоду; – гнучкість у діях, важко прогнозована поведінка, оскільки перевага надається випадковим фактам та ситуаціям; – перевага тактичного мислення. використання альтернативних рішень, щоб уникнути повної невдачі;

	<ul style="list-style-type: none"> – комунікабельність та емпатія; – потреба в соціальному схваленні.
4. Аналітичний	<ul style="list-style-type: none"> – методичний, систематичним, логічним і ретельний підхід до розв’язання проблем, детальні процедури і план, щоб знайти оптимальний шлях досягнення мети; – концентрація на збір максимальної кількості фактів і даних, щоб розробити чіткий і всебічний план дій; – стійкість до невизначеності та хаосу, прагнення до того, передбачуваності навколишнього середовища; – велике значення цінності знань, освіти і навчання; – спрямовання на знаходження логічного рішення через чітко визначені методи; – перфекціонізм та прагнення до досконалості, увага до деталей і ретельне виконання.
5. Реалістичний	<ul style="list-style-type: none"> – впевненість, що для досягнення будь-якої мети важливо спершу узгодити факти та мати чітке розуміння ситуації; – особлива увага ресурсам, зважаючи на їх обмеженість, ефективне використання доступних ресурсів; – мислення спрямоване на конкретність і практичність. Реалісти фокусуються на виправленні ситуацій і корекції дій для досягнення конкретного результату, ставлячи перед собою чіткі та досяжні цілі; – прагнення до обґрунтованих рішень, щоб усі дії були спрямовані на досягнення мети; – уникання непередбачуваних змін, орієнтованість на стабільність та прагнення уникати непередбачуваних змін;

	<ul style="list-style-type: none"> – орієнтація на практичні, швидкі рішення, ніж до ідеального ідеалізованого підходу; – відсутність схильності до абстрактних теоретичних розмірковувань.
--	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Таким чином, нами розглянуто та обґрунтовано п'ять методик, які, на нашу думку, дають можливість всебічно дослідити особливості розвитку національної самосвідомості студентської молоді. Першочергово, використання методу Дельфі дозволяє нам виявити ключові особливості, що впливають на розвиток національної свідомості. Використання модифікованої методики вимірювання етнічної ідентичності Дж. Фіні (в адаптації В. Павленко) забезпечує якісний аналіз рівня етнічної самоідентифікації молоді.

З метою дослідження емпатійного компоненту, що є важливим у процесі соціальної взаємодії та розвитку національної ідентичності, нами була використана методика «Діагностика рівня емпатійних здібностей» В. Бойко.

Дослідження стилів мислення допомагає виявити, чи схильні студенти до прагматичного, аналітичного чи ідеалістичного підходу, що, у свою чергу, впливає на їхнє ставлення до національної ідентичності, здатність до саморефлексії та сприйняття культурного різноманіття. Тому, для виявлення когнітивних особливостей студентів, які впливають на їхній світогляд ми обрали методику «Визначення стилю мислення» А. Харрісона та Р. Бремсона.

Водночас, методика «Ціннісні орієнтації». М. Рокіча дозволяє нам оцінити ієрархію цінностей студентської молоді, яка є основою для розвитку національної самосвідомості.

Отже, комплексне використання цих методик в нашому емпіричному дослідженні забезпечить глибоке розуміння особливостей розвитку національної самосвідомості студентської молоді та дозволить отримати достовірні результати, що необхідні для розробки ефективних підходів до виховання патріотизму та соціальної відповідальності в сучасних умовах.

2.2 Аналіз та узагальнення отриманих даних

Дослідження проводилося на базі Комунального закладу фахової передвищої освіти «Івано-франківський медичний фаховий коледж» Івано-франківської обласної ради. Експериментальну вибірку складають 42 студенти ІV курсу, спеціальності 223 «Медсестринство», з них 21 юнак та 21 дівчина віком від 17 до 20 років.

Кожному досліджуваному було надано бланки з п'ятьма методиками, опис яких наведено вище. Обробка даних здійснювалась спільно у чоловічій і жіночій підвбірках. Першочергово був проведений метод Делфі, метою його використання було визначення студентами особливостей розвитку національної самосвідомості. За результатами діагностики було визначено такі особливості: критичне мислення, емпатійні здібності, ціннісні орієнтації, етнічна ідентичність. Подальший етап передбачав дослідження вищезначених особливостей.

Розглянемо детальніше результати за кожною методикою.

Методика «Діагностика рівня емпатійних здібностей» В. Бойко дозволяє оцінити здатність студентів до розуміння емоцій інших людей, що є важливим компонентом міжособистісної взаємодії. У контексті розвитку національної самосвідомості студентської молоді рівень емпатійних здібностей може суттєво впливати на їхню здатність усвідомлювати ідентичність своєї нації, співпереживати та підтримувати культурні і соціальні цінності.

Результати дослідження продемонстровані на рисунках 2.1 (загальний рівень) і 2.2 (значущість конкретного параметра (каналу)).

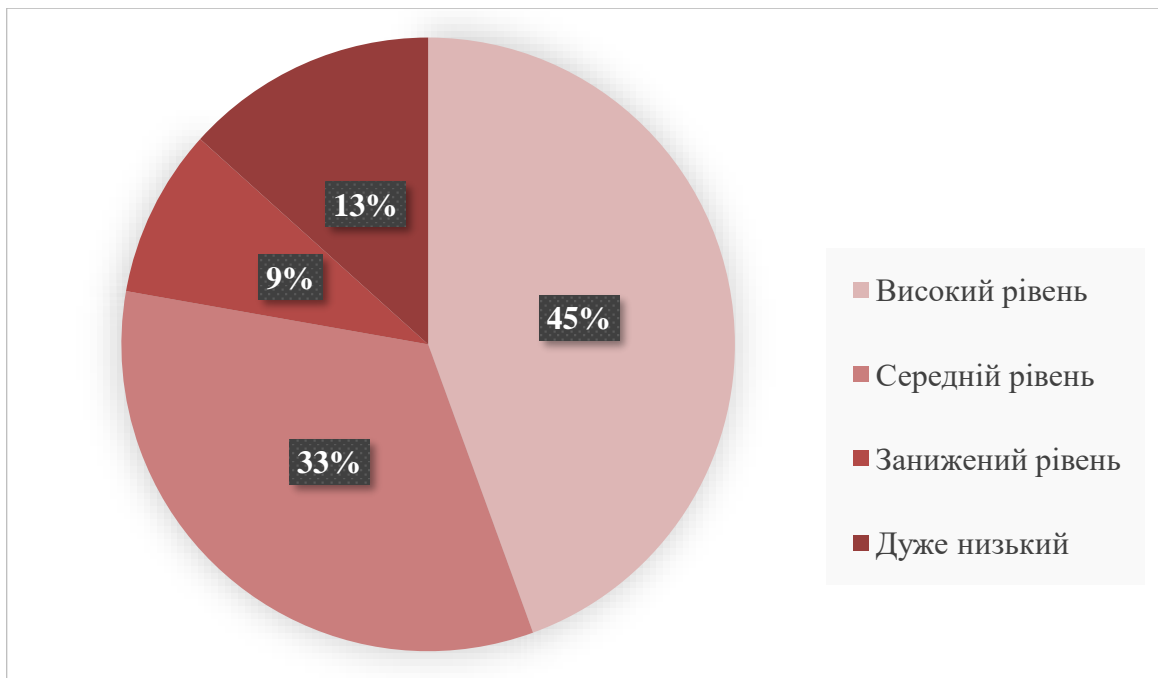


Рисунок 2.1 – Рівні емпатійних здібностей студентської молоді за методикою «Діагностика рівня емпатійних здібностей» В. Бойко, %

Як видно з отриманих результатів (рис. 2.1), 45% студентів IV курсу спеціальності 223 «Медсестринство» мають середній рівень емпатійних здібностей. Це свідчить про їхню здатність до помірного емоційного залучення, що сприяє раціональному підходу до аналізу соціальних і культурних аспектів національної ідентичності. Студенти зі середнім рівнем емпатії зазвичай демонструють здатність розуміти цінності інших членів національної спільноти без надмірного емоційного напруження. Це дозволяє їм зберігати професійну дистанцію, що важливо у ситуаціях, які потребують зваженого ставлення до соціальних чи політичних питань.

Високий рівень емпатійних здібностей у 33% досліджуваних свідчить про активну здатність до співпереживання та глибокого розуміння емоційних станів інших людей. Студенти з високою емпатією, ймовірно, проявляють більшу чутливість до культурних традицій, історичних подій та проблем, з якими стикається нація. Це сприяє формуванню сильного почуття єдності з національною спільнотою та готовності до активної участі у громадських і волонтерських заходах.

Водночас у 13% респондентів виявлено низький рівень емпатійних здібностей, а в 9% – дуже низький рівень. Такі результати свідчать про труднощі у сприйнятті емоцій інших людей, що потенційно впливає на їхню здатність усвідомлювати спільні національні цінності та проблеми. Вони можуть мати обмежений інтерес до соціальної взаємодії, що ускладнює їхню інтеграцію у національну спільноту. Для таких студентів необхідно організувати додаткові заходи, спрямовані на розвиток емпатії та міжособистісної чутливості, що сприятиме їхній активнішій участі у житті суспільства.

Результати дослідження, подані на рисунку 2.2, демонструють різноманітність домінуючих каналів емпатії серед студентів, кожен із яких по-різному впливає на формування та зміцнення національної самосвідомості.

