

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
НАЦІОНАЛЬНИЙ АВІАЦІЙНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ФАКУЛЬТЕТ ЛІНГВІСТИКИ ТА СОЦІАЛЬНИХ КОМУНІКАЦІЙ  
КАФЕДРА ПЕДАГОГІКИ ТА ПСИХОЛОГІЇ ПРОФЕСІЙНОЇ ОСВІТИ

ДОПУСТИТИ ДО ЗАХИСТУ

Завідувач випускової кафедри

\_\_\_\_\_ Ельвіра. ЛУЗІК

«   » \_\_\_\_\_ 2024р.

## **КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА**

(ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА)

ЗДОБУВАЧА ОСВІТНЬОГО СТУПЕНЯ «БАКАЛАВР»

Галузь знань: 05 Соціальні та поведінкові науки

Спеціальність 053 «Психологія»

Освітньо-професійна програма «Практична психологія»

**Тема: «Вплив ціннісно-сміслової сфери на формування стресостійкості  
студентів»**

Виконавець: здобувач групи 426-ПП Вітенко Олексій Павлович

Керівник: доктор пед. наук, професор Дудка Тетяна Юріївна

Нормоконтролер: \_\_\_\_\_ Тамара МИХЕСВА

КИЇВ 2024

НАЦІОНАЛЬНИЙ АВІАЦІЙНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
Факультет лінгвістики та соціальних комунікацій  
Кафедра педагогіки та психології професійної освіти  
Галузь знань 05 Соціальні та поведінкові науки  
Спеціальність 053 «Психологія»  
ОПП «Практична психологія»

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач кафедри

\_\_\_\_\_ Ельвіра ЛУЗІК

« » \_\_\_\_\_ 2024 р.

### **ЗАВДАННЯ**

#### **на виконання кваліфікаційної роботи**

Вітенко Олексія Павловича

1. Тема кваліфікаційної роботи «Вплив ціннісно-сміслової сфери на формування стресостійкості студентів» затверджена наказом ректора від від 22.03.2024 №422/ст.

2. Термін виконання роботи: з 29.01.2024 р. до 16.06.2024 р.

3. Вихідні дані до роботи: робота складається зі вступу, двох розділів, висновків до першого та другого розділу, загальних висновків, списку використаних джерел та додатків загальним обсягом 132 сторінки, з них обсяг основного тексту 41 сторінки, список використаних джерел нараховує 40 позицій.

4. Зміст пояснювальної записки: Вступ; Розділ 1. Теоретичний аналіз досліджуваної проблеми; Висновки до першого розділу; Розділ 2. Емпіричне дослідження впливу ціннісно-сміслової сфери на формування стресостійкості студентів; Висновки до другого розділу; Висновки; Список використаних джерел та літератури; Додатки.

5. Перелік обов'язкового графічного (ілюстративного матеріалу): таблиці, рисунки.

## 6. Календарний графік

№ з/п.	Завдання	Термін виконання	Відмітка про виконання
1	Опрацювання та реферування літератури з теми дослідження. Визначення об'єкта і предмета дослідження	01.04.2024 р.	
2	Формулювання мети, завдання досліджень. Складання попереднього плану роботи. Узгодження з керівником	10.04.2024 р.	
3	Написання основної частини. Перше читання керівника	20.04.2024 р.	
4	Написання вступу, висновків. Уточнення плану кваліфікаційної роботи	25.04.2024 р.	
5	Оформлення роботи. Подання керівникові	01.05.2024 р.	
6	Попередній захист кваліфікаційної роботи	23.05.2024 р.	
7	Опрацювання зауважень і виправлення недоліків	26.05.2024 р.	
8	Подання остаточного варіанта на кафедру для перевірки на академічну доброчесність	27.05.2024 р.	
9	Рецензування кваліфікаційної роботи	05.06.2024 р.	
10	Захист кваліфікаційної роботи	.06.2024 р.	

7. Дата видачі завдання: «01» квітня 2024 р.

Керівник кваліфікаційної роботи \_\_\_\_\_ Тетяна ДУДКА  
(підпис керівника) (П.І.Б.)

Завдання прийняв до виконання \_\_\_\_\_ Олексій ВІТЕНКО  
(підпис випускника) (П.І.Б.)

## РЕФЕРАТ

Пояснювальна записка до кваліфікаційної роботи «Вплив ціннісно-сміслової сфери на формування стресостійкості студентів»: 132 сторінки, 40 використаних джерел та літератури, 9 додатків.

Об'єкт дослідження – стресостійкість як психологічний феномен.

Предмет – вплив ціннісно-сміслової сфери на формування стресостійкості студентів.

Мета дослідження полягає у теоретичному обґрунтуванні та емпіричному дослідженні особливостей впливу ціннісно-сміслової сфери на формування стресостійкості студентів.

У кваліфікаційній роботі розкрито спільний механізм ціннісно-сміслової сфери та стресостійкості. Стресостійкість визначено як межу, за якою починається адаптація. Зв'язок полягає у наявності адаптаційної функції смислової підструктури ціннісно-сміслової сфери. Визначено теоретичний зв'язок, що полягає у впливі адаптаційної функції смислової підструктури на рівень стресостійкості, зокрема: проаналізовано проблему дослідження ціннісно-сміслової сфери та визначено умови її дослідження. Описано кореляційний зв'язок ціннісно-сміслової сфери та стресостійкості, а саме зв'язок між осмисленістю життя та стресостійкістю.

Практичне значення роботи полягає у наданні практичних рекомендації для роботи психолога та при створенні психокорекційних програм, пов'язаних з ціннісно-смісловою сферою або стресостійкістю, а також дані дослідження будуть корисні для майбутніх досліджень ціннісно-сміслової сфери або стресостійкості.

ЦІННІСНО-СМІСЛОВА СФЕРА, СТРЕСОСТІЙКІСТЬ, ЦІННОСТІ, СМИСЛИ, СТУДЕНТСТВО, ВПЛИВ, ПРАКТИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ

## ЗМІСТ

<b>ВСТУП</b> .....	6
<b>РОЗДІЛ I. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ДОСЛІДЖУВАНОЇ ПРОБЛЕМИ</b> .....	10
1.1. Понятійно-категоріальний апарат дослідження.....	10
1.2. Студентство як особлива соціальна група.....	16
1.3. Феноменологічна проекція ціннісно-сміслової сфери та стресостійкості.....	20
Висновки до першого розділу.....	22
<b>РОЗДІЛ II. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ ЦІННІСНО-СМІСЛОВОЇ СФЕРИ НА ФОРМУВАННЯ СТРЕСОСТІЙКОСТІ СТУДЕНТІВ</b> .....	24
2.1. Організація дослідження та обґрунтування вибору діагностичних методик.....	24
2.2. Аналіз та інтерпретація результатів емпіричного дослідження впливу ціннісно-сміслової сфери на формування стресостійкості студентів.....	28
2.3. Практичні рекомендації щодо використання отриманих результатів дослідження.....	44
Висновки до другого розділу.....	46
<b>ВИСНОВКИ</b> .....	49
<b>СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ ТА ЛІТЕРАТУРИ</b> .....	52
<b>ДОДАТКИ</b> .....	56

## ВСТУП

**Актуальність теми.** Сучасне життя пов'язане з великою кількістю стресових чинників. В умовах постійного розвитку, нових технологій, суспільної нестабільності людині потрібно швидко пристосовуватись. Здатність до адаптації грає важливу роль у психологічному благополуччі сучасної людини. Розуміння природи стресостійкості та можливість її розвивати – необхідність для працівників у сфері психологічного здоров'я. Розвиток стресостійкості дає нам гнучкість коли постає вибір: зменшувати кількість стресорів чи навчити клієнта адаптуватись до них. Самоактуалізація особистості прямо залежить від її здатності переживати щоденний стрес, залишаючись психологічно та фізично здоровою. Розглядаючи різні аспекти життя індивіда крізь призму стресостійкості, ми розуміємо наскільки важливою є можливість її розвитку. Такою ж мірою важливою вона виступає у професійній та науковій діяльності психолога.

З соціальним, економічними та політичними змінами відбуваються відповідні зміни у ціннісно-смісловій сфері. Розуміння особливостей ціннісно-сміислової сфери відображає загальний стан соціуму. Цінності та сенси показують важливість окремих сфер життя для індивіда. Від них залежить напрямок розвитку суспільства. Ціннісно-сміслова сфера одночасно впливає та перебуває під впливом оточуючого середовища. Відповідно, вплив на ціннісно-сміслову сферу буде впливати на треті фактори. Прикладом може слугувати робота ЗМІ у формуванні громадської думки. Впливаючи на смислове сприйняття навколишнього світу, ЗМІ можуть викликати відповідні реакції об'єкта впливу. Психологу необхідно розуміти особливості сфер особистості, які в свою чергу залежать від віку, соціального положення, професійної діяльності та багатьох інших чинників. Також, потрібно дослідити сфери впливу ціннісно-сміислової сфери.

Студенти – унікальна, соціально неоднорідна група. Водночас, вона визначає майбутнє країни. Студенти – майбутні професіонали у різних сферах. Ця соціальна група є активною та неоднорідною, студенти можуть мати різний заробіток, соціальний статус відносно їх навчального закладу, та етнічну приналежність. Також,

вони навчаються у різних галузях знань. Студентське життя наповнене стресом. Часто, їх провідна діяльність – не тільки навчання, а й робота. Рівень стресостійкості визначає здатність студента ефективно досягати своїх навчальних та професійних цілей. Активне навчання та залучення до професійної діяльності значуще впливає на особливості ціннісно-сміслової сфери студентів.

Ціннісно-сміслова досліджується для загального розуміння феномену (Т. Антоненко, С. Мотков, О. Москаленко), її особливостей відносно вікового періоду (Т. Яновська, І. Когут, Р. Хавул, О. Піонтковська, О. Коропецька), соціального статусу (А. Федоренко, С. Сосніха) сімейного статусу (С. Сосніхіна), криз у житті людини (Г. Чайка) та відносно участі у військових діях (І. Чухрій, Д. Билина, Н. Журавльова, Т. Гурлева). Методологія дослідження ціннісно-сміслової сфери вважають недостатньо визначеною О. Москаленко, Ю. Сошина та С. Мотков. Важливість дослідження ціннісно-сміслової сфери відносно кризових подій підкреслюють І. Чухрій, Д. Билина, Н. Журавльова, Т. Гурлева та Г. Чайка. Всі автори вважають ціннісно-сміслову сферу важливою для здорового психологічного розвитку та досягнень особистості. Значущість дослідження ціннісно-сміслової сфери простежується у великій кількості сфер її дослідження, її впливі на різні сфери життя людини.

Проблема стресу досліджувалася багатьма вченими (Г. Сельє, Р. Лазарус, Дж. Еверлі, Р. Розенфельд) Стресостійкість досліджували відносно особистісного адаптаційного потенціалу (Ю. Пилипака, В. Л. Романюк), стійкості особистості, стійкості до стресу, толерантності до стресу у (В. Крайнюк, Т. Титаренко, О. Сафін), емоційно-вольової стійкості (О. Тимченко), соціального статусу (М. Цимбалюк, Н. Жигайло), кризових подій (М. Цимбалюк, Н. Жигайло, В. Зливков, С. Лукомська, О. Федан). Дослідники сходяться на думці, що стресостійкість є важивою для розвитку особистості та її досягнень. Значущість дослідження стресостійкості простежується у великій кількості сфер її дослідження, її впливі на різні сфери життя людини.

Адаптаційна функція ціннісно-сміслової сфери та адаптаційний механізм стресу – передумови вивчення їх зв'язку та взаємного впливу. Дослідження цього зв'язку дозволить краще окреслити межі цих феноменів, зрозуміти механізми що їх пов'язують.

**Об'єктом дослідження** – стресостійкість як психологічний феномен.

**Предметом дослідження** є вплив ціннісно-сислової сфери на формування стресостійкості студентів.

**Мета дослідження** теоретично обґрунтувати та експериментально перевірити вплив ціннісно-сислової сфери на формування стресостійкості студентів.

Для досягнення цієї мети було сформовано наступні **завдання**:

- провести теоретичний аналіз досліджуваної проблеми;
- емпірично дослідити вплив ціннісно-сислової сфери на формування стресостійкості студентів;
- проаналізувати отримані результати та зробити висновки;
- розробити практичні рекомендації «Формування стресостійкості студентів шляхом впливу на їх ціннісно-сислову сферу».

Задля досягнення поставлених завдань було використано теоретичні та емпіричні методи. Теоретичні: аналіз наукової літератури з різних аспектів досліджуваної проблеми – для визначення теоретичного підґрунтя дослідження впливу ціннісно-сислової сфери на формування стресостійкості студентів. Емпіричні методи (психодіагностичні): анкета «Ціннісно-сислова сфера та стресостійкість: студентське бачення» – для вивчення ставлення студентів до досліджуваних феноменів, Методика Ш. Шварца PVQ «Портрет цінностей» - для вивчення ціннісної підсистеми, Тест – «Мета в житті» («The purpose in life test») Джеймса Крамбо та Леонарда Махоліка – для вивчення сислової підструктури ціннісно-сислової сфери, Методика самооцінки стресостійкості (Connor-Davidson Resilience Scale, CD-RISC) – для вивчення рівня стресостійкості респондентів. Емпіричні (статистичні): коефіцієнт кореляції К. Пірсона - для виявлення кореляційного зв'язку. На випадок ненормального розподілу даних було використано Коефіцієнт кореляції рангу Ч. Спірмена. Розрахунки проводились в програмі Excel 2018.