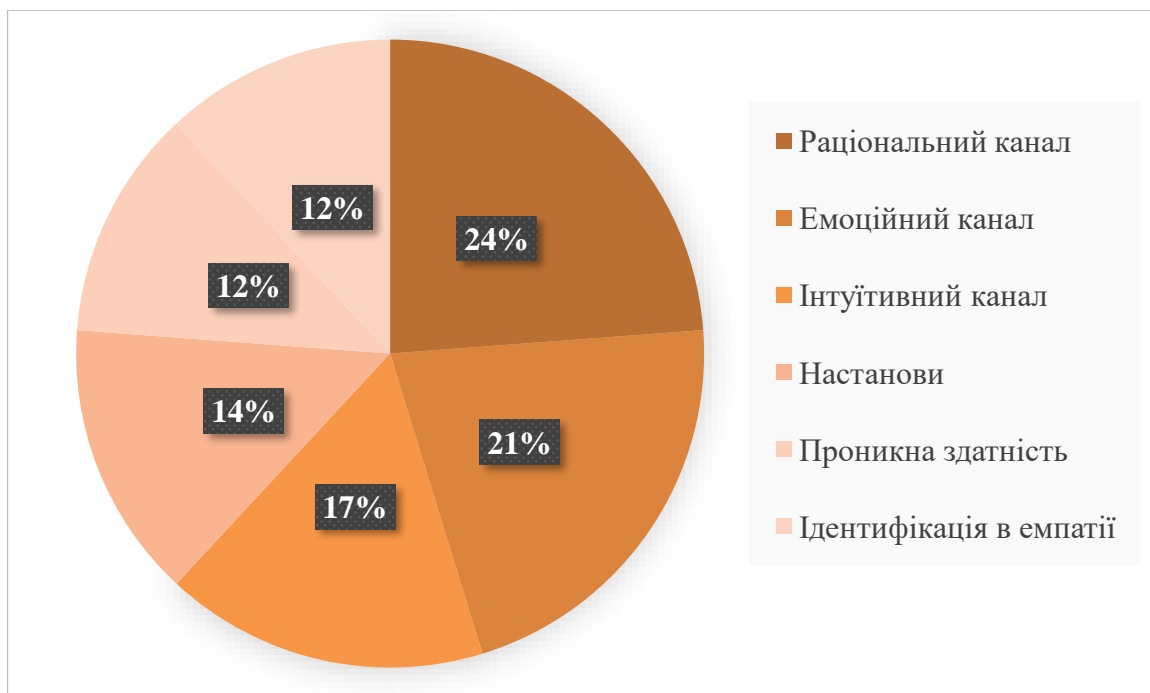


Рисунок 2.2 – Показники домінування конкретного параметру (каналу) у структурі емпатії, %

Раціональний канал, як видно з рис. 2.2, виявлено у 24% студентів, що свідчить про схильність до логічного аналізу емоційних станів інших людей та раціонального підходу до вирішення міжособистісних ситуацій. Раціональний підхід сприяє критичному осмисленню історичних, культурних

і соціальних явищ, що формують національну ідентичність. Такі студенти можуть об'єктивно оцінювати виклики, що стоять перед нацією, та шукати зважені шляхи їхнього подолання. Вони частіше демонструють конструктивну громадянську позицію.

Домінування емоційного каналу в 21% студентів свідчить про глибоке співпереживання, емоційне включення в переживання інших і здатність підтримувати людей у складних ситуаціях. Емоційно чутливі студенти частіше асоціюють себе з національною спільнотою через переживання спільного досвіду (історичних подій, криз, перемог). Вони здатні щиро співпереживати проблемам нації та активно залучатися до соціальних ініціатив, що спрямовані на підтримку спільноти.

Інтуїтивний канал переважає у 17% досліджуваних, що свідчить про вміння розпізнавати емоційні стани інших інтуїтивно, без усвідомленого аналізу. Інтуїтивне розуміння допомагає цим студентам легко відчувати «національний дух» і гармонійно інтегруватися у культурні традиції. Вони можуть бути хорошими посередниками у міжкультурній комунікації та сприяти збереженню гармонії всередині національної спільноти.

Настанови, що сприяють емпатії, є домінуючими у 14% студентів. Це вказує на сформовану установку щодо підтримки та розуміння інших, що проявляється у готовності допомагати та співпереживати. Настанова на допомогу та підтримку сприяє їхній готовності брати активну участь у волонтерських і громадських заходах. Такі студенти можуть стати ініціаторами проєктів, спрямованих на збереження та розвиток національної ідентичності, включаючи культурні, освітні або соціальні ініціативи.

Проникна здатність до емпатії спостерігається у 12% студентів. Такі студенти здатні проникати в глибокі почуття й переживання інших, виявляючи емоційну гнучкість і відкритість. Проникливість дозволяє таким студентам краще розуміти глибокі причини соціальних явищ та емоційний стан нації. Вони можуть стати ефективними комунікаторами у ситуаціях національної кризи, сприяючи згуртуванню та підтримці морального духу.

Студенти, у яких домінує Ідентифікація в емпатії (12%), мають здатність «примірювати» чужі ситуації на себе, глибоко розуміючи переживання інших через особистісне ототожнення. Схильність до ідентифікації допомагає цим студентам краще усвідомлювати національну історію через особистісний досвід. Вони відчують сильний зв'язок із національними героями, культурними символами, що сприяє формуванню почуття гордості та відповідальності за націю.

Таким чином, рівень емпатійних здібностей студентів значною мірою впливає на якість їхнього усвідомлення себе як частини національної спільноти та здатність діяти на користь своєї нації, а для цілеспрямованого розвитку національної самосвідомості важливо враховувати індивідуальні особливості кожного студента та адаптувати навчальні й виховні заходи відповідно до їхніх домінуючих каналів емпатії.

Методика «Ціннісні орієнтації» М. Рокіча була застосована для дослідження пріоритетів майбутніх фахівців спеціальності Медсестринство, що визначають їх поведінку, мотивацію та життєві стратегії. Результати дослідження представлені на рисунках 2.3. і 2.4.

Так, на діаграмі (рис. 2.3) представлені результати рейтингу термінальних цінностей студентської молоді.

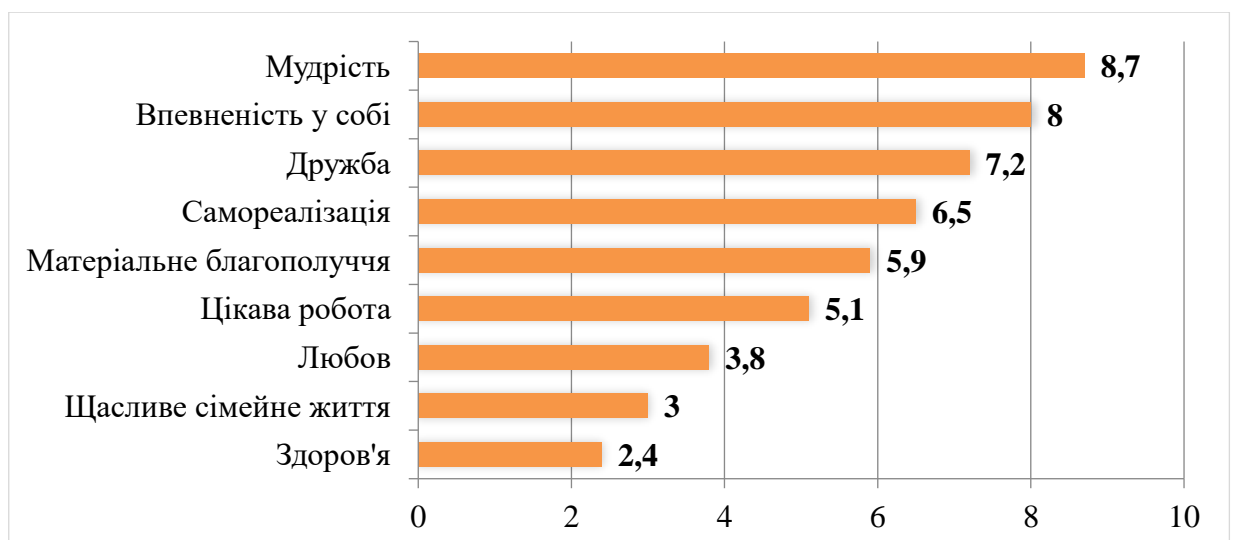


Рисунок 2.3 – Середній показник ранжування термінальних цінностей студентської молоді, в балах

Виходячи з отриманих даних, представлених на рис. 2.3, результати дослідження середнього рангу термінальних цінностей демонструють, що студенти пріоритетно оцінюють здоров'я та міцні сімейні стосунки. Найбільш значущою цінністю для майбутніх фахівців медичної сфери є здоров'я, яке займає перше місце у ранговому списку. Це свідчить про високу пріоритетність фізичного та психічного благополуччя, що природно для молодих людей, особливо в контексті їхньої професійної підготовки в галузі медицини. На другому місці знаходиться щасливе сімейне життя, що вказує на орієнтацію студентів на гармонійні стосунки в сім'ї як важливий компонент життєвого благополуччя. Любов, яка посіла третє місце, підкреслює значущість емоційної близькості та романтичних стосунків.

Цікава робота, що займає четверту позицію, свідчить про прагнення до професійної самореалізації та виконання діяльності, яка приносить задоволення. Матеріальне благополуччя, розташоване на п'ятій позиції, демонструє помірну важливість фінансової стабільності в системі цінностей студентів. Водночас самореалізація, дружба та впевненість у собі знаходяться у середньому діапазоні рангової шкали, що говорить про їхню роль як важливих, але не домінуючих цінностей.

Менш значущими виявилися мудрість і свобода, які займають найнижчі позиції в списку. Це може свідчити про те, що студенти більше орієнтовані на практичні аспекти життя, ніж на філософські та індивідуалістичні ідеали.

Загалом результати дослідження свідчать про баланс між фізичним, емоційним та соціальним благополуччям у ціннісній структурі студентів. Ці орієнтації сприяють формуванню національної самосвідомості через підтримку культурних традицій, розвиток соціальної відповідальності та залучення до спільної мети національного розвитку. Майбутні медичні фахівці, орієнтуючись на свої цінності, здатні здійснювати зміни, спрямовані на підвищення якості життя своєї нації та зміцнення її духовної єдності.

Результати рейтингу інструментальних цінностей майбутніх медичних фахівців за методикою «Ціннісні орієнтації» М. Рокіча продемонстровані на рисунку 2.4.