**Практичне значення отриманих результатів.** Одержані результати можна використовувати у практичній роботі психолога та у створенні психокорекційних програм пов'язаних з ціннісно-сисловою сферою та стресостійкістю. Також,



отримані результати будуть корисними для наукових праць майбутніх дослідників ціннісно-сислової сфери та стресостійкості.

**Дані про апробацію результатів дослідження.** Результати проведеного дослідження презентувалися на Міжнародній науково-практичній конференції «Сучасна наука та освіта: новітня соціокультурна проекція» (Київ 21-22 травня 2024 року).

**Структура та обсяг кваліфікаційної роботи.**

Кваліфікаційна робота складається вступу, двох розділів, висновків до кожного розділу та загальних, списку використаних джерел з 40 найменувань. Загальний обсяг кваліфікаційної роботи 132 сторінки.

## РОЗДІЛ 1

### ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ДОСЛІДЖУВАНОЇ ПРОБЛЕМИ

#### 1.1 Понятійно-категоріальний апарат дослідження

Ціннісно-сміслова сфера сьогодні активно досліджується. Дослідження проводяться для загального розуміння феномену ціннісно-сміислової сфери (Т. Антоненко [2], С. Мотков [20], О. Москаленко [19]), її особливостей відносно вікового періоду (Т. Яновська, І. Когут [39], Р. Хавул [34], О. Піонтковська [25], О. Коропецька [14]), соціального статусу (А. Федоренко [31], С. Сосніхіна [29]), сімейного статусу (С. Сосніхіна [29]) та відносно участі у військових діях (І. Чухрій, Д. Билина [36]).

Важливість ціннісно-сміислової сфери у життя людини складно переоцінити. Вона відіграє ключову роль у пошуку власного, неповторного, усвідомленого життєвого шляху особистості [23]. Гурлева С. стверджує що пошук та реалізація особистісного сенсу є актуальним для кожної людини, незалежно від віку, статі чи статусу [7]. Ціннісно-сміслова сфера складний, багатогранний феномен. Для того щоб повноцінно розкрити сутність цього поняття необхідно розглянути досліджені особливості.

Завдяки дослідженням ціннісно-сміислової сфери відносно вікового періоду можна спостерігати що вона є динамічною, тобто змінюється з віком [39,14,6,25]. Вікові періодизації, попри їх різноманітність, спираються на зміну потреб, бажань, поглядів та ролей, яка відбувається з переходом до наступного періоду. Відповідно, ціннісно-сміслова сфера буде змінюватися з віком, допомагаючи людині пристосовуватись та сформувані нові цілі та погляди. Теж саме стосується діяльності, адже більшість людей навчаються, починають працювати та йдуть на пенсію в приблизно однакові вікові періоди. Вікові періоди тісно пов'язані з основною діяльністю. Галян І. стверджує, що ціннісно-сміслова сфера активно впливає поведінку та розвиток особистості [5].

Сучасні дослідники виділяють певну структуру та функції ціннісно-сміслової сфери. О. Москаленко виділяє такі компоненти: спрямованість особистості, цінності, ціннісні орієнтації, смисложиттєві орієнтації та самоактуалізація [19]. С. Мотков виділяє ціннісну та смислову підсистеми [20].

- Ціннісна підсистема включає ціннісні орієнтації та установки;
- Смислова підсистема включає смислові орієнтації, самовідношення та установки.

Така структура є зручною та змістовною, вона розділяє достатньо обширне поняття ціннісно-смілової сфери на більш доступні для дослідника окремі підсистеми. Для дослідження ціннісно-смілової сфери такий розподіл необхідний. Завдяки розподілу з'являється можливість дослідити цінності та сенси, проаналізувавши їх разом у кінці. Ми використаємо його при аналізі результатів. Також, С. Мотков виділив 12 функцій ціннісно-смілової сфери [20]: інтенціональна, особистісноутворююча, регулятивна, інтеграційна, інструментальна, адаптаційна, соціалізаційна, захисна, функція моделювання майбутнього, формування відношення до себе, формування відношення до світу та орієнтаційна. Ми вважаємо що ці функції допомагають краще зрозуміти і розкрити поняття ціннісно-смілової сфери. На основі цих функцій можливо зробити більш детальні та теоретично обґрунтовані висновки про ціннісно-сміслову сферу студентів. Розглядаючи цю сферу у різних вікових періодах через призму цих функцій можна більш широко показати її роль у подоланні вікових та професійних криз та задоволенні актуальних потреб. Ми вважаємо доречним використати цю структуру у нашому дослідженні. Також, автор поєднує адаптаційну та захисну функцію у адаптаційний механізм, який виконує важливу роль у пристосуванні до нових, тяжких обставин. Прикладом дії цього механізму може слугувати історія Віктора Франкла, екзистенційного психотерапевта, який пережив концентраційний табір під час Другої світової війни [33]. Він розповідає, що зміг витерпіти всі страждання завдяки тому що знайшов сенс продовжувати жити. Сенс є основною складовою смислових орієнтацій. Ми вважаємо що ця історія показує роботу адаптаційного механізму ціннісно-смілової сфери. Водночас тяжкі обставини впливають на ціннісно-смілову сферу. Прикладом є

дослідження ціннісно-сміслової сфери військовослужбовців, які приймали участь у антитерористичній операції [36]. Їх порівнювали з військовослужбовцями, які не приймали участь у військових діях. Виявилось, що існують відмінності по цінностям «конформізм», «універсалізм» та «самостійність». Наявна різниця у шкалах цінностей «високе матеріальне забезпечення» та «збереження власної індивідуальності» між двома групами. Тобто участь у військових діях вплинула на ціннісно-сміслову сферу військовослужбовців.

У дослідженні Сосніхіної Є. виявлено різницю в цінностях серед двох груп студентів: в офіційному шлюбі (1 група) та студенти що знаходяться у незареєстрованій формі шлюбно-сімейних стосунків (2 група) [29]. Виявилось що для першої групи найважливішими є цінності «матеріально забезпечене життя» та «відповідальність». Для другої групи «активне діяльне життя». Отже цінності здатні відображати поведінку людини. Ми допускаємо що ціннісно-сміслова сфера може відображати політичні погляди, громадську позицію та відношення до соціальних проблем.

Отже, ціннісно-сміслова сфера змінюється залежно від віку, від обставин життя. На неї впливає досвід небезпеки для життя. Вона має структуру та функції, що ширше розкривають її сутність.

Відповідно до виявлених особливостей ціннісно-сміслової сфери ми вважаємо найбільш доречним визначення Чайки Г. В.: ціннісно-сміслова сфера – це динамічна функціональна система, що формує смисли та цілі життєдіяльності людини і регулює способи їх досягнення [35]. Це визначення відображає сутність ціннісно-сміслової сфери, через її динамічність, системність і функції.

Ціннісно-сміслова сфера пересікається з поняттями ціннісно-сміслові орієнтації, цінності, ціннісні орієнтації, сенси, сенсожиттєві орієнтації. Щоб диференціюватись від цих понять і показати їх взаємозв'язок необхідно розглянути їх окремо. Також, це потрібно для того щоб обрати найбільш доречне визначення ціннісно-сміслової орієнтації. Хоча цінності та сенси дуже близькі поняття - ціннісні орієнтації та сенсожиттєві орієнтації часто розглядаються відокремлено.

Ю. Шайгородський розглядає ціннісні орієнтації як складну інтегративну мотиваційно-сміслову структуру особистості, що характеризує її цілісність та спрямованість і проявляється в цілях, ідеалах, переконаннях, життєвих планах, якостях особистості та її активності [37]. Поняття ідеалу часто зустрічається поряд з поняттям цінності, деякі дослідники описують цінності як певні ідеали, які стали важливими для великої кількості людей.

С. Матяж та А. Березянська розглядають ціннісні орієнтації як сукупність ієрархічно пов'язаних між собою цінностей, яка ставить людині спрямованість її життєдіяльності [16]. Цінності розглядаються як орієнтири у формуванні світогляду, духовного світу людини. Сенсожиттєві орієнтації розглядаються як джерело ціннісних орієнтацій. Ієрархічний погляд на цінності часто зустрічається, адже саме таким чином можливо розуміти які цінності є важливими та значущими для людини, а які посідають останнє місце у списку. Ми вважаємо доречним використовувати це визначення у нашій роботі.

Схожий погляд на зв'язок цінностей та смислів демонструє Віктор Франкл. Він вважає що цінності - це смисли, що набули значення для багатьох людей [32]. Це сходиться з гіпотезою, що смисложиттєві орієнтації є джерелом ціннісних орієнтацій. Ми вважаємо доречним розглядати ці поняття через призму їх взаємозв'язку. Онищенко Г., також, розглядає цінності як універсалізовані смисли [22].

О. Аніщенко розглядає сенсожиттєві орієнтації через наявність життєвих цілей, відчуття можливості обирати власну долю і керувати нею, задоволеність власною життєдіяльністю та самореалізацією [1]. Зважаючи на те, що цілі обирають опираючись на цінності та сенси, це твердження знову підкреслює вплив сенсожиттєвих орієнтацій на ціннісні.

Враховуючи перелічені особливості ціннісно-сміслових орієнтацій вважаємо доцільним сформулювати визначення: ціннісно-сміслові орієнтації – динамічна структура ціннісно-сміислової сфери особистості, що включає ціннісні та сенсожиттєві орієнтації, які є взаємопов'язаними та впливають на діяльність людини. Беручи до уваги зв'язок цінностей та сенсів необхідно досліджувати сенси через поняття «осмисленість», яке буде показником наявності певних сенсів, а цінності, як

узагальнені, усвідомлені та конкретизовані смисли. Смысл виступає відображенням ставлення до явищ навколишньої дійсності. Осмысленість життя особистості буде свідчити про загальний розвиток ціннісно-смыслової сфери і демонструвати наявність особистісних сенсів, які не є достатньо узагальненими щоб вважатись цінностями (і через це не бувають включеними в будь-які методики визначення ієрархії цінностей).

Вивчаючи проблеми дослідження ціннісно-смыслової сфери, Сошина М. описала такі групи методик дослідження [30]:

1. Методики діагностики домінуючих ціннісних орієнтацій, особистісної спрямованості;

2. Методики, спрямовані на дослідження цілісної системи ціннісних орієнтацій особистості (тести М. Рокича, Ш. Шварца);

3. Проективні методи вивчення ціннісно-смыслової сфери особистості (методики Х. Кантрила, Г. Олпорта та Дж. Гілеспі);

4. Методики вивчення рівня особистісного розвитку, що дозволяють судити про сформованість ціннісно-смыслової сфери (САТ, РСК);

5. Методики дослідження життєвих цілей, рівня усвідомленості життя та сенсожиттєвих орієнтацій (PIL, СЖО).

Проаналізувавши ці групи можна помітити, що деякі з них тільки опосередковано досліджують ціннісно-смыслову сферу. Найбільш розгорнуті данні про цінності дають тести, які дозволяють виявити ієрархію цінностей. Натомість, методики дослідження сенсожиттєвих орієнтацій не пропонують широкого вибору. Найбільш доцільним серед них є тест PIL («Purpose in life») Джеймса Крамбо та Леонарда Махоліка [30]. Він створений на основі логотерапії Віктора Франкла, напрямі, в основі якого лежить поняття сенсу та його пошуку. Аналізуючи методики вивчення ціннісних орієнтацій, які в результаті дають ієрархію певних груп цінностей можна прийти до наступних висновків:

- Методика Ш. Шварца «Портрет цінностей» пропонує групи цінностей, які є більш загальним, спільними для великої кількості людей. Особливо це стосується таких груп як безпека, досягнення, влада та самостійність. Також шкала Ш. Шварца адаптована для використання в Україні [28];

— Методика ціннісних орієнтацій М. Рокича пропонує більше груп цінностей, які є більш індивідуальними. Проте, втрачаються такі важливі групи як власна безпека, влада та традиції.

Слід зазначити, що така група цінностей як цінності безпеки є виключно важливим для досліджень в Україні, де зараз війна.

Стрес поділяють за тривалістю, впливом на організм та об'єктом впливу [3]. За тривалістю може бути гострий та хронічний стрес. За впливом на організм: деструктивний та конструктивний. За об'єктом впливу: фізіологічний та психологічний. Управління стресом доступне для більшості людей [10]. Здатність обирати реакцію на стрес та інші тяжкі обставини є особливістю людини. Також реакція людини на стрес дуже залежить від її особистісно-типологічних якостей [13]. Ще одна особливість феномену стресу полягає у різному необхідному рівні стресостійкості для різних професій [11].

Досліджуючи поняття стресу та стресостійкості необхідно згадати Ганса Сельє, який у 1950 р. розкрив науковій спільноті поняття «стрес». В його тлумаченні стрес – неспецифічна нейрогуморальна відповідь організму на дію стресових факторів різної природи (фізичних, хімічних, біологічних, соціальних) [8]. Аналізуючи власні дослідження Г. Сельє назвав феномен «стресовою реакцією» (раніше користувався поняттям «загального адаптаційного синдрому») [8,27]. Для нас важливо розуміти, що коли стрес тільки починали досліджувати його охарактеризували саме як «адаптаційний синдром», тобто прояв того, що відбувається адаптація до чинників, що викликають напругу. Серед сучасних досліджень стресу, як загального адаптаційного синдрому можна розглянути дослідження Ю. Пилипаки, В. Романюка: вони прийшли до висновків, що необхідно досліджувати стрес як загальний адаптаційний синдром, як фактор психічного здоров'я та стресостійкості [24]. Незважаючи на всі класифікації, суть стресу – адаптація організму до несприятливих факторів. Це твердження є беззаперечним. Саме так ми розглядаємо стрес. Переважаюча сила стресу над адаптаційними можливостями організму є чинником преходу стресу дистрес (шкідлива форма стресу) [21].

Відповідно стресостійкість – це не просто «стійкість до стресу», а індивідуальний поріг особистості, при пересіченні якого проявляється адаптаційний синдром (стрес). Тобто стресотійкість – це не опір несприятливим для організму (і психіки) обставинам, це адаптованість, здатність швидко адаптуватись та межа, при пересіченні якої починає накопичуватись стрес.

### **1.1. Студентство як особлива соціальна група**

Студентство – це особлива соціальна група, яка займається спільною діяльністю. Також студенти, здебільшого, входять до вікового періоду: молодий вік або ранній дорослий (хоча є виключення). Життя студентів наповнене факторами стресу, через навчання та початок професійної діяльності. Хоча ця професійна діяльність не завжди відповідає спеціальності, вона є необхідною.

В цьому віці людина вже має певну сформованість ціннісно-сміслової сфери. Це зумовлено соціальною ситуацією юнака, в юнацькому віці постають питання вибору професії, починаються більш активні відносини з протилежною статтю ніж в підлітковому віці, відбувається формування цілей у житті та розвивається самостійність та незалежність. В цьому віці стає доступною більша кількість цінностей, оскільки основна діяльність юнака-студента може включати професійну діяльність. Гурлева С. стверджує, що юнацький вік – період знаходження і реалізації вищих цінностей [6]. В цьому віці людина може одружитись, що дозволяє розглядати більше цінностей з групи «сімейні цінності». В юнацькому віці починається стадія вторинної соціалізації, що має значний вплив на розвиток ціннісно-сміслової сфери та її структурних компонентів. Беручи до уваги що цінності це загальноприйняті сенси, можна припустити що саме у процесі соціалізації людина засвоює цінності. Важливість цього висновку полягає у тому, що від юнацького віку залежатиме якими цінностями та сенсами буде оперувати людина у майбутньому. Хоча ціннісно-сміслові орієнтації змінюються з віком, саме в юнацькому віці закладається база цінностей. Зважаючи на розглянуті особливості можна зробити висновок, що саме юнацький вік дуже чутливий до формування ціннісно-сміслових орієнтацій.



Зважаючи на те, що більшість студентів знаходяться в юнацькому віці, їх ціннісно-сміслова сфера активно розвивається в процесі навчання та професійної діяльності.

Важливою особливістю цього періоду життя є те, що для багатьох це початок самостійного життя. Деякі студенти приїжджають з інших міст і живуть в гуртожитку. Молодики навчаються самі забезпечувати свій побут, розраховувати скудний бюджет, планувати майбутнє [18].

Основною діяльністю студента є навчання. Успіх цієї діяльності залежить від багатьох чинників: мотивація, залученість, здібності, відповідальність, послідовність, цінностей та інші [15]. Недостатність необхідних якостей та здібностей призводить до дезадаптації та стресу. Прикладом може слугувати пропуск занять та невчасне виконання завдань. Така ситуація призводить до необхідності термінового вирішення проблем у навчанні. Це виявляється не завжди можливим, через недостатність часу, знань та навичок. Відповідно, студент постійно знаходиться у стані напруги, пошуку шляхів вирішення проблем (деякі з яких вже неможливо вирішити). Такий стан не є звичним і викликає дезадаптацію. До цього слід додати, що основною діяльністю студента не завжди є навчання. Дехто витрачає більше часу на професійну діяльність ніж на навчання.

Соціальна ситуація на даному етапі передбачає спілкування з членами навчальної групи, вчителями, формування більш рівноправних стосунків з батьками та членами родини і, доволі часто, початок професійного становлення (взаємодія з колегами або керівництвом). Л. Дябел стверджує що «студентство треба розглядати як соціальну групу в системі вищого навчального закладу, яка має свою мету, свої способи досягнення мети, свої можливості» [9].

Соціальна ситуація та основна діяльність нерозривно пов'язані з ціннісно-смісловою сферою студента. Навчаючись та працюючи – студент починає розуміти свої можливості, бажання, формувати цілі та плани.

Звичайно, особливості студентського періоду відрізняються залежно від спеціальності та форми навчання. Наприклад: студенти-психологи є унікальною соціальною групою, що вивчає психологію і самі в той же час виконує роль об'єкту та дослідника. Їхня освіта відбувається в середовищі, де психологічні знання і

спілкування виконують важливу роль. Студенти-психологи, як соціальна група, виявляють цікаві особливості у процесі рефлексії, що відрізняються від інших студентських категорій. Поглиблюючи знання про людську психіку, вони одночасно переживають та аналізують те, що вивчають. Це створює унікальну динаміку самопізнання та самовдосконалення [17].

Оскільки, вік студента може відноситись до періоду зрілості, слід коротко розглянути цей проміжок. Зрілість – це період дорослої людини, яка веде активну професійну діяльність, є соціалізованою та незалежною. Соціальна ситуація цього періоду – це ситуація реалізації себе [35]. Ціннісно-сміслова сфера включає найбільше цінностей направлених на розвиток у професійній діяльності. Матеріальне становище, як цінність стає більш важливою ніж у молодому та підлітковому віці.

Через різноманітність сфер життя, які змінюються у студента – формуються та змінюються цінності у цих сферах. Ціннісно-сміслова сфера студентів активно розвивається.

Професійна спрямованість є основою студентства, як особливої соціальної групи. Навколо професійної діяльності формується мотивація, цілі, досягнення, уявлення про себе як особистість, як приналежна до певної професії. Через навчання та професійну діяльність змінюється погляд, ставлення до навколишнього світу. Також змінюється ставлення навколишніх до студента, зважаючи на ставлення до професії в суспільстві. Відбувається пошук прикладів професіоналів, з якими асоціює себе студент. На цьому етапі також відбувається переосмислення свого професійного вибору. Якщо студент обрав спеціальність зважаючи тільки на суспільне ставлення до відповідної професії, - може відбутись переосмислення правильності вибору. Наприклад, обравши професію, яка вважається більш прибутковою, студент може зрозуміти, що ця професія не підходить до його здібностей та сфер інтересу. Такі ситуації призводять до змін у ціннісно-смісловій сфері особистості та спонукають до зміни спеціальності. Також, таке усвідомлення може спіткати особистість в період закінчення навчання і початку активної професійної діяльності. Розуміючи, що реальна діяльність не цікавить так сильно як цікавило навчання, студент може продовжити наукову діяльність.

Студентство, як соціальна група має засвоїти цінності своєї професії. Для різних професійних сфер професійні цінності відрізняються. Загалом, проаналізувавши ці зміни, можна зрозуміти що студентство – період активної трансформації ціннісно-сислової сфери особистості.

Також, студентство слід розглянути з точки зору його потенціалу для суспільства. Студенти – майбутні лікарі, психологи, інженери, політики та науковці (та інші). Саме вони вивчають найбільш актуальну наукову інформацію у своїй сфері. Від студентів залежить яка якість життя буде в країні через 10-20 років. Також, від них залежить якість освіти, яку отримають майбутні здобувачі середньої, вищої та спеціальної освіти. Це свідчить про важливість досліджень, з метою покращення якості освіти та формування «правильних» цінностей [26].

Звичайно, отриманий диплом не означає залученість студента у професійну чи наукову діяльність. Бутиліна В. визначає три моделі просування студентів у напрямку професійної діяльності [4]:

- девіантна модель;
- проміжна модель;
- нормативна модель;

До першої групи відносяться студенти які віддаляються від навчання і професійної діяльності. Це може відбуватись з найрізноманітніших причин. Найбільш конструктивною причиною можна назвати переосмислення професійного вибору і зміна спеціальності. З іншої сторони це може відбуватись через звичайну безвідповідальність та відсутність планів на майбутнє. В результаті наявність освіти знецінюється при підборі працівників роботодавцем.

До другої групи відносяться студенти, які отримали певні знання та навички, але не готові до повноцінної професійної діяльності. Тут можна зазначити відповідальність студентів та закладів вищої освіти, які не дають актуальні знання та навички для формування професійної компетентності.

До третьої групи відносяться студенти, які накопичили достатньо знань та навичок для формування професійної компетентності. Вони мають практичний досвід професійної діяльності, забезпечений закладом освіти або власноруч

(студентом). Також вони мають ґрунтовні знання в своїй професії та вміють їх використовувати.

Завдяки розумінню цих чинників та груп, ми можемо сформуванати наступний висновок: перебування у студентстві (як соціальної групі) – не гарантує позитивних змін у ціннісно-смісловій сфері та формування професійної компетентності. Ці фактори залежать від студента та якості викладання і професійної підготовки у закладах вищої освіти.

Узагальнюючи, можна сказати що:

- студенти – складна, динамічна, соціальна група, для якої характерні зміни у соціальній ситуації та основній діяльності. Ці зміни відбуваються в закладах вищої освіти;
- відповідальність за процес та результат навчальної діяльності лежить на студентах та закладах вищої освіти;
- значні зміни у різних сферах життя студента впливають на ціннісно-сміслову сферу;
- студенти – здебільшого юнаки, з відповідними потребами та змінами цього вікового періоду;
- особливості студентського періоду змінюються залежно від спеціальності та закладу ВНЗ;
- основною діяльністю студента є навчально-професійна;
- соціальна ситуація студента полягає у взаємодії з вчителями, студентами, професійній соціалізації та адаптації;
- через велику кількість змін у житті студента відбувається адаптація до них, з можливим переживанням стресу (залежить від стресостійкості).

## **1.2. Феноменологічна проєкція ціннісно-сміслові сфери та стресостійкості**

Ідея впливу ціннісно-сміслові сфери особистості на стресостійкість заснована на розумінні стресу як «симптому» адаптації людини до несприятливих обставин. С. Мотков виділив функції ціннісно-сміслові сфери – одна з яких є адаптивною [20].

Він розглядає цю функцію відносно смислової підструктури ціннісно-смислової сфери особистості. Адаптивна функція виконує роль адаптації особистості до несприятливих умов та допомагає визначити правильну реакцію на обставини.

Приклад адаптивної функції смислової підструктури можна докладно спостерігати на прикладі В. Франкла. Він пережив концтабір під час Другої світової війни і описав свій досвід у книзі «Людина в пошуках сенсу» [33]. В ній він розповідає про свої спостереження за іншими в'язнями та власний досвід. Він детально описав ситуацію, коли ставало зрозуміло що людина не виживе. Коли в'язень починав курити свої цигарки (вони вважались валютою), то ставало зрозуміло що людина не бажає більше жити. Цигарки можна було поміняти на порцію їжі (якщо рідкий суп можна вважати порцією). В. Франкл пов'язував це з втратою сенсу. Сам він постійно згадував свою дружину, споглядав гарний захід сонця, дивився театральні постановки в'язнів, намагався виконувати свої обов'язки лікаря-психіатра. Також він мріяв відтворити рукопис про логотерапію, який в нього забрали і знищили після прибуття в концтабір. Тобто він знаходив сенс у багатьох речах, навіть у таких складних обставинах. Хоча можливостей загинути було вдосталь (навіть маючи для чого жити), але ті, хто втрачав сенс – здавались і помирали не дізнавшись чи є в них шанс. Ця історія показує наскільки важливим є адаптаційний механізм смислової підструктури. Для багатьох людей відсутність сенсу, здатності продовжувати жити заради чогось - стала смертним вироком. Для небагатьох наявність цих сенсів – стала можливістю вижити. Тобто, бувають ситуації в яких наявність сенсу – питання життя та смерті.

Через адаптивну функцію смислової підструктури можна побачити гіпотетичний зв'язок з стресостійкістю. Ми визначили стресостійкість як певну межу, перед якою людина повністю адаптована до обставин, а за межею починається адаптація (стрес). Можна припустити що при більш розвиненій ціннісно-смисловій сфері буде краща здатність до адаптації, через розвинену адаптаційну функцію смислової підсистеми. Наразі ми не знаємо чи залежить ця межа(стресостійкість) від ціннісно-смислової сфери.

Оскільки цінності – це узагальнені, прийняті більшістю людей особистісні смисли – необхідно досліджувати їх також. Проблема дослідження ціннісно-

сміслової сфери через цінності полягає в тому, що вони відображають узагальнене, пропускаючи особистісні сенси людини. Особистісні сенси залежать від індивідуального досвіду та можуть відрізнятися в кожній окремій ситуації [32]. Проте, цінності відображають спільні для багатьох людей сенси, тому є корисними для цілісного дослідження ціннісно-смілової сфери. Тому досліджуючи вплив ціннісно-смілової сфери на формування стресостійкості необхідно враховувати і ціннісну і сміслову підсистему [20].

Зважаючи на адаптаційну функцію, можна побачити зв'язок ціннісно-смілової сфери з стресостійкістю. Заглиблюючись у цю тему, можуть виникнути більш конкретні питання: Як саме розвиненість ціннісно-смілової сфери впливає на стресостійкість? Яка підструктура ціннісно-смілової сфери відповідає за цей зв'язок? Адаптивність до яких видів несприятливих обставин залежить від ціннісно-смілової сфери? Для відповідей на ці питання потрібно встановити зв'язок ціннісно-смілової сфери та стресостійкості. Далі можна буде проводити відповідні дослідження, формувати гіпотези та перевіряти їх. Такий зв'язок може бути важливим фактором при створенні психокорекційних програм у сферах: подолання стресу, формування стресостійкості, формування ціннісно-смілової сфери, підготовка військових до стресових станів та ін.