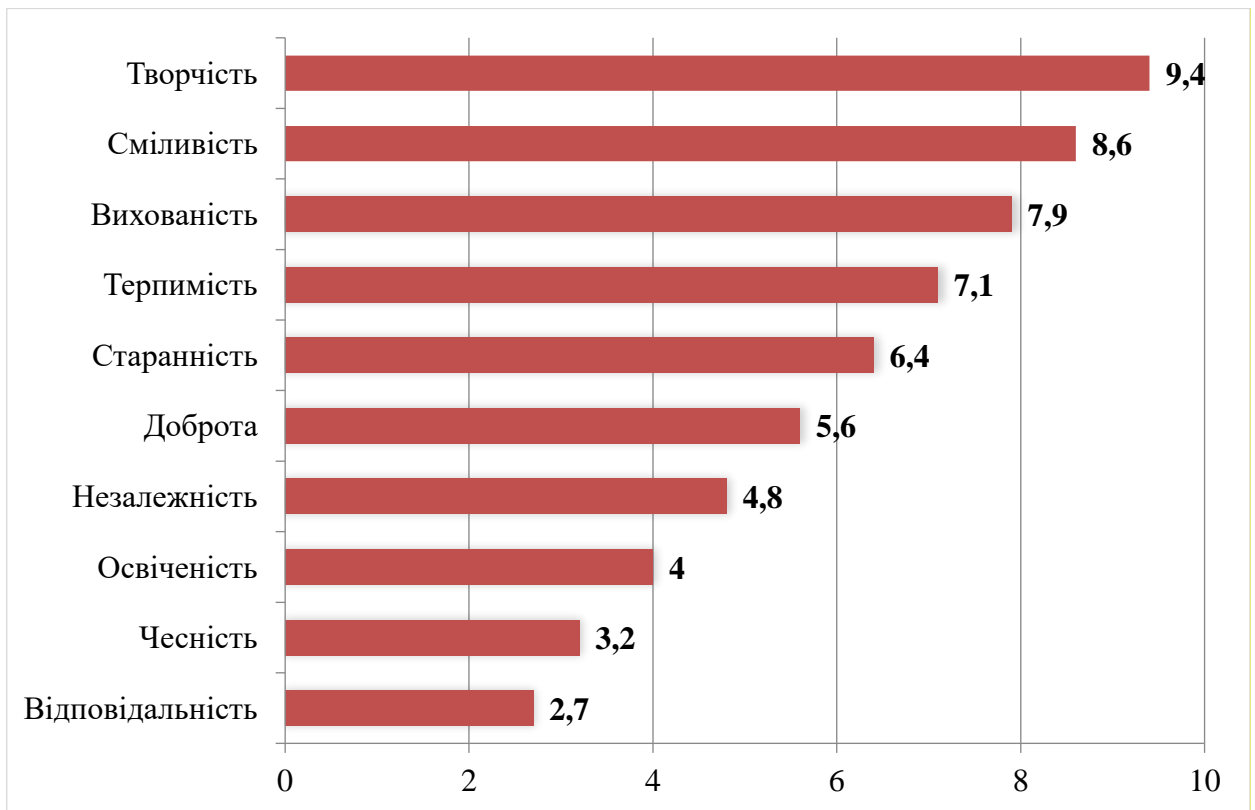


Рисунок 2.4 – Середній показник ранжування інструментальних цінностей майбутніх медичних фахівців, в балах

Як показують результати, отримані за методикою М. Рокіча (рис. 2.4), найбільш значущою інструментальною цінністю для студентів є відповідальність, яка посіла перше місце у рейтингу. Це вказує на високу значущість обов'язковості, дисциплінованості та готовності брати на себе зобов'язання, що є важливими як для професійної діяльності, так і для міжособистісних відносин. На другій позиції знаходиться чесність, яка підкреслює важливість щирості та відкритості у спілкуванні. Освіченість, що посіла третє місце, свідчить про прагнення студентів до знань та саморозвитку.

Незалежність, що займає четверту позицію, демонструє прагнення до автономності та самостійності в ухваленні рішень. Доброта, яка знаходиться на п'ятому місці, вказує на орієнтацію студентів на гуманність, емпатію та

позитивне ставлення до інших. Менш значущими, але все ще важливими, є такі цінності, як старанність, терпимість і вихованість, які займають середні позиції у рейтингу. Це свідчить про прагнення до підтримки гармонійних стосунків у колективі та готовність до співпраці.

На найнижчих позиціях розташувалися сміливість і самоконтроль. Це може свідчити про те, що здобувачі освіти в меншій мірі акцентують увагу на ризикованих діях або жорсткому контролю своїх емоцій і поведінки.

Загалом результати дослідження свідчать про високу орієнтацію студентів на етичні, соціальні й професійні цінності, які є основою національної самосвідомості. Відповідальність, чесність і доброта формують етичну базу, а освіченість і незалежність сприяють саморозвитку та активній громадянській позиції. Ці цінності створюють основу для формування національної ідентичності, забезпечуючи зв'язок між особистісними пріоритетами та загальнонаціональними ідеалами.

Результати дослідження стилів мислення студентів за методикою «Визначення стилю мислення» А. Харрісона та Р. Бремсона, представлені на рисунку 2.5, свідчать про різноманіття когнітивних підходів до вирішення завдань серед молоді. Ці стилі мислення мають значний вплив на формування національної самосвідомості, адже кожен із них визначає спосіб осмислення національних цінностей, культурного спадку та соціальної відповідальності.

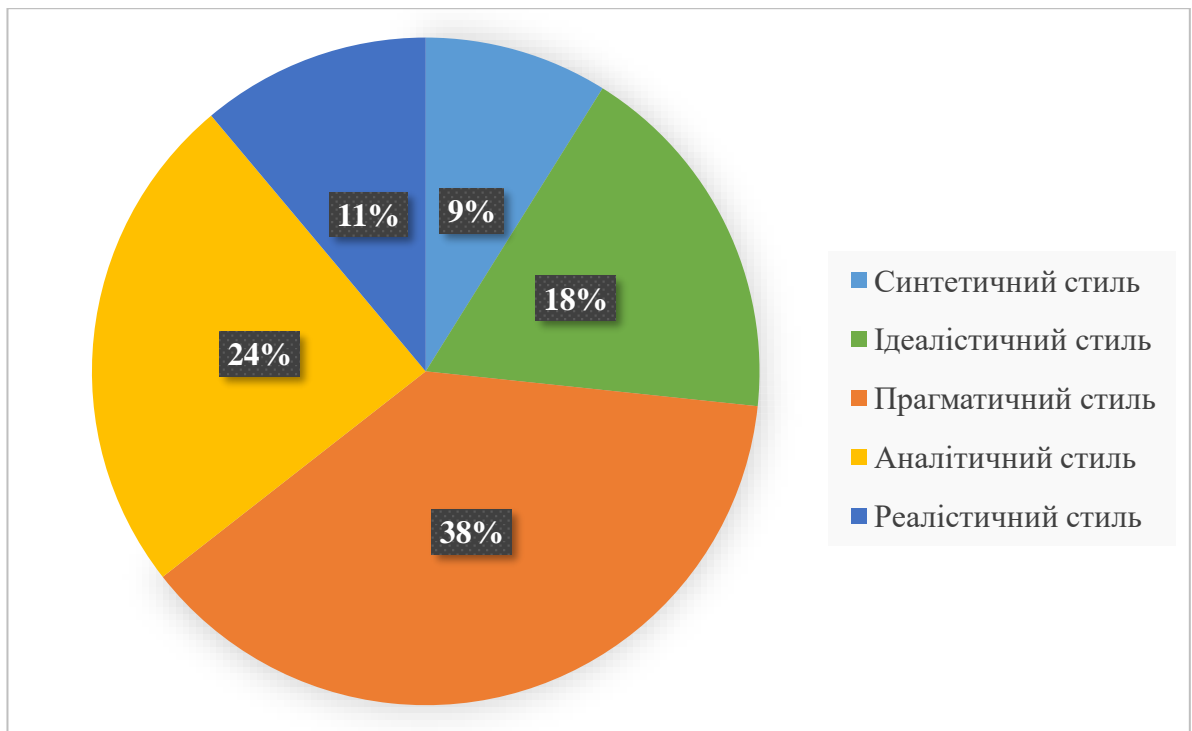


Рисунок 2.5 – Показники домінуючого стилю мислення за методикою «Визначення стилю мислення» А. Харрісона та Р. Бремсона, %

Як видно з рисунку 2.5, за результатами методики «Визначення стилю мислення» А. Харрісона та Р. Бремсона, у 38% студентів IV курсу переважає прагматичний стиль мислення. Це свідчить про орієнтацію на конкретні дії, ефективне вирішення завдань та досягнення практичних результатів. Такий стиль мислення сприяє активному залученню здобувачів освіти до реалізації соціальних і громадських проєктів, що спрямовані на розвиток національної ідентичності. Такі студенти здатні ефективно втілювати патріотичні ініціативи, долучатися до волонтерських рухів і сприяти розв'язанню актуальних проблем, що постають перед суспільством.

У 24% досліджуваних виявлено аналітичний стиль мислення, що характеризується ретельним аналізом інформації, систематичністю у вирішенні завдань та обґрунтованістю прийняття рішень. Студенти з аналітичним стилем мислення часто виступають як дослідники національної історії та культури. Вони здатні критично оцінювати події минулого та

теперішнього, формувати обґрунтовані погляди на роль нації у світовому контексті, а також розробляти стратегії розвитку суспільства.

Ідеалістичний стиль мислення спостерігається у 18% респондентів. Він характеризується здатністю до швидкого прийняття рішень на основі передчуттів та інтуїції, що є важливим у непередбачуваних ситуаціях, характерних для медичної сфери. Ідеалістичне мислення майбутніх фахівців медичної сфери сприяє формуванню високих моральних цінностей і активному відстоюванню ідеалів справедливості, свободи та незалежності. Такі студенти можуть бути натхненниками рухів, які мають на меті відродження національної культури або боротьбу за суспільну рівність.

Лише 11% здобувачів освіти мають реалістичний стиль мислення, який характеризується прагненням до об'єктивного сприйняття дійсності та прийняття раціональних рішень. Студенти з реалістичним мисленням сприяють збереженню стабільності та впровадженню раціональних підходів до вирішення національних питань. Вони здатні забезпечувати баланс між ідеалістичними прагненнями й практичними можливостями суспільства.