### **Висновки до першого розділу**

Ми проаналізували поняття: ціннісно-смілова сфера, ціннісна підструктура, смілова підструктура, цінності та сенси. Розглянули погляди різних вчених відносно цих понять Ціннісно-смілова сфера змінюється залежно від вікового періоду, соціальної групи та основної діяльності. Вона має свою структуру та функції. Досліджуючи методики вивчення ціннісно-смілової сфери, ми проаналізували їх. Ми визначили понятійно-категоріальний апарат дослідження. Також, ми проаналізували зв'язок між цінностями та сенсами. Ми проаналізували поняття стресостійкості, визначили його основу, як межу за якою починається адаптація, внаслідок дії несприятливих чинників.

Студенти – складна, динамічна, соціальна група, для якої характерні зміни у соціальній ситуації та основній діяльності. Ці зміни відбуваються в закладах вищої освіти. Через значний розвиток у різних сферах життя – відбувається розвиток ціннісно-сислової сфери особистості. Студенти здебільшого знаходяться в юнацькому віці, з відповідними потребами та кризами цього вікового періоду. Ця соціальна група є унікальною, адже саме від неї залежить майбутнє. Саме тому ми проаналізували види просування студентів до професійної діяльності, і, зрозуміли як це залежить від відповідальності студентів та якості освіти у ВНЗ. Завдяки цьому ми дійшли висновку, що зміни у ціннісно-сисловій сфері можуть не відбуватись, якщо студент не навчається, або не отримує якісної освіти. Будь-які обставини, що порушують якісне отримання освіти вплинуть відповідним чином на ціннісно-сислову сферу студента.

Проаналізувавши понятійно-категоріальний апарат дослідження стає зрозумілим гіпотетичний зв'язок ціннісно-сислової сфери та стресостійкості. В них прослідковується спільний механізм – адаптація. Адаптаційна функція відноситься до сислової підструктури ціннісно-сислової сфери. Ми розглянули приклад дії цієї функції. Основою стресу є реакція організму на адаптацію відносно факторів, до яких особистість не адаптована. Стресотійкість – межа, за якою починається адаптація (стрес). Гіпотетично, більш розвинена ціннісно-сислова сфера сприятиме формуванню вищої межі стресостійкості.

## РОЗДІЛ 2

# ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ ЦІННІСНО-СМИСЛОВОЇ СФЕРИ НА ФОРМУВАННЯ СТРЕСОСТІЙКОСТІ СТУДЕНТІВ

### **2.1. Організація дослідження та обґрунтування вибору діагностичних методик**

Організація дослідження передбачала вияв впливу ціннісно-смыслової сфери на формування стресостійкості студентів. Теоретичний аналіз наукової літератури досліджуваної теми дозволив припустити, що ціннісно-смыслову сферу та стресостійкість пов'язує адаптаційний механізм. Проте, ми не знайшли інформацію про можливий зв'язок ціннісно-смыслової сфери та стресостійкості чи їх взаємний вплив. Також, ми розуміємо, що цей зв'язок може бути обумовлений третіми факторами, функціями ціннісно-смыслової сфери та особливостями стресостійкості. Важливим для подальших досліджень є дослідити ці зв'язки. Метою проведення дослідження є: вияв впливу ціннісно-смыслові сфери на формування стресостійкості студентів.

#### *Завдання емпіричного дослідження.*

Спираючись на теоретичний аналіз теми ми сформуваємо такі завдання емпіричного дослідження:

1. Підбір психодігностичних методик та методів статистичного аналізу;
2. Формування вибірки відповідної категорії: студенти;
3. Проведення дослідження (респонденти проходять тести та анкету) та обрахунок результатів;
4. Аналіз та інтерпретація отриманих результатів.

#### *Організаційні дії.*

Після теоретичного обґрунтування теми дослідження та формування завдань було виконано такі організаційні дії:



1. Аналіз вимог до проходження респондентами методик: зручність методик, скільки часу респондент готовий витратити на проходження методик, розуміння респондентами питань методик що належать до визначення ціннісно-сислової сфери, стресостійкості, цінностей, сенсів та особливостей проходження методик онлайн та офлайн. Також , було розглянуто питання певної «втрати смислової складової» питань методик під час їх перекладу. Було розглянуто питання кількості респондентів необхідної для достовірного відображення особливостей впливу ціннісно-сислової сфери на стресостійкість студентів.

2. Підбір методик, які відповідають меті дослідження: дослідити вплив ціннісно-сислової сфери на стресостійкість. Було обрано такі методики: Методика Ш. Шварца PVQ «Портрет цінностей» (40 питань), Тест – «Мета в житті» (Переклад «The purpose in life test») - Джеймс Крамбо та Леонард Махолік (1969) - 20 питань та Методика самооцінки стресостійкості (Connor-Davidson Resilience Scale, CD-RISC) - 10 питань. Також, ми сформували анкету «Ставлення студентів/студенток до теми». Анкета була створена з метою дослідження особливостей розуміння теми серед студентів а також дослідження особливостей, що не увійшли в тестові методики. Анкета складається з 9 закритих питань і 6 відкритих. Її було створено на основі теоретичного аналізу теми, після вибору методик. Також було обрано математичні методи: коефіцієнт кореляції Пірсона (лінійна залежність) та коефіцієнт кореляції рангу Спірмена (нелінійна залежність).

3. На третьому етапі ми сформували вибірку відповідно до вимог написання роботи. Був гарантований випадковий підбір респондентів, що є важливим для достовірності отриманих результатів. У вибірці були респонденти випадкової статі, соціального положення та віку. Всі респонденти є студентами, тобто навчаються у закладах вищої освіти під час участі в дослідженні.

4. На четвертому етапі ми провели тестування та анкетування респондентів обраними методиками.

5. На п'ятому етапі ми порахували результати, провели математичний аналіз та інтерпретували отримані результати відносно першого розділу роботи.

*База дослідження.*

Група респондентів складається з студентів віком від 19 до 50 років, що навчаються у закладах вищої освіти. Більшість респондентів жіночої статі. Також, більшість не тільки навчається, а ще й працює.

#### *Характеристика обраних методик.*

Методика Ш. Шварца PVQ «Портрет цінностей» складається з 40 тверджень, в яких потрібно обрати наскільки ви схожі на описану людину. Відповіді у такому форматі: дуже побідна, така ж як я, майже така як я, трішки така як я, зовсім не така як я. Залежно від обраної відповіді бали розподіляються у 10 шкал (груп цінностей), відповідно до ключа методики. У кожній шкалі можна набрати від 1 до 6 балів. Методика розрахована на створення ієрархії цінностей респондента. Вона містить такі групи цінностей (шкали): самостійність, стимуляція, гедонізм, досягнення, влада, безпека, конформізм, традиція, універсалізм, доброзичливість. Час необхідний на виконання тесту 5-10 хв. Методика адаптована в Україні у 2013 р. Семків І. І. Автором проведено крос-культурну адаптацію та валідацію методики Ш. Шварца «Портрет цінностей» для подальшого використання в Україні. Тестова методика відповідає меті та завданням нашого дослідження, є зручною та зрозумілою для респондентів.

Тест – «Мета в житті» («The purpose in life test») - створений Джеймсом Крамбо та Леонард Махоліком у 1969 р. Вони створили цей тест на основі логотерапії В. Франкла. Він складається з 20 парних тверджень, в яких потрібно обрати яке з тверджень ближче до вас. За кожену відповідь можна отримати 1-7 балів. В результаті тесту отримуємо одну шкалу – «осмисленість життя», в якій може бути від 20 до 170 балів. Більша кількість балів говорить про вищий рівень осмисленості життя. Час проходження тесту ~5 хв. Методика була адаптована Д. А. Леонтьєвим у 1992 р., тобто, вже в Росії. Тому ми переклали методику з оригіналу (англійської) для своєї роботи.. Питання тесту стосуються ставлення респондента до смерті, самогубства, життя, щоденних завдань, пошуку сенсу, наявності сенсу, планів на майбутнє, сприйняття світу та себе. Тест є необхідним для дослідження ціннісно-сміслової сфери, що було доведено в першому розділі. У зв'язку з відсутністю аналогів, переклад цього тесту – найкращий варіант для нашого дослідження.

Методика самооцінки стресостійкості (Connor-Davidson Resilience Scale, CD-RISC) – адаптована в Україні у 2020 р. Н. Школіною, І. Шаповаловим, І. Орловою, І. Кедиком та М. Станіславчуком. Оригінальний тест складався з 25 тверджень. В адаптації вийшло 1 твердження, в яких потрібно вказати наскільки ви згодні з ними. Варіанти відповідей мають такий вигляд: зовсім не вірно, дуже рідко вірно, іноді вірно, часто вірно, майже завжди вірно. За кожен пункт можна отримати 0-4 бали. В результаті отримуємо бали за шкалою стресостійкість (0-40 б.). Чим більше балів отримав респондент, тим вища у нього стресостійкість. Час потрібний на виконання тесту – до 5 хвилин. Питання стосуються досвіду респондента, його самоспостереження у таких темах: адаптація до змін, ставлення до стресу, відновлення після стресу, ставлення до перешкод, поведінка у стресових ситуаціях, когнітивні здібності у стресових ситуаціях, впевненість у можливості впоратись зі своїми негативними почуттями та складними ситуаціями. При адаптації тесту, автори провели підрахунок коефіцієнта альфа-Кронбаха, для визначення внутрішньої узгодженості питань. Також було проведено дослідження за допомогою оригінального тесту (25 питань) та скороченого, адаптованого (10 питань). Проведено її крос-культурну адаптацію та валідизацію для подальшого використання в україномовній популяції. Методика оцінки стресостійкості відповідає меті і завданням нашого дослідження. Вона є зручною та зрозумілою для респондентів.

Анкета «Ціннісно-смилова сфера та стресостійкість: студентське бачення» – авторська методика, створена для отримання більш широких результатів досліджень. Анкета складається з 5 питань (9 закритих, 6 відкритих). Час необхідний для надання відповідей на всі питання ~5 хв. Питання стосуються таких тем: ставлення до впливу цінностей та сенсів на життя респондента, розуміння своїх цінностей, наявність сенсу в різних сферах життя респондента, ставлення до теми. Деякі питання поставлені таким чином, щоб отримати якнайбільше інформації від респондентів. Відповідаючи на питання про наявність сенсу у певній сфері життя, респондент бачить наступне питання: напишіть який сенс ви бачите у цій сфері. Відповідаючи так на перше питання, респондент вірогідніше відповість на наступне (в якому потрібно писати). Таких пар питань 3 (закрите, потім відкрите). Анкета була розроблена на основі

теоретичного аналізу у першому розділі. Вона відповідає меті і завданням нашого дослідження.

## **2.2. Аналіз та інтерпретація результатів емпіричного дослідження впливу ціннісно-сміслової сфери на формування стресостійкості студентів**

*Аналіз результатів методики Ш. Шварца PVQ «Портрет цінностей» (Семків І. І.).*

У таблиці можна побачити кількість відповідей респондентів за десятима шкалами розподілені за балами наступним чином: 1-1,99 б., 2-2,99 б., 3-3,99 б., 4-4,99 б., 5-6 б. У шкалі «Конформізм» найбільше респондентів (37,5%) потрапило у категорію 2-2,99 б. Найменше (2,5%) в категорії 1-1,99 б. Середнє значення – 3,40 б. Розглядаючи шкалу «Конформізм» ми спостерігаємо таке розподілення відповідей:

- 2,5% респондентів потрапили у категорію 1-1,99 б.;
- 37,5% респондентів потрапили в категорію 2-2,99 б.;
- 30% респондентів потрапили у категорію 3-3,99 б.;
- 15% респондентів потрапили у категорію 4-4,99 б.;
- 15% респондентів потрапили у категорію 5-5,99 б.

У шкалі «Традиція» найбільше респондентів (55%) потрапило у категорію 2-2,99 б. Найменше (0%) в категорії 5-5,99 б. Середнє значення - 2,48 б. Розглядаючи шкалу «Традиція» ми спостерігаємо таке розподілення відповідей:

- 17,5% респондентів потрапили у категорію 1-1,99 б.;
- 55% респондентів потрапили в категорію 2-2,99 б.;
- 20% респондентів потрапили у категорію 3-3,99 б.;
- 7,5% респондентів потрапили у категорію 4-4,99 б.;
- 0% респондентів потрапили у категорію 5-5,99 б.

У шкалі «Доброзичливість» найбільше респондентів (35%) потрапило у категорію 3-3,99 б. та 4-4,99 б. Найменше (0%) в категорії 1-1,99 б. Середнє значення – 4,11 б. Розглядаючи шкалу «Доброзичливість» ми спостерігаємо таке розподілення відповідей:

- 0% респондентів потрапили у категорію 1-1,99 б.;
- 5% респондентів потрапили в категорію 2-2,99 б.;
- 35% респондентів потрапили у категорію 3-3,99 б.;
- 35% респондентів потрапили у категорію 4-4,99 б.;
- 25% респондентів потрапили у категорію 5-5,99 б.

У шкалі «Універсалізм» найбільше респондентів (45%) потрапило у категорію 4-4,99 б. Найменше (0%) в категорії 1-1,99 б. та 2-2,99 б. Середнє значення – 4,24 б. Розглядаючи шкалу «Універсалізм» ми спостерігаємо таке розподілення відповідей:

- 0% респондентів потрапили у категорію 1-1,99 б.;
- 0% респондентів потрапили у категорію 2-2,99 б.;
- 35% респондентів потрапили у категорію 3-3,99 б.;
- 45% респондентів потрапили у категорію 4-4,99 б.;
- 20% респондентів потрапили у категорію 5-5,99 б.