Найменш поширеним є синтетичний стиль, який виявлено у 9% опитаних. Цей стиль вказує на здатність інтегрувати різні ідеї, шукати нестандартні рішення та створювати нові підходи до вирішення проблем. Носії синтетичного стилю мислення є генераторами нових ідей у сфері збереження та популяризації національної культури. Вони можуть запропонувати інноваційні підходи до вирішення соціальних і культурних викликів, інтегруючи сучасні технології та традиційні цінності.

Узагальнюючи результати за методикою «Визначення стилю мислення», можна зазначити, що у більшості студентів домінує прагматичний, аналітичний та ідеалістичний стилі мислення, що свідчить про їхню здатність активно сприяти розвитку національної самосвідомості через практичну діяльність, критичне осмислення історичного досвіду та відстоювання ідеалів. Реалістичний стиль забезпечує стійкість і стабільність у національному розвитку, а синтетичний – креативність і інноваційний підхід. Отже, для

максимального залучення молоді до формування національної самосвідомості важливо враховувати їхні когнітивні особливості та спрямовувати освітні програми на розвиток різних стилів мислення у контексті національної ідентичності.

Для визначення рівня усвідомлення, емоційної залученості та поведінкових аспектів, пов'язаних з етнічною приналежністю особистості, використовувалась «Методика вираженості етнічної ідентичності» Д. Фінні. Вона дозволяє оцінити, наскільки респондент ідентифікує себе з певною етнічною групою, як сприймає її культуру, цінності та традиції (рис. 2.6), а також які емоційні та когнітивні реакції це викликає (рис. 2.7).

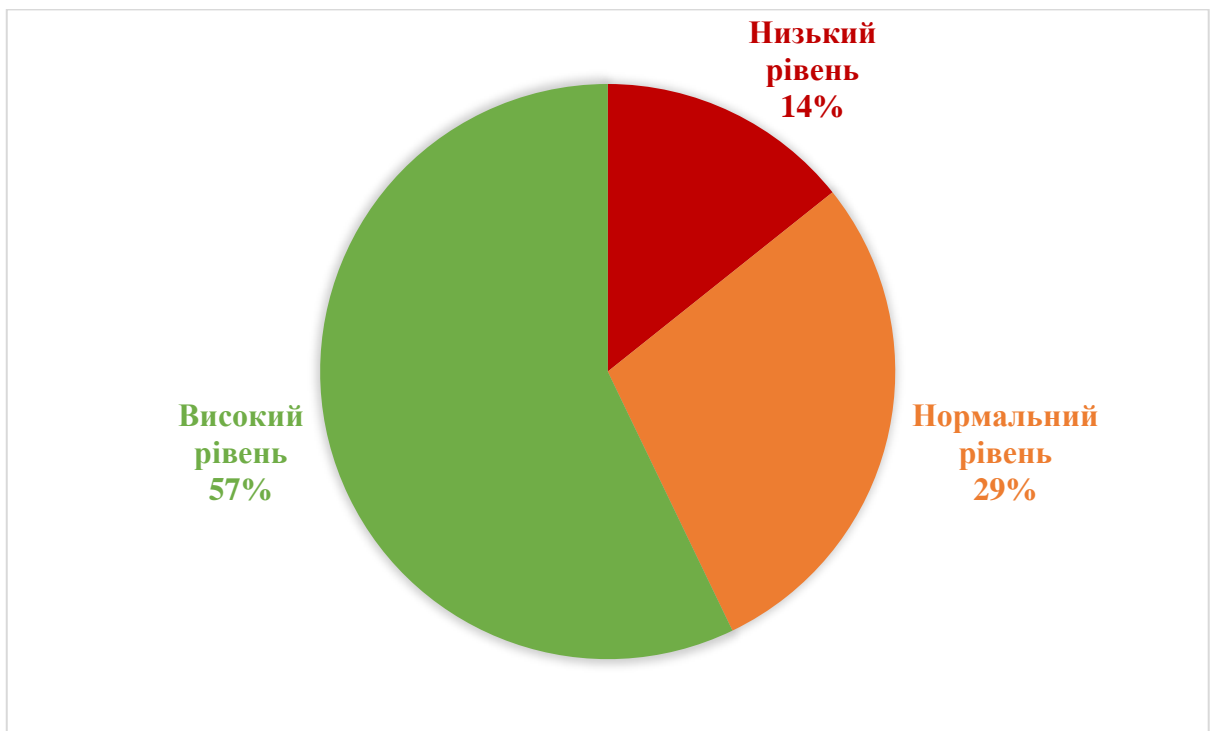


Рисунок 2.6 – Показники вираженості етнічної ідентичності студентів спеціальності «Медсестринство» «Методика вираженості етнічної ідентичності» Д. Фінні, %

Результати дослідження, представлені на рис. 2.6 демонструють вираженість етнічної ідентичності серед студентів IV курсу спеціальності 223 «Медсестринство», що відображає рівень їхньої самосвідомості у контексті етнічної приналежності.

Високий рівень вираженості етнічної ідентичності виявлено у 24 студентів (57%), що свідчить про глибоке усвідомлення своєї етнічної приналежності та демонструють сильний емоційний зв'язок із національною культурою, традиціями та цінностями. Ці студенти мають чітке розуміння своєї етнічної групи та відчують емоційну прив'язаність до своєї культури, що сприяє формуванню позитивного національного самосприйняття.

Середній рівень вираженості етнічної ідентичності характерний для 12 студентів (29%). Майбутні фахівці з середнім рівнем мають помірне усвідомлення своєї етнічної приналежності, що виражається через орієнтацію на знання про національну культуру, але меншою емоційною залученістю. Цей рівень є базою для подальшого розвитку національної самосвідомості, хоча він вимагає додаткових зусиль для посилення емоційного зв'язку із культурними цінностями.

Низький рівень вираженості етнічної ідентичності зафіксовано у 6 студентів (14%). Це свідчить про відсутність вираженої емоційної прив'язаності до етнічної культури або глибокого інтелектуального усвідомлення її значущості. Такі здобувачі вищої освіти можуть демонструвати недостатній інтерес до національних традицій і культурної спадщини, що може бути наслідком впливу глобалізаційних процесів або соціальних факторів.

Таким чином, більшість студентів має високий або середній рівень вираженості етнічної ідентичності, що демонструє високий потенціал для подальшого розвитку національної самосвідомості та посилення емоційного зв'язку з культурними традиціями. Натомість низький рівень у студентів вказує на потребу в додаткових освітніх і виховних програмах.

Друга частина методики Д. Фінні спрямована на вивчення проявів когнітивного й афективного компонентів етнічної ідентичності студентів спеціальності «Медсестринство». Результати проілюстровані на рисунку 2.7.

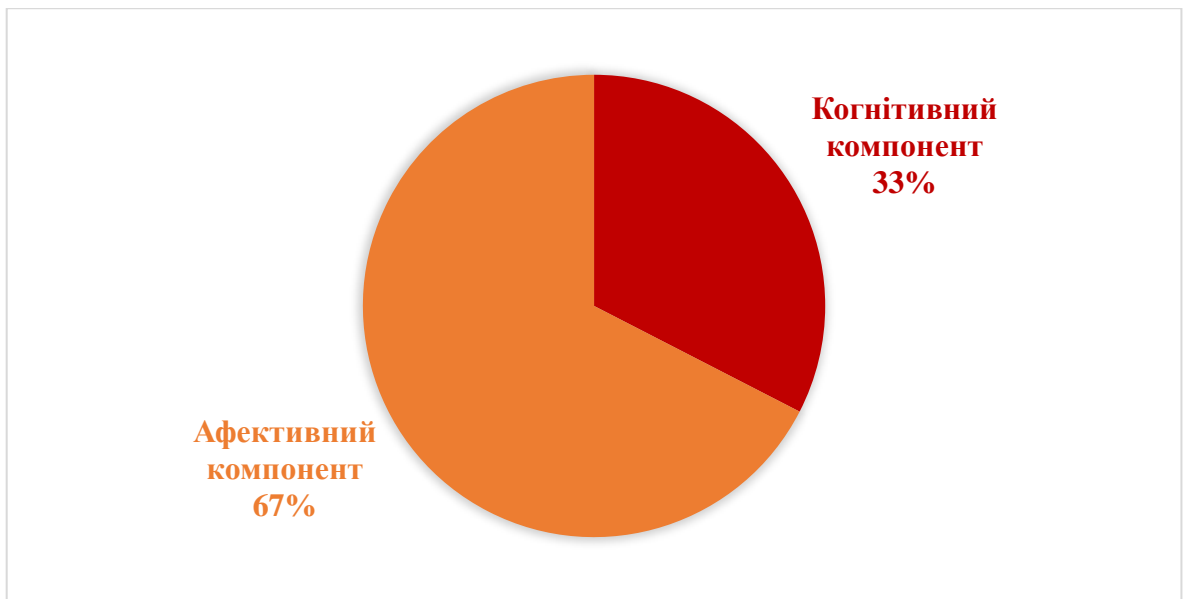


Рисунок 2.7 – Показники субшкал етнічної ідентичності студентів спеціальності Медсестринство «Методики вираженості етнічної ідентичності» Д. Фінні, %

Згідно з отриманими даними, домінуючим компонентом етнічної ідентичності у студентів є афективний компонент, що вказує на високий рівень емоційного зв'язку з етнічною групою. Афективний компонент етнічної ідентичності був виявлений як домінуючий у 28 студентів (67%). Цей результат свідчить про сильну емоційну прив'язаність до своєї етнічної групи, що включає: почуття гордості за національну приналежність, емоційне задоволення від належності до своєї культури, позитивне ставлення до національних традицій, символів та цінностей. Такий емоційний зв'язок із культурною спадщиною є важливим фактором у формуванні стійкої національної самосвідомості, адже саме емоційна прив'язаність сприяє збереженню етнокультурної ідентичності навіть у складних умовах глобалізації та соціальних змін.