У шкалі «Самостійність» найбільше респондентів (50%) потрапило у категорію 4-4,99 б. Найменше (0%) в категорії 1-1,99 б. та 2-2,99 б. Середнє значення – 4,68 б. Розглядаючи шкалу «Самостійність» ми спостерігаємо таке розподілення відповідей:

- 0% респондентів потрапили у категорію 1-1,99 б.;
- 0% респондентів потрапили у категорію 2-2,99 б.;
- 12,5% респондентів потрапили у категорію 3-3,99 б.;
- 50% респондентів потрапили у категорію 4-4,99 б.;
- 37,5% респондентів потрапили у категорію 5-5,99 б.

У шкалі «Стимуляція» найбільше респондентів (37,5%) потрапило у категорію 3-3,99 б. Найменше (0%) в категорії 1-1,99 б. Середнє значення – 3,90 б. Розглядаючи шкалу «Стимуляція» ми спостерігаємо таке розподілення відповідей:

- 0% респондентів потрапили у категорію 1-1,99 б.;
- 15% респондентів потрапили у категорію 2-2,99 б.;
- 37,5% респондентів потрапили у категорію 3-3,99 б.;
- 27,5% респондентів потрапили у категорію 4-4,99 б.;
- 20% респондентів потрапили у категорію 5-5,99 б.

У шкалі «Гедонізм» найбільше респондентів (47,5%) потрапило у категорію 5-6 б. Найменше (0%) в категорії 1-1,99 б. Середнє значення – 4,66 б. Розглядаючи шкалу «Гедонізм» ми спостерігаємо таке розподілення відповідей:

- 0% респондентів потрапили у категорію 1-1,99 б.;
- 5% респондентів потрапили у категорію 2-2,99 б.;
- 10% респондентів потрапили у категорію 3-3,99 б.;
- 37,5% респондентів потрапили у категорію 4-4,99 б.;
- 47,5% респондентів потрапили у категорію 5-5,99 б.

У шкалі «Досягнення» найбільше респондентів (35%) потрапило у категорію 3-3,99 б. Найменше (2,5 %) в категорії 1-1,99 б. Середнє значення – 4,29 б. Розглядаючи шкалу «Досягнення» ми спостерігаємо таке розподілення відповідей:

- 2,5 % респондентів потрапили у категорію 1-1,99 б.;
- 5% респондентів потрапили у категорію 2-2,99 б.;
- 35% респондентів потрапили у категорію 3-3,99 б.;
- 30% респондентів потрапили у категорію 4-4,99 б.;
- 27,5% респондентів потрапили у категорію 5-5,99 б.

У шкалі «Влада» найбільше респондентів (35%) потрапило у категорію 3-3,99 б. Найменше (2,5 %) в категорії 1-1,99 б. Середнє значення – 3,53 б. Розглядаючи шкалу «Влада» ми спостерігаємо таке розподілення відповідей:

- 2,5 % респондентів потрапили у категорію 1-1,99 б.;
- 22,5% респондентів потрапили у категорію 2-2,99 б.;
- 35% респондентів потрапили у категорію 3-3,99 б.;
- 27,5% респондентів потрапили у категорію 4-4,99 б.;
- 12,5% респондентів потрапили у категорію 5-5,99 б.

У шкалі «Безпека» найбільше респондентів (45%) потрапило у категорію 4-4,99 б. Найменше (2,5 %) в категорії 1-1,99 б. та 2-2,99 б. Середнє значення – 4,09 б. Розглядаючи шкалу «Безпека» ми спостерігаємо таке розподілення відповідей:

- 2,5 % респондентів потрапили у категорію 1-1,99 б.;
- 2,5 % респондентів потрапили у категорію 2-2,99 б.;

- 32,5% респондентів потрапили у категорію 3-3,99 б.;
- 45% респондентів потрапили у категорію 4-4,99 б.;
- 17,5% респондентів потрапили у категорію 5-5,99 б.

Таблиця 2.2.1

Відсоткове співвідношення розподілу балів за методикою «Портрет цінностей»

Шкала	1≤/%	2≤/%	3≤/%	4≤/%	5≤/%	Середнє
Конформізм	1	15	12	6	6	3,40
	(2,5 %)	(37,5%)	(30%)	(15%)	(15%)	
Традиція	7	22	8	3	0	2,48
	(17,5%)	(55%)	(20%)	(7,5%)	(0%)	
Доброзичливість	0	2	14	14	10	4,11
	(0%)	(5%)	(35%)	(35%)	(25%)	
Універсалізм	0	0	14	18	8	4,24
	(0%)	(0%)	(35%)	(45%)	(20%)	
Самостійність	0	0	5	20	15	4,68
	(0%)	(0%)	(12,5%)	(50%)	(37,5%)	
Стимуляція	0	6	15	11	8	3,90
	(0%)	(15%)	(37,5%)	(27,5%)	(20%)	
Гедонізм	0	2	4	15	19	4,66
	(0%)	(5%)	(10%)	(37,5%)	(47,5%)	
Досягнення	1	2	14	12	11	4,29
	(2,5 %)	(5%)	(35%)	(30%)	(27,5%)	
Влада	1	9	14	11	5	3,53
	(2,5 %)	(22,5%)	(35%)	(27,5%)	(12,5%)	
Безпека	1	1	13	18	7	4,09
	(2,5 %)	(2,5 %)	(32,5%)	(45%)	(17,5%)	

За даними таблиці 2.2., розглядаючи шкалу «Конформізм» помітно що відповідей вище 4 б. всього 30%. Ми вважаємо, що це пов'язано з відсутністю у сучасної молоді гострої необхідності у соціальному прийнятті. Це, натомість, може

бути пов'язано з негативним ставленням частини населення до меншин (за орієнтацією, правами жінок та ін.) Тобто, бути соціально прийнятим більшою спільнотою стає менш важливим, оскільки, часто це прийняття супроводжується певними обмеженнями, очікуваннями та критикою.

Розглядаючи шкалу «Традиція», помітно що це єдина шкала, в якій жоден респондент не набрав більше 5 балів. Також, це єдина шкала в якій 7 респондентів потрапило в категорію 1-1,99 б. Основна кількість (92,5%) студентів набрала менше 4 б. Це ми пов'язуємо з негативним враженням, яке виникає від «традиційних цінностей» у молодих людей. Часто ці цінності обмежують права людини, нав'язуються, як єдино правильні для нормального розвитку суспільства. Дотримання традицій, традиційних цінностей часто пов'язано з обмеженнями та правилами.

Розглядаючи шкалу «Доброзичливість», помітно що більшість відповідей знаходяться вище 4 балів (60%). Це свідчить про розповсюдженість серед студентів цінностей турботи про друзів та родичів, взаємної підтримки, гарного ставлення до оточення та відповідальності. Схильність до групи цінностей «Доброзичливість» проказує, що суспільство розвивається, підтримує корисні цінності.

Розглядаючи шкалу «Універсалізм», помітно що всі відповіді вище 3 балів. Основна кількість відповідей (65%) більше 4 б. Це свідчить про схильність студентів до підтримання толерантності, рівності, соціальної підтримки, захист меншин. Ми вважаємо, що певна нерівність, що існує в сучасному суспільстві викликає такий результат. Помічаючи несправедливість ми відчуваємо, наскільки важливо забезпечити безпеку та рівні права. Тому цінності «Традиції» замінюються цінностями «Універсалізму». Така ситуація досить унікальна і нова для нашого суспільства.

Розглядаючи шкалу «Самостійність», помітно що всі відповіді вище 3 балів. Основна кількість відповідей (87,5%) вища або дорівнює 4 балам. Це відображає бажання студентів до незалежності, намагання бути максимально самостійними. Значній кількості респондентів (87,5%) притаманна незалежність (або бажання незалежності) від соціального оточення, чужих переконань та думок, фінансова та психологічна, незалежність. Така тенденція є корисною для соціуму, вона формує сильних та незалежних особистостей.



Розглядаючи шкалу «Стимуляція», помітно що половина відповідей (52,5%) нижче 4 балів, інша половина (47,5%) – вище. Жоден респондент не набрав менше 2 балів. Це свідчить про те, що респонденти відрізняються один від одного. Тобто, у всіх різна схильність до ризику, стану постійного збудження та необхідність в новизні. Кожен має свій темперамент, активність, улюблені заняття. Проте, не кожен схильний до високого рівня цих характеристик. Ми вважаємо, що такий розподіл свідчить про звичайний, нормальний розподіл цих цінностей відповідно до характерів та особистісних особливостей кожного респондента.

Розглядаючи шкалу «Гедонізм», помітно що більшість респондентів (85%) набрали більше 4 балів. Це свідчить про розповсюдженість потреби у комфорті, отриманні задоволення, веселого проведення часу. Ми припускаємо, що така висока прихильність до цінностей «Гедонізму» пов'язана з відсутністю достатнього задоволення від повсякденного життя. Ми вважаємо, що така розповсюдженість цінностей «Гедонізму» є показником розвитку суспільства, адже вона відображає бажання респондентів до вищої якості життя, більшого комфорту. Такі цінності викликають бажання перебороти складнощі та перепони, щоб отримати той рівень життя який бажаєш.

Розглядаючи шкалу «Досягнення», помітно що більшість респондентів (57,5%) набрали більше 4 балів. Ця більшість менш виражена ніж в інших шкалах (всього 7% різниці). Проте менше 3 балів набрало тільки 3 респондента (7,5%). Це свідчить, що більшість респондентів готові працювати для досягнення успіху, бажають його. Для них ці цінності є важливими. Це свідчить про розвиток суспільства, бажання студентів досягти успіху, готовність працювати. Цінності «Досягнення» є ключовими для майбутнього країни, адже вони визначають майбутніх професіоналів, представників своїх професій.

Розглядаючи шкалу «Влада», помітно, що респонденти розподілені досить рівно від центру (2,5 %, 22,5%, 35%, 27,5%, 12,5%). Ця кількість відповідей свідчить про нормальний розподіл цінностей «Влади». Є респонденти які більш схильні до керування іншими, їм це подобається. Є, ті хто не любить керувати. Це залежить від

темпераменту, характеру та особистісних особливостей індивіда. На нашу думку, такий розподіл є цілком нормальним, природним.

Розглядаючи шкалу «Безпека», помітно що більшість (62%) набрало більше 4 балів. Ми вважаємо що рівень прихильності до цінностей «Безпеки» мав би бути більш рівномірно розподіленим. В нормальній ситуації ці цінності відображають відсутність схильності до ризику, намагання забезпечити безпеку і стабільність. Ймовірно, така розповсюдженість прихильності до цінностей «Безпеки» пов'язана з війною. Під час війни, багато людей пережили небезпечні для життя ситуації і виникла більша прихильність до цінностей «Безпеки». Формування певної стабільності та безпеки стало більш цінним, складно досяжним.

*Результати тесту «Мета в житті» (Переклад «The purpose in life test») - Джеймс Крамбо та Леонард Махлік (1969).*

Розглядаючи шкалу «Осмисленість життя», ми бачимо що найбільша кількість результатів (40%) знаходяться у діапазоні 80-99 балів. Найменша кількість результатів (2,5%) знаходяться у діапазонах 20-40 та 120-140 балів. Розглядаючи шкалу «Осмисленість життя» ми спостерігаємо таке розподілення відповідей:

- 2,5 % респондентів потрапили у категорію 20-39 б.;
- 7,5% респондентів потрапили у категорію 40-59 б.;
- 22,5% респондентів потрапили у категорію 60-79 б.;
- 40% респондентів потрапили у категорію 80-99 б.;
- 25% респондентів потрапили у категорію 100-119 б.
- 2,5% респондентів потрапили у категорію 120-140 б.

*Таблиця 2.2.2*

Відсоткове співвідношення розподілу балів за методикою «Мета в житті»

Шкала	20≤/%	40≤/%	60≤/%	80≤/%	100≤/%	120≤/%	Середнє
Осмисленість життя	1	3	9	16	10	1	88,32
	(2,5%)	(7,5%)	(22,5%)	(40%)	(25%)	(2,5%)	

За даними таблиці 2.2.2 помітно, що більшість респондентів (67,5%) отримало рівно або більше 80 балів. Це свідчить про переважання високого рівня «Осмисленості життя» серед респондентів. Також, високий рівень свідчить про

наявність особистісних унікальних сенсів у цих респондентів, які неможливо було б виявити досліджуючи тільки цінності. Це зумовлено унікальністю кожної людини, яка не завжди може бути описана в узагальнених, спільних для багатьох цінностей. Менша частина респондентів отримала менше 80 балів. Низький рівень «Осмишеності життя» свідчить про складнощі пошуку сенсу або його реалізації. Людина з дуже низькими балами – страждає, вважає своє життя безглуздом, а будь які дії чи прояв ініціативи – безсенсовними.

*Результати методики самооцінки стресостійкості (Connor-Davidson Resilience Scale, CD-RISC).*

Розглядаючи шкалу «Стресостійкість», ми бачимо що найбільша кількість результатів (62,5%) знаходяться у діапазоні 20-29 балів. Найменша кількість результатів (2,5 %) знаходяться у діапазоні 0-9 балів. Розглядаючи шкалу «Стресостійкість» ми спостерігаємо таке розподілення відповідей:

- 2,5 % респондентів потрапив у категорію 0-9 б.;
- 12,5% респондентів потрапили у категорію 10-19 б.;
- 62,5% респондентів потрапили у категорію 20-29 б.;
- 22,5% респондентів потрапили у категорію 30-40 б.

*Таблиця 2.2.3*

Відсоткове співвідношення розподілу балів за методикою «Самооцінка стресостійкості»

Шкала	0≤	10≤	20≤	30≤	Середнє
Стресостійкість	1	5	25	9	25,25
	(2,5%)	(12,5%)	(62,5%)	(22,5%)	

За даними таблиці 2.2.3, аналізуючи результати тесту, помітно що більшість респондентів (85%) отримали 20 і більше балів. Це свідчить про переважання розвиненої стресостійкості серед респондентів. Здатність опиратись стресу, міра за якою починається адаптація – добре розвинена у вибірки. Меншу кількість балів набрали 15% респондентів. Це свідчить про менший рівень стресостійкості, легше виникає та накопичується стрес, нижча міра за якою починається адаптація.

*Результати проведеного анкетування «Ціннісно-смилова сфера та стресостійкість: студентське бачення».*

За результатами анкетування можна побачити такі результати:

- більшість (85%) згодні, що страждання легше переносити якщо вони мають сенс. Меншість (15%) - не згодні;
- більшість (55%) згодні, що проблеми викликають менше стресу, якщо їх подолання необхідне для досягнення мети. Меншість (45%) - не згодні;
- більшість (72,5%) згодні, що мають сенс життя. Меншість (27,5%) – не мають;
- більшість (67,5%) згодні, що страждання мають сенс. Меншість (32,5%) – не згодні;
- більшість (67,5%) знаходять сенс у своїй професійній діяльності. Меншість (10%) – не знаходять. Ще 22,5% не працюють в час проведення дослідження;
- більшість (92,5%) знаходять сенс у любові (або стосунках). Меншість (7,5%) – ні;
- більшість згодна (85%) з ідеєю, що більш розвинена ціннісно-смилова сфера йде разом з більш розвиненою стресостійкістю. Меншість (15%) не згодна з цим твердженням;
- більшість (60%) згодна, що в будь-якій ситуації можна знайти унікальний сенс, який потрібно реалізувати. Меншість (40%) – не згодні.
- більшість (67%) респондентів не сповідує жодної релігії. Менша частина (15%) відносить себе до певної релігії, але не виконує жодних ритуалів. Така ж частина (15%) відносить себе до певної релігії і виконує певні ритуали. Сповідує певну релігію і виконує всі ритуали всього 2,5% (1 респондент).

*Таблиця 2.2.4*

Відсоткове співвідношення розподілу відповідей анкетування «Ціннісно-смилова сфера та стресостійкість: студентське бачення»

Питання:	Так/%	Ні/%
1 Чи згодні ви з твердженням: страждання легше переносити, якщо вони мають для вас сенс (або є необхідними у досягненні вашої мети).	34	6
	(85%)	(15%)
	22	18

2 Чи згодні ви з твердженням: складнощі, викликають менше стресу, якщо вони необхідні для досягнення вашої мети:	(55%)	(45%)	
3 Чи є у вас сенс життя (не окремих ситуацій, а загальний)	29	11	
	(72,5%)	(27,5%)	
4 Якщо ви маєте уявлення про сенс свого життя - коротко опишіть його (якщо не маєте - напишіть "немає")			
5 Чи вважаєте ви що в стражданнях може бути сенс? (наприклад: я стану сильнішим, якщо впораюсь з цими труднощами)	27	13	
	(67,5%)	(32,5%)	
6 Коротко опишіть приклад негараздів, в яких ви знайшли власний унікальний сенс (якщо немає - "немає")			
7 Чи знаходите ви сенс у своїй роботі?	27	4	Не працюю 9
	(67,5%)	(10%)	(22,5%)
8 Опишіть одну найголовнішу особливість вашої професійної діяльності, яка надихає вас, є ресурсною (якщо немає - "немає").			
9 Чи знаходите ви сенс в любові (або стосунках)	37	3	
	(92,5%)	(7,5%)	
10 Яка одна найголовніша річ надихає вас у стосунках (якщо немає "немає").			
11 Чи згодні ви з твердженням: у людини з більш розвинутою ціннісно-смісловою сферою - краща стресостійкість? (під більш розвинутою ціннісно-смісловою сферою ми розуміємо більшу кількість цінностей які людина реалізує, більше цілей)	34	6	
	(85%)	(15%)	
12 Які цінності є для вас найважливішими (3 головні цінності)			
13 На реалізацію який цінностей ви витрачаєте найбільше часу (3 головні цінності)			
14 Чи згодні ви з твердженням: у будь якій ситуації є свій унікальний сенс, який вам потрібно знайти і реалізувати.	24	16	
	(60%)	(40%)	
15 Чи релігійна ви людина?	Не сповідаю жодної релігії – 27 (67%)	Відношу себе до певної релігії, не виконую жодних ритуалів – 6 (15%)	
	Відношу себе до певної релігії, виконую певні ритуали – 6 (15%)	Сповідаю певну релігію виконую всі ритуали – 1 (2,5%)	

За даними таблиці 2.2.4, завдяки відповідям на питання про легше перенесення страждань і стресу якщо вони необхідні для досягнення мети, ми бачимо, що більшість (85% і 55%) погоджується з цим. Проте, помітно, що з твердженням про легше перенесення страждань погодилось більше респондентів. Отже, майже половина (45%) вважає, що накопичення стресу не залежить від наявності сенсу чи мети. Середнє число респондентів (67,5%) відносно перших двох тверджень погоджується що в стражданнях може бути сенс.

Також, більшість вважає що має сенс життя. Це незвично, адже розуміння загального сенсу свого життя – дуже складна задача. Більшість вчених не вважає доцільним шукати відповідь на це питання (практичну відповідь). Віктор Франкл розглядав такий сенс, як доступний тільки в момент смерті. Він порівняв це з переглядом фільму, сенс якого зрозумілий тільки після кінцівки.

Більшість знаходить сенс у стосунках (92,5%) та професійній діяльності (67,5%). У стосунках більше людей знаходять сенс. Це може бути пов'язане з тим, що стосунки – більш вільна, емоційно забарвлена сфера життя. Відчуваючи любов, людина може страждати, радіти, захоплюватись та багато іншого. Робота може бути нудною, просто для заробляння грошей. Також, стосунки не обов'язкові. Якщо людині не подобається в стосунках вона може їх завершити. З професійною діяльністю це не завжди можливо.

Значна частина респондентів (85%) згодна, що у людини з більш розвиненою ціннісно-сисловою сферою буде більш розвинена стресостійкість. Цікавим є те, що лише 55% погодились, що стрес легше переносити, якщо він має мету чи сенс.

60 % респондентів погоджуються, що в кожній ситуації є свій унікальний сенс, який потрібно знайти і реалізувати. Дане ставлення до сенсу також запропонував Віктор Франкл. Тут зазначається не просто наявність сенсу в окремих ситуаціях, а й відповідальність за його розуміння і реалізацію.

Також, основна частина респондентів (67%) не сповідує жодної релігії. Це незвичайний результат, адже в інших дослідженнях спостерігалась залежність між високим рівнем осмисленості життя і релігійності. Зокрема, результат тесту «Мета в житті» показував такий взаємозв'язок з релігійністю.

#### *Математичні методи.*

В таблиці кореляційного зв'язку ми бачимо  $r$  (коефіцієнт кореляції) Пірсона - 0,00317223 та Спірмена - 0,013663568. Також  $t_{\text{крит}}$  для похибки 0,10. В останньому стовпці ( $r/t_{\text{крит}}$ ) написано порівняння коефіцієнту кореляції та критичного значення. В таблиці порівнюються  $r$  та  $t_{\text{крит}}$  відносно кореляційного зв'язку між шкалами «Конформізм» та «Стресостійкість».

Таблиця 2.2.5

## Кореляційний зв'язок між шкалами «Конформізм» та «Стресостійкість»

Метод	Шкала	r	t <sub>крит</sub> (0,10)	r/t <sub>крит</sub> (0,10)
Пірсона	«Конформізм»	0,00317223	0,271	r < t <sub>крит</sub> (0,10)
Спірмена	«Стресостійкість»	0,013663568	0,271	r < t <sub>крит</sub> (0,10)

За даними таблиці 2.2.5, помітно що кореляційний зв'язок за Пірсоном є дуже слабким ( $0,00317223 < 0,2$ ). Цей зв'язок є значущим при похибці більше 0,10 ( $r < t_{\text{крит}}$  для 0,10). Кореляційний зв'язок за Спірменом є дуже слабким ( $0,013663568 < 0,2$ ). Цей зв'язок є значущим при похибці більше 0,10 ( $r < t_{\text{крит}}$  для 0,10). Зв'язок є прямим, тобто, збільшення показника «Конформізму» відповідає збільшенню показника «Стресостійкості»

В таблиці кореляційного зв'язку ми бачимо r (коефіцієнт кореляції) Пірсона – (-0,055633928) та Спірмена – (- 0,013663568). Також t<sub>крит</sub> для похибки 0,10. В останньому стовпці (r/t<sub>крит</sub>) написано порівняння коефіцієнту кореляції та критичного значення. В таблиці порівнюються r та t<sub>крит</sub> відносно кореляційного зв'язку між шкалами «Традиція» та «Стресостійкість».

Таблиця 2.2.6

## Кореляційний зв'язок між шкалами «Традиція» та «Стресостійкість»

Метод	Шкала	r	t <sub>крит</sub> (0,10)	r/t <sub>крит</sub> (0,10)
Пірсона	«Традиція»	-0,055633928	0,271	r < t <sub>крит</sub> (0,10)
Спірмена	«Стресостійкість»	-0,01076502	0,271	r < t <sub>крит</sub> (0,10)

За даними таблиці 2.2.6, помітно що кореляційний зв'язок за Пірсоном є дуже слабким ( $-0,055633928 < -0,2$ ). Цей зв'язок є значущим при похибці більше 0,10 ( $r < t_{\text{крит}}$  для 0,10). Кореляційний зв'язок за Спірменом є дуже слабким ( $-0,01076502 < -0,2$ ). Цей зв'язок є значущим при похибці більше 0,10 ( $r < t_{\text{крит}}$  для 0,10). Ці зв'язки виражені у від'ємних числах. Це свідчить про протилежний зв'язок: чим більше балів у шкалі «Традиція», тим менше балів у шкалі «Стресостійкість».

В таблиці кореляційного зв'язку ми бачимо  $r$  (коефіцієнт кореляції) Пірсона - 0,041232858 та Спірмена - 0,112278245. Також  $t_{\text{крит}}$  для похибки 0,10. В останньому стовпці ( $r/t_{\text{крит}}$ ) написано порівняння коефіцієнту кореляції та критичного значення. В таблиці порівнюються  $r$  та  $t_{\text{крит}}$  відносно кореляційного зв'язку між шкалами «Доброзичливість» та «Стресостійкість».

Таблиця 2.2.7

Кореляційний зв'язок між шкалами «Доброзичливість» та «Стресостійкість»

Метод	Шкала	$r$	$t_{\text{крит}}(0,10)$	$r/t_{\text{крит}}(0,10)$
Пірсона	«Доброзичливість»	0,041232858	0,271	$r < t_{\text{крит}}(0,10)$
Спірмена	«Стресостійкість»	0,112278245	0,271	$r < t_{\text{крит}}(0,10)$

За даними таблиці 2.2.7, помітно що кореляційний зв'язок за Пірсоном є дуже слабким ( $0,041232858 < 0,2$ ). Цей зв'язок є значущим при похибці більше 0,10 ( $r < t_{\text{крит}}$  для 0,10). Кореляційний зв'язок за Спірменом є дуже слабким ( $0,112278245 < 0,2$ ). Цей зв'язок є значущим при похибці більше 0,10 ( $r < t_{\text{крит}}$  для 0,10). Зв'язок є прямим, тобто, збільшення показника «Доброзичливість» відповідає збільшенню показника «Стресостійкості»

В таблиці кореляційного зв'язку ми бачимо  $r$  (коефіцієнт кореляції) Пірсона - 0,121673343 та Спірмена - 0,002500599. Також  $t_{\text{крит}}$  для похибки 0,10. В останньому стовпці ( $r/t_{\text{крит}}$ ) написано порівняння коефіцієнту кореляції та критичного значення. В таблиці порівнюються  $r$  та  $t_{\text{крит}}$  відносно кореляційного зв'язку між шкалами «Універсалізм» та «Стресостійкість».

Таблиця 2.2.8

Кореляційний зв'язок між шкалами «Універсалізм» та «Стресостійкість»

Метод	Шкала	$r$	$t_{\text{крит}}(0,10)$	$r/t_{\text{крит}}(0,10)$
Пірсона	«Універсалізм»	0,121673343	0,271	$r < t_{\text{крит}}(0,10)$
Спірмена	«Стресостійкість»	0,002500599	0,271	$r < t_{\text{крит}}(0,10)$

За даними таблиці 2.2.8, помітно що кореляційний зв'язок за Пірсоном є дуже слабким ( $0,121673343 < 0,2$ ). Цей зв'язок є значущим при похибці більше 0,10 ( $r < t_{\text{крит}}$



для 0,10). Кореляційний зв'язок за Спірменом є дуже слабким ( $0,002500599 < 0,2$ ). Цей зв'язок є значущим при похибці більше 0,10 ( $r < t_{\text{крит}}$  для 0,10). Зв'язок є прямим, тобто, збільшення показника «Універсалізм» відповідає збільшенню показника «Стресостійкості»

В таблиці кореляційного зв'язку ми бачимо  $r$  (коефіцієнт кореляції) Пірсона - 0,36759588 та Спірмена - 0,352628632. Також  $t_{\text{крит}}$  для похибки 0,05. В останньому стовпці ( $r/t_{\text{крит}}$ ) написано порівняння коефіцієнту кореляції та критичного значення. В таблиці порівнюються  $r$  та  $t_{\text{крит}}$  відносно кореляційного зв'язку між шкалами «Самостійність» та «Стресостійкість».