Когнітивний компонент етнічної ідентичності домінує у 14 студентів (33%). Ця група демонструє раціональний підхід до усвідомлення своєї етнічної приналежності, що виявляється в знаннях про історію, культуру, традиції та цінності своєї нації, усвідомленні ролі етнічної спільноти у

власному житті, менш вираженій емоційній залученості. Переважання когнітивного компонента у здобувачів освіти свідчить про інтелектуальне осмислення національної ідентичності, але може вказувати на потребу у формуванні більш глибокого емоційного зв'язку з етнокультурною групою.

Загалом, переважання афективного компонента серед більшості студентів може свідчити про позитивне ставлення до своєї етнічної групи та національної ідентичності, що створює міцну основу для збереження культурних традицій і національного самовираження.

Отже, результати дослідження підтверджують важливість інтеграції емоційного та когнітивного компонентів у процес формування етнічної ідентичності студентської молоді для зміцнення їхнього національного самовизначення.

Таким чином, результати застосування методик, спрямованих на вивчення ціннісних орієнтацій, етнічної ідентичності та інших складових особистісного розвитку студентської молоді, свідчать про наявність потужного потенціалу для формування національної самосвідомості, але водночас виявляють певні аспекти, які потребують цілеспрямованої корекції та розвитку. З огляду на виявлені тенденції, доцільно розробити тренінгову програму розвитку національної самосвідомості студентської молоді із застосуванням підходів когнітивно-поведінкової терапії. Засоби когнітивно-поведінкової терапії дозволять гнучко поєднати саморефлексію, опрацювання стереотипів і формування конструктивної поведінки, що сприятиме інтеграції національної свідомості в особистісний і професійний розвиток студентів.

2.3 Тренінгова програма з розвитку національної самосвідомості студентської молоді засобами когнітивно-поведінкової терапії

Нагальність тренінгової програми з розвитку національної самосвідомості студентської молоді із застосуванням когнітивно-поведінкової терапії (КПТ) обумовлена сучасними соціально-політичними викликами та психологічними особливостями юнацького віку.

У теперішніх умовах, коли Україна стикається з загрозами територіальній цілісності, державній незалежності та національній ідентичності, особливо важливо формувати у молоді стійку національну самосвідомість. Це сприяє розвитку активної громадянської позиції, готовності до захисту суверенітету та збереженню демократичних цінностей.

В. Лефтеров, Ю. Форманюк, Т. Третьякова визначають поняття тренінгу, як організовані заняття, метою яких є розвиток у учасників конкретних знань, умінь і навичок, покращення особистісних якостей та підвищення ефективності їхньої діяльності через активні методи навчання та практичну діяльність.

Загальні стадії та закономірності тренінгової роботи включають три основні етапи: початок, основну частину та завершення. Іноді ці стадії описуються як:

- 1) Підготовка (активація).
- 2) Засвоєння нового матеріалу (внесення змін).
- 3) Закріплення результатів (стабілізація) [62, с. 15].

Принципи організації тренінгової роботи, визначені та обґрунтовані такими дослідниками, як К. Роджерс, Ф. Перлз, Е. Берн, та ін., передбачають створення умов для розвитку особистісних і професійних якостей учасників, підвищення їхньої самосвідомості та вдосконалення міжособистісних навичок.

Принципи тренінгової роботи визначають не тільки структуру навчального процесу, але й спосіб взаємодії з учасниками. Вони допомагають

створити навчальне середовище, яке заохочує до активної участі, забезпечує розвиток і підтримує ефективне засвоєння нових знань і навичок. Головною метою є досягнення змін у поведінці та розумінні учасників, створення умов для їхнього особистісного та професійного зростання.

Можна виділити наступні універсальні принципи тренінгової роботи:

- Активність учасників: тренінг має бути орієнтований на активну участь усіх членів групи.
- Врахування індивідуальних особливостей учасників, таких як рівень розвитку, мотивація, потреби та інтереси, дозволяє зробити тренінг максимально ефективним для кожного учасника.
- Створення атмосфери довіри та підтримки в групі аби відчувати себе комфортно, вільний простір для висловлювання своїх думок і почуттів, а також для ефективної роботи над зміною ставлень і переконань.
- Регулярний зворотний зв'язок є важливою складовою тренінгового процесу, оскільки він дозволяє учасникам усвідомити свої сильні сторони та області для вдосконалення.
- Зосередження уваги на розвитку учасників через саморефлексію, зміни у мисленні та поведінці;
- Опанування практичних навичок і дій, що учасники можуть застосувати в реальному житті.

При складанні тренінгових програм варто дотримуватись усіх етапів циклу Д. Колба. Основна ідея цієї моделі полягає в тому, що для засвоєння нових знань або будь-яких навичок, доросла людина повинна подолати чотири етапи: безпосередній досвід, рефлексія, (ре)концептуалізація та практика. При розробці програми важливо звернути увагу на те, які елементи тренінгу активізують кожен етап цього циклу, чи мають вони достатній корекційний та розвивальний ефект, а також чи правильно розподілений час для кожного з них. Учасники повинні мати можливість не тільки пізнати себе і свою

поведінку, але й через вправи та ігри відкрити нові грані свого «Я» і спробувати себе в нових ролях [51].

Емпіричне дослідження підкреслило, що для успішного розвитку національної самосвідомості варто акцентувати увагу на покращенні: критичного мислення, емпатії, етнічної ідентичності, ціннісних орієнтацій.

Мета тренінгової програми полягає у розвитку особливостей національної самосвідомості шляхом усвідомлення власної ідентичності, формування цінностей, розуміння історичного, культурного та соціального контексту української нації за допомогою когнітивно-поведінкових засобів.

Завдання тренінгової програми:

1. Розвинути у студентів усвідомлення власної національної та етнічної ідентичності.
2. Сформувати позитивне ставлення до національних цінностей, традицій та культури шляхом роботи з ціннісними орієнтаціями.
3. Розвинути навички критичного мислення у відношенні до стереотипів та дезінформації.
4. Опанувати розвиток емпатійних здібностей та управління емоційними реакціями на виклики, пов'язані з національною ідентичністю.

Форма: офлайн (8 – 10 студентів).

Кількість зустрічей: 8 занять.

Тривалість занять: кожне – 80 хв.

Очікуваний результат:

- формування позитивних, національно направлених ціннісних орієнтацій;
- розвиток критичного мислення;
- розвиток навичок самоконтролю та регулювання емоцій;
- зміцнення етнічної ідентичності;

– практичне застосування отриманих знань, розробка та виконання власних дії, спрямованих на посилення національної самосвідомості у своєму середовищі;

Тренінгова програма (Додаток А) включає сукупність підібраних вправ і технік, спрямованих на досягнення таких цілей, як усвідомлення своєї національної ідентичності, поглиблення розуміння власного культурного коріння, формування почуття гордості за національні цінності, а також розвиток емоційної стійкості у складних соціальних ситуаціях.

Окрім цього, програма сприяє формуванню навичок критичного мислення, розвиває здатність до конструктивного діалогу, а також вчить знаходити ефективні рішення в умовах міжкультурних взаємодій. Учасники матимуть змогу рефлексувати над своїми переконаннями, планувати особистісний розвиток у напрямку збереження і популяризації національних традицій, приймати відповідальність за свої дії та конструктивно впливати на зміцнення національної свідомості у своєму середовищі. Ця програма особливо корисна для студентів закладів передвищої та вищої освіти, для розвитку особливостей національної самосвідомості. Хронометраж вправ тренінгової програми висвітлено в таблиці 2.2.

Таблиця 2.2 – Хронометраж вправ тренінгової програми

№ з/п	Зміст діяльності	Необхідні матеріали	Час/хв.
Заняття 1. Знайомство			
	Відкриття	-	5
	Обговорення організаційних моментів	-	5
1.1	Вправа «Привітання»	маркери, папір	5
1.2	Вправа «Психоедукація»	аркуші паперу, ручки, олівці	15
1.3	Вправа «Національна ідентичність та її значення»	презентація, маркери	25

1.4	Вправа «Привіт, Україно, Я твій громадянин»	аркуші паперу, ручка	15
1.5	Вправа «Зворотній зв'язок»	-	5
Заняття 2. Цінності-наш шлях			
	Привітання	-	5
2.1	Дискусія «Які цінності роблять унікальними?»	аркуш паперу, маркери	10
2.2	Вправа «Сократівський діалог»	-	10
2.3	Вправа «Історія у дзеркалі»	проектор, відеоматеріали	10
2.4	Вправа «Ціннісна карта»	аркуші А3, кольорові фломастери, наклейки	20
2.5	Вправа «Роль традицій у сучасному суспільстві»	фліпчарт, маркери	10
2.6	Вправа «Ментальний міст»	перелік національних символів	10
2.7	Вправа «Зворотній зв'язок»	-	5
Заняття 3. Розвиток та відновлення			
	Привітання	-	5
3.1	Вправа «Впізнай стереотип»	маркери, аркуші паперу, ручка	20
3.2	Вправа «Факт чи міф?»	картки з твердженнями	10
3.3	Вправа «Розпізнай упередження»	ситуаційні картки	15
3.4	Вправа «Слово нації»	таблиця з популярними словами	15
3.5	Вправа «Ідентифікація НАДів. Щоденник запису думок»	маркери	10
3.6	Вправа «Зворотній зв'язок»		5
Заняття 4. Почуття, що роблять нас сильнішими			
	Привітання	-	5
4.1.	Вправа «Як я відчуваю емоції?»	фліпчарт, аркуш паперу, кольорові маркери	10
4.2	Вправа «Взуття іншої людини»	картки з ситуаціями	20

4.3	Вправа «Як керувати емоціями?»	аркуші А4, маркери, інструкції	20
4.4	Вправа «Мої емоції – мій ресурс»	фліпчарт, маркери	20
4.5	Вправа «Техніка дистанціювання від думок»		
4.6	Вправа «Зворотній зв'язок»		5
Заняття 5. Стійкість та самопізнання			
	Привітання	-	5
5.1	Вправа «Дзеркало»	аркуш паперу, маркери	15
5.2	Вправа «Моя внутрішня опора»	фліпчарт, маркери	20
5.3	Вправа «Мій якір у бурі»	фліпчарт, маркери	20
5.4	Вправа «Техніка глибинних переконань»	маркери, аркуші паперу	15
5.5	Вправа «Зворотній зв'язок»	-	5
Заняття 6. Культура - наш зв'язок			
	Привітання	-	5
6.1	Вправа «Культурний портрет»	аркуші А4, маркери	20
6.2	Вправа «Мости замість стін»	фліпчат, маркери	20
6.3	Вправа «Активне слухання»	роздруковані інструкції	20
6.4	Вправа «Техніка руху по стрілці вниз»	аркуш паперу, ручки	10
6.5	Вправа «Зворотній зв'язок»	-	5
Заняття 7. Прояв – важливий			
	Привітання	-	5
7.1	Вправа «Національний кодекс цінностей»	перелік національних цінностей	20
7.2	Вправа «Розпізнаємо»	фліпчарт, маркери	15
7.3	Вправа «Детективи інформації»	ноутбук	20
7.4	Вправа «Замість ярликів»	фліпчарт, маркери	10
7.5	Вправа «Техніка крісел»	аркуш паперу, ручка	10
Заняття 8. План дій – запорука розвитку			
	Привітання	-	5
8.1	Вправа «Коло досягнень»	-	10

8.2	Вправа «Мій внесок у зміцнення національної самосвідомості»	аркуші паперу, ручки або маркери	20
8.3	Вправа «Техніка вирішення проблем»	-	20
8.4	Вправа «Дерево національної самосвідомості»	маркери, папір, стікери у формі листочків	20
8.5	Вправа «Подорож до себе»	аркуш паперу, ручки	10

Отже, розроблена тренінгова програма спрямована на розвиток особливостей національної самосвідомості засобами когнітивно-поведінкової терапії, покликана не лише зміцнити ідентичність студентської молоді, а й забезпечити їх здатністю діяти в умовах культурного і національного різноманіття, роблячи акцент на інтеграцію національних цінностей у професійну та соціальну діяльність студентської молоді. Завдяки використанню технік КПТ, таких як когнітивна реструктуризація, навчання навичкам емоційної регуляції та модифікація дезадаптивних переконань, учасники програми можуть усвідомити свої цінності, зміцнити позитивне ставлення до національної культури та розвинути раціональне осмислення своєї етнічної приналежності. Це сприяє усуненню внутрішніх суперечностей між особистими цілями та соціокультурними орієнтирами, формуванню відповідального ставлення до збереження та примноження національної спадщини. Крім того, тренінги, побудовані на принципах КПТ, забезпечують студентам практичні інструменти для подолання негативних стереотипів, розвитку навичок саморефлексії, комунікації та ефективної взаємодії у багатокультурному середовищі. Поєднання когнітивного усвідомлення, емоційного залучення та поведінкових змін підвищує стійкість студентів до впливу глобалізаційних викликів, формує національну гордість і мотивацію до активного громадянства, що, у свою чергу, сприяє їхньому особистісному зростанню та професійному становленню.

Висновки до розділу

У розділі представлено результати емпіричного дослідження особливостей розвитку національної самосвідомості студентської молоді засобами когнітивно-поведінкової терапії, у якому взяли участь 42 особи, віком від 17 до 20 років.

Здійснивши ґрунтовну роботу щодо підбору діагностичного інструментарію для нашого дослідження, ми обрали наступні методики: 1) «Вимірювання етнічної ідентичності» Дж. Фінні (адаптація В. Павленко); 2) «Діагностика рівня емпатійних здібностей» В. Бойко; 3) методика «Визначення стилю мислення» А. Харрісона та Р. Бремсона; 4) методика «Ціннісні орієнтації» М. Рокіча.

За результатами методики «Визначення рівня емпатійних здібностей» В. Бойко виявлено неоднорідність емпатійного розвитку серед студентської молоді, що впливає на формування національної самосвідомості.

Аналіз результатів методики «Ціннісні орієнтації» М. Рокіча показав, що найнижчі позиції займають сміливість, творчість, мудрість і впевненість у собі. Це свідчить про меншу увагу зі сторони здобувачів освіти на цінності, що безперечно є ресурсними для активного розвитку особливостей національної самосвідомості.

За результатами методики «Визначення стилю мислення» А. Харрісона та Р. Бремсона виявлено потребу в розвитку критичного мислення, як особливості національної самосвідомості. Адже саме здатність критично оцінювати події минулого та теперішнього безпосередньо впливають на формування поглядів щодо ролі нашої нації у світовому контексті.

За результатами методики Д. Фінні виявлено, що переважна кількість здобувачів освіти обох спеціальностей має високий або середній рівень вираженості етнічної ідентичності.

На основі отриманих даних розроблено тренінгову програму з розвитку національної самосвідомості студентської молоді засобами когнітивно-поведінкової терапії. Ефективність даної програми полягає у її здатності гармонійно інтегрувати когнітивний і емоційний компоненти особистісного розвитку, що є критично важливим для формування національної ідентичності.

ВИСНОВКИ

Здійснене дослідження на тему «Розвиток національної самосвідомості студентської молоді засобами когнітивно-поведінкової терапії» дає можливість зробити наступні висновки.

Проведено теоретичний аналіз розвитку національної самосвідомості студентської молоді, який показав, що національна самосвідомість – це складний соціально-психологічний феномен, що відображає усвідомлення індивідом своєї належності до певної національної спільноти, розуміння її культури, історії, традицій, мови та цінностей, а також прийняття відповідальності за збереження і розвиток національної спадщини. Вона є інтегративною складовою особистості, яка об'єднує когнітивні, емоційні та поведінкові аспекти, що виявляються у відчутті гордості за свою націю, емоційній прив'язаності до неї та активній участі у громадському житті. Розвиток національної самосвідомості є процесом, який потребує цілеспрямованої роботи, включаючи психологічні та педагогічні засоби.

Розглянуто етапи формування національної самосвідомості у студентському віці, який є важливим періодом, оскільки саме в цей час відбувається інтенсивний процес розвитку особистісної ідентичності.

За допомогою методу Делфі визначено характерні риси розвитку національної самосвідомості студентської молоді, серед яких виділяються етнічна ідентичність, здатність до емпатії, критичне мислення та система ціннісних орієнтацій.

Дослідження здійснювалось на базі Комунального закладу фахової передвищої освіти «Івано-франківський медичний фаховий коледж» Івано-Франківської обласної ради. Експериментальну вибірку складають 42 студенти IV курсу, спеціальності 223 «Медсестринство», з них 21 юнак та 21 дівчина віком від 17 до 20 років.

Результати методики «Діагностика рівня емпатійних здібностей» В. Бойко показали, що: у 45% респондентів виявлено середній рівень емпатії; 33% студентів мають високий рівень емпатійних здібностей; у 22% студентів

виявлено низький або дуже низький рівень емпатії, що вказує на необхідність цілеспрямованої роботи з розвитку емоційної чутливості, щоб покращити їхню здатність інтегруватися в національну спільноту.

Серед термінальних цінностей, за методикою «Ціннісні орієнтації» М. Рокіча, менш значущими для майбутніх фахівців медичної сфери виявилися мудрість і свобода, що свідчить про більше їх орієнтування на практичні аспекти життя, ніж на філософські й індивідуалістичні ідеали. Серед інструментальних цінностей майбутніх медичних фахівців на найнижчих позиціях розташувалися сміливість і самоконтроль, а це значить, що здобувачі освіти в меншій мірі акцентують увагу на ризикованих діях або жорсткому контролю своїх емоцій і поведінки.

За результатами методики «Визначення стилю мислення» А. Харрісона та Р. Бремсона з'ясовано, що у більшості студентів переважають прагматичний, аналітичний та ідеалістичний стилі мислення, що свідчить про їхню здатність ефективно сприяти розвитку національної самосвідомості через практичну діяльність, критичний аналіз історичного досвіду та відстоювання важливих ідеалів.

Згідно з результатами, отриманими за «Методикою вираженості етнічної ідентичності» Д. Фінні, більшість студентів характеризується високим або середнім рівнем етнічної ідентичності. Водночас низький рівень етнічної ідентичності у частини студентів вказує на необхідність впровадження додаткових освітніх і виховних заходів.

На основі отриманих результатів була створена тренінгова програма, спрямована на розвиток національної самосвідомості студентської молоді за допомогою засобів когнітивно-поведінкової терапії. Її ефективність полягає у здатності органічно поєднувати когнітивний та емоційний аспекти особистісного розвитку, що має ключове значення для формування національної ідентичності.

ПЕРЕЛІК ДЖЕРЕЛ ПОСИЛАННЯ

1. Бевз Т.А. Українська ідентичність і національна безпека у викликах сьогодення. *Українознавство*. 2020. №4. С. 143-158.
2. Бердій Т.С. Співвідношення етнічної та національної ідентичностей : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. філос. наук. Донецьк, 2007. 20 с.
3. Березін А.М. Психологічні чинники генези національної самосвідомості особистості : дис. канд. псих. наук. Київ, 2002. 208 с.
4. Бех І.Д. Виховання особистості : у 2 кн. Київ : Либідь, 2008. 344 с.
5. Бех І.Д., Журба К.О. Концепція з формування у підлітків національно-культурної ідентичності у загальноосвітніх навчальних закладах. *Гірська школа Українських Карпат*. 2017. №16. С. 24-33.
6. Бех І.Д. Патріотизм: сучасні знаки та орієнтири освіти. *Рідна школа*. 2015. № 1/2. С. 3-6.
7. Бичко О.В. Профілі української ідентичності. Соціально-психологічний аналіз: монографія Київ : Видавничо-поліграфічний центр «Київський університет», 2007. 281 с.
8. Білас Л.М. Виховання національної самосвідомості старшокласників у процесі вивчення іноземної мови : автореф. дис... канд. пед. наук. Інститут проблем виховання АПН України. Київ, 2006. 20 с.
9. Борисенко В.Й. Етнологія: курс лекцій. Львів : Видавництво ЛНУ, 2015. 280 с.
10. Борисов В.В. Методики дослідження проблеми виховання національної самосвідомості. Виховання національно свідомої особистості / За ред. Д.О. Тхоржевського. Київ, 2000. 42 с.
11. Борисов В.В. Теоретико-методологічні засади формування національної самосвідомості учнівської та студентської молоді : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня д. пед. наук. Тернопіль, 2006. 35 с.