Таблиця 2.2.9

Кореляційний зв'язок між шкалами «Самостійність» та «Стресостійкість»

Метод	Шкала	$r$	$t_{\text{крит}}(0,05)$	$r/t_{\text{крит}}(0,05)$
Пірсона	«Самостійність»	0,36759588	0,32	$r > t_{\text{крит}}(0,05)$
Спірмена	«Стресостійкість»	0,352628632	0,32	$r > t_{\text{крит}}(0,05)$

За даними таблиці 2.2.9, помітно що кореляційний зв'язок за Пірсоном є слабким ( $0,36759588 < 0,5$ ). Цей зв'язок є значущим при похибці менше 0,05 ( $r > t_{\text{крит}}$  для 0,05). Кореляційний зв'язок за Спірменом є слабким ( $0,352628632 < 0,5$ ). Цей зв'язок є значущим при похибці менше 0,05 ( $r > t_{\text{крит}}$  для 0,05). Зв'язок є прямим, тобто, збільшення показника «Самостійність» відповідає збільшенню показника «Стресостійкості»

В таблиці кореляційного зв'язку ми бачимо  $r$  (коефіцієнт кореляції) Пірсона - 0,496134602 та Спірмена - 0,429746909. Також  $t_{\text{крит}}$  для похибки 0,05. В останньому стовпці ( $r/t_{\text{крит}}$ ) написано порівняння коефіцієнту кореляції та критичного значення. В таблиці порівнюються  $r$  та  $t_{\text{крит}}$  відносно кореляційного зв'язку між шкалами «Стимуляція» та «Стресостійкість».

Таблиця 2.2.10

Кореляційний зв'язок між шкалами «Стимуляція» та «Стресостійкість»

Метод	Шкала	$r$	$t_{\text{крит}}(0,01)$	$r/t_{\text{крит}}(0,01)$
-------	-------	-----	-------------------------	---------------------------

Пірсона	«Стимуляція»	0,496134602	0,413	$r > t_{\text{крит}}(0,01)$
Спірмена	«Стресостійкість»	0,429746909	0,413	$r > t_{\text{крит}}(0,01)$

За даними таблиці 2.2.10, помітно що кореляційний зв'язок за Пірсоном є слабким ( $0,496134602 < 0,5$ ). Цей зв'язок є значущим при похибці менше 0,01 ( $r > t_{\text{крит}}$  для 0,01). Кореляційний зв'язок за Спірменом є слабким ( $0,429746909 < 0,5$ ). Цей зв'язок є значущим при похибці менше 0,01 ( $r > t_{\text{крит}}$  для 0,01). Зв'язок є прямим, тобто, збільшення показника «Стимуляція» відповідає збільшенню показника «Стресостійкості»

В таблиці кореляційного зв'язку ми бачимо  $r$  (коефіцієнт кореляції) Пірсона - 0,383369114 та Спірмена - 0,415587827. Також  $t_{\text{крит}}$  для похибки 0,05 та 0,01. В останньому стовпці ( $r/t_{\text{крит}}$ ) написано порівняння коефіцієнту кореляції та критичного значення. В таблиці порівнюються  $r$  та  $t_{\text{крит}}$  відносно кореляційного зв'язку між шкалами «Гедонізм» та «Стресостійкість».

Таблиця 2.2.11

Кореляційний зв'язок між шкалами «Гедонізм» та «Стресостійкість»

Метод	Шкала	$r$	$t_{\text{крит}}$ (0,05)	$t_{\text{крит}}$ (0,01)	$r/t_{\text{крит}}(0,01)$ , (0,05)
Пірсона	«Гедонізм»	0,383369114	0,32	0,413	$r > t_{\text{крит}}(0,05)$
Спірмена	«Стресостійкість»	0,415587827	0,32	0,413	$r > t_{\text{крит}}(0,01)$

За даними таблиці 2.2.11, помітно що кореляційний зв'язок за Пірсоном є слабким ( $0,383369114 < 0,5$ ). Цей зв'язок є значущим при похибці менше 0,05 ( $r > t_{\text{крит}}$  для 0,05). Кореляційний зв'язок за Спірменом є слабким ( $0,415587827 < 0,5$ ). Цей зв'язок є значущим при похибці менше 0,01 ( $r > t_{\text{крит}}$  для 0,01). Зв'язок є прямим, тобто, збільшення показника «Гедонізм» відповідає збільшенню показника «Стресостійкості»

В таблиці кореляційного зв'язку ми бачимо  $r$  (коефіцієнт кореляції) Пірсона - 0,238456687 та Спірмена - 0,28424465. Також  $t_{\text{крит}}$  для похибки 0,10. В останньому

стовпці ( $r/t_{\text{крит}}$ ) написано порівняння коефіцієнту кореляції та критичного значення. В таблиці порівнюються  $r$  та  $t_{\text{крит}}$  відносно кореляційного зв'язку між шкалами «Досягнення» та «Стресостійкість».

Таблиця 2.2.12

Кореляційний зв'язок між шкалами «Досягнення» та «Стресостійкість»

Метод	Шкала	$r$	$t_{\text{крит}}(0,10)$	$r/t_{\text{крит}}(0,10)$
Пірсона	«Досягнення»	0,238456687	0,271	$r < t_{\text{крит}}(0,10)$
Спірмена	«Стресостійкість»	0,28424465	0,271	$r > t_{\text{крит}}(0,10)$

За даними таблиці 2.2.12, помітно що кореляційний зв'язок за Пірсоном є слабким ( $0,238456687 < 0,5$ ). Цей зв'язок є значущим при похибці більше 0,10 ( $r > t_{\text{крит}}$  для 0,10). Кореляційний зв'язок за Спірменом є слабким ( $0,28424465 < 0,05$ ). Цей зв'язок є значущим при похибці менше 0,10 ( $r > t_{\text{крит}}$  для 0,10). Зв'язок є прямим, тобто, збільшення показника «Гедонізм» відповідає збільшенню показника «Стресостійкості»

В таблиці кореляційного зв'язку ми бачимо  $r$  (коефіцієнт кореляції) Пірсона - 0,344135556 та Спірмена - 0,296228928. Також  $t_{\text{крит}}$  для похибки 0,10 та 0,05. В останньому стовпці ( $r/t_{\text{крит}}$ ) написано порівняння коефіцієнту кореляції та критичного значення. В таблиці порівнюються  $r$  та  $t_{\text{крит}}$  відносно кореляційного зв'язку між шкалами «Влада» та «Стресостійкість».

Таблиця 2.2.13

Кореляційний зв'язок між шкалами «Влада» та «Стресостійкість»

Метод	Шкала	$r$	$t_{\text{крит}}(0,10)$	$t_{\text{крит}}(0,05)$	$r/t_{\text{крит}}(0,10), (0,05)$
Пірсона	«Влада»	0,344135556	0,271	0,32	$r > t_{\text{крит}}(0,05)$
Спірмена	«Стресостійкість»	0,296228928	0,271	0,32	$r > t_{\text{крит}}(0,10)$

За даними таблиці 2.2.13, помітно що кореляційний зв'язок за Пірсоном є слабким ( $0,344135556 < 0,5$ ). Цей зв'язок є значущим при похибці менше 0,05 ( $r >$

$t_{\text{крит}}$  для 0,05). Кореляційний зв'язок за Спірменом є слабким ( $0,296228928 < 0,05$ ). Цей зв'язок є значущим при похибці менше 0,10 ( $r > t_{\text{крит}}$  для 0,10). Зв'язок є прямим, тобто, збільшення показника «Влада» відповідає збільшенню показника «Стресостійкості»

В таблиці кореляційного зв'язку ми бачимо  $r$  (коефіцієнт кореляції) Пірсона - 0,675447547 та Спірмена - 0,473138198. Також  $t_{\text{крит}}$  для похибки 0,01 та 0,001. В останньому стовпці ( $r/t_{\text{крит}}$ ) написано порівняння коефіцієнту кореляції та критичного значення. В таблиці порівнюються  $r$  та  $t_{\text{крит}}$  відносно кореляційного зв'язку між шкалами «Осмишеність життя» та «Стресостійкість».

Таблиця 2.2.14

Кореляційний зв'язок між шкалами «Осмишеність життя» та «Стресостійкість»

Метод	Шкала	$r$	$t_{\text{крит}}$ (0,01)	$t_{\text{крит}}$ (0,001)	$r/t_{\text{крит}}$ (0,01), (0,001)
Пірсона	«Осмишеність життя» «Стресостійкість»	0,675447547	0,403	0,501	$r > t_{\text{крит}}$ (0,001)
Спірмена		0,473138198	0,403	0,501	$r > t_{\text{крит}}$ (0,01)

За даними таблиці 2.2.14, помітно що кореляційний зв'язок за Пірсоном є середнім ( $0,675447547 < 0,7$ ). Цей зв'язок є значущим при похибці менше 0,001 ( $r > t_{\text{крит}}$  для 0,001). Кореляційний зв'язок за Спірменом є слабким ( $0,473138198 < 0,05$ ). Цей зв'язок є значущим при похибці менше 0,01 ( $r > t_{\text{крит}}$  для 0,01). Зв'язок є прямим, тобто, збільшення показника «Осмишеність життя» відповідає збільшенню показника «Стресостійкість».

### 2.3. Практичні рекомендації щодо використання отриманих результатів дослідження

У роботі психолога слід брати до уваги особливості ціннісно-сміслових орієнтацій студентів. Студенти не приймають застарілі, обмежуючі цінності. Це помітно на прикладі груп «Традиції» та «Конформізм». Найбільш поширеними

групами цінностей серед студентів є «Гедонізм» та «Самостійність». Самостійність, незалежність та свобода «від» є важливими для студентів. Це пов'язано з тим, що більшість студентів – юнацького віку. В цей період справді важливим є навчитись самостійності, зрозуміти себе, сформувати власний, незалежний погляд на світ. Поширене бажання отримувати задоволення, бути в комфорті та стабільності ми пов'язуємо з війною. Через війну ці цінності набули нового значення. Тому поширення цінностей «Гедонізму» слід розглядати не тільки як бажання отримувати задоволення, а й прагнення до комфорту і стабільності, сформоване переживанням небезпечних для життя ситуацій. Практичний психолог має розуміти, що саме необхідно студенту у цей час. Також, цей феномен стає помітним у результатах за групою цінностей «Безпека». В ній 62% респондентів набрало більше 4 балів. Цей розподіл ми вважаємо пов'язаним з війною. На нашу думку в звичайній стабільній ситуації розподіл має бути більш рівномірний. Адже цінності «Безпеки» мають бути невисоку у людей, які люблять ризик та не бажають постійної та нудної стабільності. Психологу слід враховувати те, чим зумовлений такий розподіл. Він має розуміти, що при нормальній стабільній ситуації, людину потрібно схилити до обдуманого ризику, виходу з зони комфорту. Проте у часи війни – цього робити не слід.

«Доброзичливість» та «Універсалізм» є помірно поширеними серед студентів. У роботі психолога слід враховувати, що для студентів важливі рівність, благополуччя, справедливість, доброта, чесність та дружелюбність.

В роботі психолога або при створенні психокорекційної програми потрібно розуміти, що 32,5% студентів мають низький рівень осмисленості життя. Це студенти, у яких немає цілей, відчуття досягнення, насолоди від повсякденних завдань. Відповідно, необхідно допомагати їм формувати таке життя, яким вони будуть цілком задоволені, яке буде осмисленим.

Слабкий, проте значущий прямий зв'язок прослідковується між групами цінностей «Самостійність», «Гедонізм», «Стимуляція», «Влада», «Досягнення» та «Стресостійкість». Слід враховувати це при створенні психокорекційних програм ціннісно-сміслової сфери чи стресостійкості.

Середній значущий прямий зв'язок простежується між «Осмишеністю життя» і «Стресостійкістю». Потрібно враховувати це при створенні психокорекційних програм. Також, це важливо для роботи консультуючого психолога. Розвиток ціннісно-сислової сфери, а саме смислової підструктури може мати позитивний вплив на рівень стресостійкості. Врахуйте особливості і потреби кожного клієнта при розробці плану дій для збільшення його осмишеності життя та стресостійкості. Включіть в терапію техніки, такі як медитація, визначення цінностей і використання позитивних афірмацій, які сприяють осмишеності життя.

### **Висновки до другого розділу**

Ми провели емпіричне дослідження впливу ціннісно-сислової сфери на формування стресостійкості студентів. 40 респондентів прийняло участь у дослідженні. Їм було запропоновано пройти 3 тести та 1 анкету: Методика Ш. Шварца PVQ «Портрет цінностей» (40 питань), Тест – «Мета в житті» (Переклад «The purpose in life test») - Джеймс Крамбо та Леонард Махолік (20 питань), Методика самооцінки стресостійкості Connor-Davidson Resilience Scale (10 питань) та Анкета «Ціннісно-сислова сфера та стресостійкість: студентське бачення» (5 питань).

Бали отримані респондентами було оброблено та застосовано математичні методи (К. Пірсона та Ч. Спірмена). Найбільш поширеною групою цінностей виявилась «Самостійність», що відповідає важливій потребі юнацького віку (більшість респондентів юнацького віку). Наступні за поширенням групи: «Гедонізм», «Універсалізм», «Доброзичливість» та «Безпека». Поширеність цих цінностей ми пов'язуємо з війною, через яку більше прагнемо безпеки, комфорту, взаєморозуміння, стабільності й досягнень. Найменш розповсюдженими виявились цінності груп: «Конформізм», «Традиція», «Стимуляція» та «Влада». Незначну розповсюдженість «Конформізму» і «Традиції» ми пов'язуємо з небажанням студентів та молоді обмежувати свої прагнення традиціями чи бажанням соціального прийняття. «Стимуляцію» та «Владу» вважаємо рівномірно, нормально розподіленими, адже ці характеристики залежать від темпераменту, характеру та особистісних особливостей людини.