12. Борисов В.В. Теоретико-методологічні засади формування національної самосвідомості учнівської та студентської молоді : дис. доктора пед. наук. Тернопіль, 2006. 528 с.
13. Борисов В.В. Теоретико-методологічні основи формування національної самосвідомості : монографія. Київ : АПП, 2013. 518 с.
14. Борисов В.В. Теоретико-методологічні основи формування національної самосвідомості. Краматорськ, 2003. 519 с.
15. Боришевський М.Й. Національна самосвідомість та ідентифікація громадян як чинник демократичних перетворень в українському суспільстві. *Соціально-психологічний вимір демократичних перетворень в Україні*. Київ : Український центр політичного менеджменту, 2003. С. 138-144.
16. Боришевський М.Й. Національна самосвідомість у громадянському становленні особистості. Київ : Беркут, 2000. 63 с.
17. Боришевський М.Й. Психологічні механізми розвитку особистості. *Педагогіка і психологія*. 1996. № 3. С. 26-33.
18. Боришевський М.Й. Самосвідомість у царині виховання. *Педагогічна газета*. 1996. №9 (27). С. 9.
19. Боришевський М.Й. Соціально-психологічний вимір демократичних перетворень в Україні. Київ : Український центр політичного менеджменту, 2003. С. 138-144.
20. Булах І.С. Психологічні основи особистісного зростання підлітків : дис. доктора психол. наук. Київ, 2004. 582 с.
21. Булах І.С. Специфіка соціальної адаптації та самоздійснення особистості в підлітковому та юнацькому віці. *Наукові записки : збірник наук. статей НПУ імені М.П. Драгоманова*. Київ : НПУ, 1998. Вип. 4. С. 5-11.
22. Васильченко О.М. Етносоціальні уявлення в структурі «Я»-концепції університетської молоді : автореф. дис. канд. психол. наук. Київ, 2013. 19 с.
23. Ващенко Г.Г. Виховний ідеал. Полтава: Полтавський вісник, 1994. 190 с.

24. Вестбрук Д., Кеннерлі Г., Кірк Дж. Вступ у когнітивно-поведінкову терапію. Львів : Свічадо, 2014. 410 с.
25. Вирост Й.С. Національна самосвідомість : проблеми визначення й аналізу. *Філософська та соціологічна думка*. 2009. № 7. С. 11-19.
26. Габермас Ю. Філософський дискурс Модерну. Київ : Четверта хвиля, 2001. 424 с.
27. Гавриленко Н.І. Національно-патріотичне виховання студентської молоді. *Гуманітарне та патріотичне виховання студентської молоді в умовах глобалізації та євроінтеграції* : матеріали Всеукраїнської наукової конференції. Київ : НУХТ, 2015. С. 50-54.
28. Гаврилюк О.О. Національна самосвідомість як складова особистісного розвитку. *Психологія і суспільство*. 2012. № 4. С. 45-52.
29. Гарнійчук В.М. Досвід провідних країн світу щодо виховання патріотизму підростаючого покоління. *Теоретико-методичні проблеми виховання дітей та учнівської молоді*. 2015. Вип. 19(1). С. 138-150. Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Tmpvd_2015_19%281%29_15 (дата звернення: 14.11.2024)
30. Гібернау М. Ідентичність націй. Пер. з англ. П. Таращука. Київ. Темпора, 2012. 303 с.
31. Гнатенко П.І. Феномен ідентичності. Монографія. Вінниця, 2022. 194 с.
32. Говорун Т.В., Кікінежді О.М. Психологія національної самосвідомості. Київ : Либідь, 2007. 216 с.
33. Горбунова В.В. Психологічні чинники формування етнічної свідомості у юнацькому віці : автореф. дис. канд. психол. наук. Київ, 2003. 19 с.
34. Грінченко Б.Д. Якої нам треба школи Київ : Джерело, 1917. 16 с.
35. Гуменюк Г.М. Формування національної самосвідомості учнів середнього шкільного віку засобами туристсько-краєзнавчої роботи : монографія. Івано-Франківськ : Плай, 2000. 158 с.

36. Данилюк І.В. Етнічна психологія як галузь наукового знання : історико– теоретичний вимір : монографія. Київ : Самміт-Книга, 2010. 432 с.
37. Дідич Г.С. Теоретичні основи формування національної самосвідомості особистості. *Наукові записки Центральноукраїнського державного педагогічного університету імені Володимира Винниченка*. Серія : Педагогічні науки. 2018. Вип. 170. С. 57-60.
38. Добровольська Н.О. Розвиток національної свідомості як складової національно-культурних традицій у процесі вивчення студентами спецкурсу «Українська мова». *Гуманітарний вісник ЗДІА*. Запоріжжя, 2008. Вип. 33. С. 217-222.
39. Етнопсихологія : психодіагностичний практикум. Хрестоматія : навч. посіб. / А.М. Османова, Л.М. Співак. Київ : Університет «Україна», 2023. 128 с.
40. Євдокимова Н.О. Участь у скаутському русі як психологічна умова розвитку національної самосвідомості підлітків : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук. Київ, 2005. 19 с.
41. Жмир В.Ф. На шляху до себе: історія становлення української національної самосвідомості. *Філософська і соціологічна думка*. 1991. № 4. С. 136-152.
42. Жупанин С.І. Народознавча педагогіка Олександра Духновича. *Рідна школа*. 1991. № 9-10. С. 89-91.
43. Журба К.О. Формування національної ідентичності зростаючої особистості в умовах воєнного стану: досвід експериментальної реалізації. *Вісник Національної академії педагогічних наук України*, 2023. № 5(1), С. 1-6. Режим доступу: <https://doi.org/10.37472/v.naes.2023.5123> (дата звернення: 10.11.2024)
44. Іваненко Б.Б. Я-ідентичність особистості: статичні й динамічні аспекти. *Вісник Львівського університету* : Серія психологічні науки, 2020. №7. С. 53-61. Режим доступу: <https://doi.org/10.30970/PS.2020.7.8> (дата звернення: 30.10.2024)

45. Івко Я.А., Міхеєва Л.В. Результати дослідження особливостей розвитку національної самосвідомості студентської молоді засобами когнітивно-поведінкової терапії. *Психологічні травелоги*. Науковий журнал. Хмельницький. №4. 2024.

46. Івко Я.А. Розвиток національної самосвідомості студентської молоді засобами когнітивно-поведінкової терапії. *Формування особистості сучасного фахівця як суб'єкта самотворення в умовах освітнього простору* : Матеріали XIV Всеукраїнської науково-практичної конференції. Хмельницький, 2024. С. 119-122.

47. Івченко А.О. Тлумачний словник української мови. Харків : Фоліо, 2006. 540 с.

48. Ігнатенко В.В. Проблема етнічної ідентичності: аналіз дискусійних аспектів. *Вісник Черкаського університету*. Серія Історичні науки, 2008. С. 12-17.

49. Каламаж Р.В. Психологія професійної самосвідомості студентів : навчально-методичний посібник. Острого : «Острозька академія», 2015. 200 с.

50. Карлова В.В. Національна самосвідомість як духовна основа державотворчих процесів в Україні : управлінський аспект : автореф. дис. канд. пед. наук. Київ, 2013. 36 с.

51. Карпенко Є.В. Основи психотренінгу : навч. посібник. Дрогобич, 2015. 78 с.

52. Кін О.М. Проблеми навчання і виховання в педагогічній спадщині М.Ф. Сумцова: автореф. дис. канд. пед. наук. Харків, 2001. 104 с.

53. Клепко С.Ф. Освітні стратегії в контексті національної самосвідомості. Полтава : Полтавський національний педагогічний університет, 2007. 256 с.

54. Коган І.М. Емпатія і особливості її розвитку у дітей молодшого шкільного віку : автореферат канд. дис. психол. наук. Київ : Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2005. 18 с.

55. Когнітивна терапія депресії / А.Т. Бек, А.Д. Раш, Б. Шо, Г.Ф. Емері; пер. з англ. Київ : Основи, 2011. 352 с.
56. Козловець М.А. Феномен національної ідентичності: виклики глобалізації. Монографія. Житомир : Видавництво ЖДУ ім. І. Франка, 2009. 558 с.
57. Концепція національно-патріотичного виховання в системі освіти України [Електронний ресурс]. Законодавство України. 2022. Режим доступу: <https://zakon.rada.gov.ua/rada/show/v0527729-22/sp:max20#n12> (дата звернення: 5.11.2024)
58. Коркішко О.Г. Виховання патріотизму як педагогічна проблема : наук.-метод. зб. вип. ХІХ / за заг. ред. проф. Сипченка В.І. Слов'янськ : СДПУ, 2003. 258 с.
59. Костенко Н. Культурні ідентичності: перетворення і визнання. *Соціологія : теорія, методи, маркетинг*. 2001. № 4. С. 74-82.
60. Костюк Г.С. Психологія особистості. Київ : Радянська школа, 1989. 319 с.
61. Левін К. Динаміка груп і соціальних змін. *Соціальна психологія* : зб. наук. праць. Київ : Інститут соціальної та політичної психології, 2011. С. 128-142.
62. Лефтеров В.О., Форманюк Ю.В., Третьякова Т.М. Теорія і практика психологічного тренінгу : методичні рекомендації для самостійної роботи здобувачів. Одеса : Фенікс, 2021. 44 с.
63. Лойко Л.І. Національна ідентичність: проблеми дефініцій та політико-правового аналізу. *Український науковий журнал. Освіта регіону*. 2011. № 2. Режим доступу: <http://social-science.com.ua/article/424> (дата звернення: 15.10.2024)
64. Львовичкіна А.М. Етнопсихологія: навч. посіб. Київ : МАУП, 2002. 144 с.
65. Маклей К. Практичний посібник з когнітивно-поведінкової терапії. Львів : Свічадо, 2017. 272 с.

66. Мельник Л.Г. Утвердження ідеї українського національного самовизначення : кінець ХУІІІ – початок ХХ віку : Конспект лекцій. Київ : НМК ВО, 1992. 84 с.
67. Мещерякова Н.П. Проблема формування національної самосвідомості у творчій спадщині видатних українських діячів культури і освіти кінця ХІХ – початку ХХ століть : автореф. дис. канд. пед. наук. Луганськ, 1996. 23 с.
68. Михальчук Ю.О. Психолого-педагогічні умови гармонізації етнічної самосвідомості старшокласників : автореф. дис. ... канд. психол. наук. Київ, 2005. 19 с.
69. Москалець В.П. Духовні цінності українського народу. К. ; Івано-Франківськ : Плай, 1999. 279 с.
70. Нагорна Л.П. Соціокультурна ідентичність: пастки ціннісних розмежувань. Монографія. Київ : ІПЕНД ім. І.Ф. Кураса. 2011. 272 с.
71. Нагорна Л.П. Понятт «національна ідентичність» і «національна ідея» в українському термінологічному просторі. *Політичний менеджмент*. №2. 2003. С. 14-30.
72. Нефф К. Самоспівчуття: Дослідження на шляху до кращого життя; пер. з англ. Харків : Віват, 2015. 384 с.
73. Оршанський Л.В. Народне декоративно-ужиткове мистецтво як важливий чинник формування у студентів національної самосвідомості. Чернігів, 2007. № Вип. 45(Серія : Педагогічні науки). С. 174-180.
74. Педагогіка вищої школи : навч. посібн. Одеса : ПДПУ імені К.Д. Ушинського, 2002.
75. Петровська І.Р. Громадянська ідентичність: теоретико-методологічні основи соціально-психологічного аналізу. *Психологія і Особистість*. 2017. №1(11). С. 53-63. Режим доступу: <http://doi.org/10.5281/ze№do.260176> (дата звернення 15.11.2024)
76. Пилипенко О.В. Етнічна ідентичність: соціальні та психологічні аспекти. Київ : Наукова думка, 2018. 254 с.

77. Піонтковська Д.В. Психологічні особливості ставлення студентів до власної національної ідентичності. *Науковий вісник Чернівецького університету. Педагогіка та психологія* : зб. наук. праць. 2014. №687. С. 117-123.
78. Піонтковська Д.В. Особливості валентності національної ідентичності студентської молоді. *Психологічні перспективи*. 2014. Вип. 24. С. 263-272.
79. Піонтковська Д.В. Програма розвитку національної ідентичності студентської молоді. *Наукові записки Національного університету «Острозька академія»*. Серія «Психологія». Острог : Вид-во Національного університету «Острозька академія», 2015. Вип. 1. С. 163-172.
80. Піонтковська Д.В. Психологічні особливості розвитку національної ідентичності студентської молоді : дис. канд. псих. наук. Кам'янець-Подільський, 2017. 111 с.
81. Піонтковська Д.В. Розвиток національних цінностей особистості як умова становлення національної ідентичності студентської молоді. *Психологія : реальність і перспективи* : зб. наук. праць Рівненського державного гуманітарного університету. Рівне : РДГУ, 2016. Вип. 7. С. 210-214.
82. Пірен М.І. Національна ідентичність сучасної української еліти як чинник консолідації суспільства та реалізації демократичних реформ. *Публічне управління : теорія та практика*. 2013. Вип. 2. С. 62-70.
83. Пірен М.І. Основи етнопсихології. 2-е вид., доп. К., 1998. 436 с.
84. Пляка Л.В., Огарь С.В. Психодіагностичний комплекс з вивчення особистості студента : практич. посібник. Х. : НФаУ, 2016. 124 с.
85. Практикум з психології : психодіагностичні методики для самопізнання / упорядник Періг І.М. Тернопіль : СМП «Тайп», 2017. 116 с.
86. Психологічні закономірності розвитку громадянської спрямованості особистості / [М.Й. Боришевський, Т.М. Яблонська, В.В. Антоненко та ін.]; за заг. ред. М.Й. Боришевського. К. : Міленіум, 2006. 298 с.

87. Психологу для роботи. Діагностичні методики : збірник [Текст] / [уклад.: М.В. Лемак, В.Ю. Петрище]. Вид. 2-ге, виправл. Ужгород : Видавництво Олександри Гаркуші, 2012. 616 с.

88. Савчук В.А. Національна самосвідомість : огляд психологічних концепцій. *Наукові записки Національного університету «Острозька академія»*. Серія : Психологія. 2017. Вип. 5. С. 147-157.

89. Сазоненко Г.С., Стрілько В.В. Концепція національно патріотичного виховання «Громадянин України III тисячоліття». Режим доступу: https://don.kyivcity.gov.ua/done_img/f/patriotvih.pdf (дата звернення: 10.11.2024)

90. Сидоренко А.М. Основи етнопсихології. Харків : Видавництво ХНУ, 2017. 310 с.

91. Ситник П.К., Дербак А.П. Проблеми формування національної самосвідомості в Україні : [монографія]. Київ, 2004. 226 с.

92. Сміт Е.Д. Національна ідентичність. Пер. з англійської П. Таращука. Київ : Основи, 1994. 224 с.

93. Соколова В.Ф. Психологічні особливості розвитку національної самосвідомості студентської молоді засобами української літератури : дис. канд. психол. наук. Київ, 2005. 196 с.

94. Сохань Л.В. Національна самосвідомість молоді: аспекти формування. Київ : Наукова думка, 2015. 240 с.

95. Співак Л.М. Психологічні основи розвитку національної самосвідомості в юнацькому віці: автореф. дис. доктора психол. наук. Київ, 2016. 43 с.

96. Співак Л.М. Психологічні особливості впливу національної самосвідомості на професійне становлення майбутніх фахівців. *Вісник післядипломної освіти*. 2011. Вип. 3. С. 469-474. Режим доступу : http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vpo_2011_3_78 (дата звернення: 17.11.2024)

97. Співак Л. М. Психологія розвитку національної самосвідомості особистості в юності : монографія. Кам'янець-Подільський: Рута, 2015. 300 с.

98. Співак Л.М., Піонтковська Д.В. Вікова динаміка національної самоідентичності особистості в юності. *Вісник ХНПУ імені Г.С. Сковороди*. «Психологія». 2014. Вип. 49. С. 145-153.
99. Співак Л.М., Піонтковська Д.В. Проблема національної ідентичності у просторі вікової психології. *Науково-практичний журнал «Психологія»*. Темат. спецвипуск «Психологія особистості : теорія, досвід, практика». Одеса : ПНЦ НАПН України, 2012. № 6. С. 104-197.
100. Томашівський С.Т. З історії державної середньої школи в Галиччині. *Наша школа*. 1909. Ч. I-III. С. 11-13.
101. Філіпчук О.Р. Проблема формування національної ідентичності. *Наукові записки*. Серія : Педагогічні науки. 2024. №213. С. 369-372.
102. Фрейджер Р., Фейдимен Д. Теорії особистості та особистісне зростання: навч. посібник / пер. з англ. К. : Видавництво «DreamBook», 2023. 608 с.
103. Фрідріх А.В. Педагогічні умови формування національної самосвідомості студентів вищих педагогічних навчальних закладів: автореф. дис. канд. пед. наук. Інститут проблем виховання АПН України. К., 2006. 21с.
104. Целякова О.М. Духовність і ціннісні орієнтації студентської молоді України в трансформаційному суспільстві [Електронний ресурс]. *Гуманітарний вісник ЗДІА*. 2009. Вип. 38. Режим доступу http://zgia.zp.ua/gazeta/VISNIK_38_22.pdf. (дата звернення: 17.11.2024)
105. Ціннісні орієнтації дитини у дорослому світі : навч.-метод. посібник / Т.О. Піроженко, Л.І. Соловійова та ін. К. : Видавничий Дім «Слово», 2016. 248 с.
106. Чепа М.-Л. А. Етнопсихологічний вимір цивілізаційного поступу. Київ : Педагогічна думка, 2008. 104 с.
107. Чепа М.-Л. А. Етнопсихологічний дискурс глобалізації : Монографія. Кіровоград : Імекс-ЛТД, 2013. 104 с.

108. Шевченко О.В. Національна ідентифікація у становленні Я-образу особистості : автореф. дис. на здобуття наукового ступеня канд. психол. наук. Київ, 2005. 20 с.
109. Шевченко О.В. Національна ідентифікація у становленні Я-образу особистості : дис. канд. психол. наук. Київ, 2005. 213 с.
110. Ямницький О.В. Ціннісні орієнтації в життєдіяльності особистості. *Науковий вісник ПНПУ імені К.Д. Ушинського*. 2013. № 7-8. С. 116-121.
111. Beck A.T. *Cognitive Therapy: Basics and Beyond*. New York : The Guilford Press, 2011.
112. Beck A.T. *Prisoners of Hate: The Cognitive Basis of Anger, Hostility, and Violence*. HarperCollins Publishers, 2000. 352 с.
113. Beck A.T., Rush A.J., Shaw B.F., Emery G. *Cognitive Therapy of Depression*. New York : The Guilford Press, 1979. 425 с.
114. Dryden W. *Rational Emotive Behaviour Therapy – Theoretical Developments*. New York : Albert Ellis Institute, 2003. 190 с.
115. Ellis A., Grieger R. *Guide to Rational Living*. Englewood Cliffs, NJ : Prentice-Hall, 1975. 230 с.
116. Erikson E.H. *Identity: Youth and Crisis*. New York : W. W. Norton & Company, 1968. 365 с.
117. James W. *The Principles of Psychology*. Vol. 1. New York : Henry Holt and Company, 1890. 689 с.
118. Marsia J.E., Friedman M.L. Ego identity status in college women. *J. Person*. 1970. Vol. 38, № 2. С. 249-268.
119. Marsia J.E. Identity in Adolescent. In *Handbook of Adolescent Psychology* / J.E. Marsia ; ed. by J. Adelson. New York : Wiley, 1985. С. 157-180.
120. Sternberg R.J. *Successful Intelligence: How Practical and Creative Intelligence Determine Success in Life*. New York : Simon & Schuster, 1996.
121. Tajfel H. *Social identity and intergroup relations*. Cambridge : Cambridge Univ. Press, 1982. 321 с.