У шкалі «Осмишеність життя» більшість (67,5%) респондентів набрало більше 80 балів. Це свідчить про розповсюдженість респондентів, які відчують своє життя осмишеним. Більш низькі показники (32,5%) свідчать про незадоволеність життям, досягненнями та відсутністю задоволення від щоденних справ.

У шкалі «Стресостійкість» більшість результатів (85%) дорівнює або більше 20 балів. Це свідчить про високий загальний рівень стресостійкості серед студентів.

В результаті обрахунків математичними методами ми отримали наступні результати:

– «Конформізм» та «Стресостійкість» – дуже слабкий кореляційний зв'язок, значущий при похибці більше 0,10;

– «Традиція» та «Стресостійкість» - дуже слабкий кореляційний зв'язок, значущий при похибці більше 0,10;

– «Доброзичливість» та «Стресостійкість» - дуже слабкий кореляційний зв'язок, значущий при похибці більше 0,10;

– «Універсалізм» та «Стресостійкість» - дуже слабкий кореляційний зв'язок, значущий при похибці більше 0,10;

– «Самостійність» та «Стресостійкість» - слабкий кореляційний зв'язок, значущий при похибці менше 0,05;

– «Стимуляція» та «Стресостійкість» - слабкий кореляційний зв'язок, значущий при похибці менше 0,01;

– «Гедонізм» та «Стресостійкість» - слабкий кореляційний зв'язок, значущий при похибці менше 0,05;

– «Досягнення» та «Стресостійкість» - слабкий кореляційний зв'язок, значущий при похибці більше 0,10;

– «Влада» та «Стресостійкість» - «Гедонізм» - слабкий кореляційний зв'язок, значущий при похибці менше 0,05;

– «Осмишеність життя» та «Стресостійкість» - середній кореляційний зв'язок, значущий при похибці менше 0,001;

В кінці другого розділу ми сформувавши практичні рекомендації, які будуть корисні консультуючим психологам та при створенні психокорекційних програм.

Рекомендації складаються з фактів, які ми отримали в результаті дослідження і будуть важливими у роботі з ціннісно-смісловою сферою, стресостійкістю та в майбутніх дослідженнях.



## ВИСНОВКИ

На основі проведеного нами дослідження ми дійшли до таких висновків:

1. За результатами проведеного теоретичного аналізу ми дізнались про недостатню дослідженість теми впливу ціннісно-сміслової сфери на стресостійкість. Було виокремлено спільний механізм ціннісно-сміслової сфери та стресостійкості. Стресостійкість визначено як межу, за якою починається адаптація. Зв'язок полягає у наявності адаптаційної функції смислової підструктури ціннісно-сміслової сфери. Визначено теоретичний зв'язок, що полягає у впливі адаптаційної функції смислової підструктури на рівень стресостійкості. Проаналізовано проблему дослідження ціннісно-сміслової сфери та визначено умови її дослідження. Проведено аналіз існуючих психодіагностичних методик. Розглянуто особливості студентства та юнацького віку, який є найбільш розповсюдженим серед студентів.

2. У процесі реалізації дослідницьких завдань емпірично досліджено вплив ціннісно-сміслової сфери на формування стресостійкості студентів. Для дослідження було обрано 3 тести та 1 анкету: Методика Ш. Шварца PVQ «Портрет цінностей» (40 питань), Тест - «Ціннісно-сміслова сфера та стресостійкість: студентське бачення», «Мета в житті» (Переклад «The purpose in life test») - Джеймс Крамбо та Леонард Махлік (20 питань), Методика самооцінки стресостійкості Connor-Davidson Resilience Scale (10 питань) та Анкета «Ціннісно-сміслова сфера та стресостійкість: студентське бачення» (5 питань). Поставлено завдання дослідження та виконано їх. В результаті обробки результатів математичними методами ми виявили середній, статистично значимий зв'язок між осмисленістю життя і стресостійкістю. Зв'язок між групами цінностей та стресостійкістю виявився слабким. При виборі психодіагностичних методик було дотримано норм визначених при виконанні першого завдання: швидкість проходження, зручність, зрозумілість питань.

3. Завдяки отриманим результатам дослідження виявлено, що найбільш розповсюдженими групами цінностей є «Гедонізм» та «Самостійність». Найменш розповсюдженими виявились цінності груп «Традиція» та «Конформізм». Також більшість студентів набрали вище 20 балів за шкалою «Стресостійкість». За шкалою

осмисленість життя більшість респондентів набрало більше 80 балів. Ми пояснили такий розподіл у другому розділі. Результати математичного аналізу показали, що різниця між впливом різних груп цінностей на стресостійкість незначна. Кореляційні зв'язки або слабкі або дуже слабкі. Більшість груп цінностей, незважаючи на низький рівень кореляції демонструє високу та середню статистичну значимість. Наступні дослідження ціннісно-сислової сфери студентів за допомогою тесту «Портрет цінностей» повинні мати близький показник кореляції. Розрахунок шкал «Осмисленість життя» та «стресостійкість» показав середній статистично значущий рівень кореляції. Такий результат відповідає теоретичним засадам. Сислова підсистема має адаптаційну функцію, тому вищий показник осмисленості життя демонструє кращу стресостійкість.

4. Розроблено практичні рекомендації стосовно впливу ціннісно-сислової сфери на формування стресостійкості студентів.

Розроблено практичні рекомендації за результатами дослідження. Зазначено, що психологам необхідно враховувати особливості цінностей студентів. Ми пояснили причини такого розподілу, для розуміння як саме застосовувати отримані результати. При розробці психокорекційних програм варто враховувати вплив осмисленості життя на рівень стресостійкості. Майбутнім дослідникам ціннісно-сислової сфери та стресостійкості слід враховувати отримані нами результати. Визначено, що підвищення рівня осмисленості життя може бути корисним для збільшення стресостійкості. Рекомендовано включити в терапію техніки підвищення рівня осмисленості життя. Варто розуміти, що у людини з низьким рівнем осмисленості життя може бути нижчий рівень стресостійкості.

Основні, узагальнені рекомендації мають наступний вигляд:

- Враховувати особливості ціннісно-сислової сфери студентів при роботі з ними;
- Враховувати зв'язок між осмисленістю життя та стресостійкістю у роботі з студентами;
- Враховувати всі отримані нами результати при створенні психокорекційних програм та тренінгів;

— Враховувати отримані нами результати у майбутніх дослідженнях ціннісно-смісловій сфері та стресостійкості.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ ТА ЛІТЕРАТУРИ

1. Аніщенко О. В.: Смысловиттєві орієнтації у професійній діяльності Педагога – Я – концепція академіка Неллі Ничкало у вимірі професійного розвитку особистості: зб. наук. пр. / редкол. І.А. Зязюн ( голова ), О.М. Отич та ін. – К.: ІІООД НАПН України, 2014. – 35 с.
2. Антоненко Т. Л.: Ціннісно-смыслова сфера особистості – фундаментальна основа її духовної безпеки – Духовність особистості: методологія, теорія і практика - 2017. - Вип. 3. – 34 с.
3. Булах В. П.: Стрес та його вплив на організм людини - ДВНЗ «Тернопільський державний медичний університет імені І. Я. Горбачевського МОЗ України» ННІ медсестринства – 2014. – Вип. 3. – 10-15 с.
4. Бутиліна О.В.: Студентство як субпрофесійна група – Сучасні суспільні проблеми у вимірі соціології управління: зб. наук. пр. ДонДУУ, Серія «Соціологія». – Донецьк: ДонДУУ, 2011. – Т.ХІІ. Вип. 211– 20 с.
5. Галян І. М.: Соціокультурні виміри ціннісно-смыслових настанов особистості - Дрогобицький державний педагогічний університет імені І. Я. Франка: зб. наук. пр. / Психологічні науки – 2013. – Том 2. – Вип. 10(91). – 79-84 с.
6. Гурлева Т. С., Журавльова Н. Ю.: Ціннісно-смысловий вибір у контексті самовизначення в ранньому юнацькому віці: погляд психотерапевта - Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України: зб. наук. пр. / Актуальні проблеми психології. Психологія обдарованості – 2018. – Том 6. – Вип. 14. – 107-117 с.
7. Гурлева Т. С.: Психологічна допомога клієнту у пошуку смыслу особистісного існування засобами екзистенційно-гуманістичного підходу – Монографія: Теорія і технології застосування сучасних підходів до психотерапії у вітчизняних соціокультурних умовах - Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України – 2014. – 181-204 с.
8. Даниляк О., Маринець С., Заячківська О.: Еволюція знань про стрес: від Ганса Сельє до сучасних досягнень, 2016. – Т. 45, Т. 28. – 40 с.

9. Дябел Л. І.: До питання про соціальну адаптацію у студентів-першокурсників – Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова - Київ, 2004. – 6 с.
10. Євтушик Ю. О., Чернецька І. В.: Дослідження впливу стресу на життя та діяльність людини - Національний університет водного господарства та природокористування: Студентський вісник – Рівне, 2015. – Вип. 3 (5). – 71-73 с.
11. Задорожня Р. В., Фісун Н. О., Тимофєєв В. П.: Вплив стресу на професійну діяльність працівників національної поліції - Електронне наукове видання «Аналітично-порівняльне правознавство» - 270-273 с.
12. Кононець М. О.: Соціальна психологія. Зошит для індивідуальної роботи для студ. усіх спец. денної та заочної форми навчання / Уклад.: М.О. Кононець. – К.: КПІ ім. Ігоря Сікорського, 2017. – 61 с.
13. Кононова М.М., Кучма Т. В.: Сутність стресу як психологічної категорії – Психологічні науки: «Молодий вчений» - Полтава, 2021. – Вип. 1 (89). – 28-32 с.
14. Коропецька О. М.: стаття «Ціннісно-смилова детермінація самореалізації особистості в період зрілості» – Київ, 2019. – 23 с.
15. Кочарян О. С., Фролова Є. В., Павленко В. П.: Структура мотивації навчальної діяльності студентів – Національний аерокосмічний університет ім. М. Є. Жуковського «Харківський авіаційний інститут», Харків – 41 с.
16. Матяж С. В., Березянська А. О.: Наукові праці. Соціологія Випуск 213. Том 225 – Класифікація цінностей та ціннісних орієнтацій особистості – Миколаїв, 2013. – 27 с.
17. Міненко О. О.: Особистісне змінювання в процесі професійної підготовки студентів-психологів – Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова – Автореферат дисертації на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук – Київ, 2004. – 24 с.
18. Мойсеєнко В. В.: Особливості студентства як соціальної групи – Херсонський державний університет, Херсон – 4 с.

19. Москаленко О. В.: ВІСНИК НТУУ “КПІ”. Філософія. Психологія. Педагогіка. Випуск 1’2013 – Структурні компоненти ціннісно-сміслової сфери особистості – Київ, 2013. – 91 с.
20. Мотков С. О.: Psychological Journal № 10 (20) 2018 – Ціннісно-сміслова сфера особистості: роль, структура, функції – 2018. – 105 с.
21. Наугольник Л. Б.: Психологія стресу - Львівський державний університет внутрішніх справ: Підручник – Львів, 2015. – 324 с.
22. Онищенко Г. І. Гурлева Т. С.: Ціннісно-сміслові орієнтири сучасної молоді: особливості, умови, і психологічна допомога - Інституту психології імені Г.С.Костюка НАПНУ: зб. наук. пр. / Проблеми загальної та педагогічної психології – Київ, 2011. – Вип. 13. – 253-259 с.
23. Панок В. Г., Рудь Г. В.: Психологія життєвого шляху особистості – Монографія – Київ, 2006. – 297 с.
24. Пилипака Ю. І., Романюк В. Л.: Стрес як загальний адаптаційний синдром та психічне здоров’я особистості – Вип. 6, 2016. – 182 с.
25. Піонтківська О. Г.: Актуальні проблеми психології. Т.7, вип.44 – Ціннісні орієнтації суспільно активних людей похилого віку – Київ, 2018. – 200 с.
26. Пташник-Середюк О.І.: Студенство як соціокультурна група - Science and Education a New Dimension. Humanities and Social Science, II(3), Issue: 18, Львів, 2014. – 4 с.
27. Сельє Г.: Очерки об адаптационном синдроме – Москва, 1960. – 266 с.
28. Семіків І. І.: Практична психологія та соціальна робота N 1, 2013. – 28 с.
29. Сосніхіна С. Є.: Вісник ХНПУ імені Г.С. Сковороди. Психологія. Випуск 55. – Особливості ціннісно-сміслової сфери студентів з різним сімейним статусом – Харків, 2017. – 237 с.
30. Сошина Ю. М.: Проблема дослідження ціннісно-сміслової сфери особистості: Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук – Київ, 2016. – 224 с.

31. Федоренко А. Ф.: Зміст та структура ціннісно-смиислового розвитку студентської молоді – Міжнародний науковий форум: соціологія, психологія, педагогіка, менеджмент. – 2015. – Вип. 19-20. – 214 с.
32. Франкл В. – Лікар і душа. Основи логотерапії – Київ, 2023. – 320 с.
33. Франкл В.: Людина у пошуках справжнього сенсу – Київ, 2016. – видавництво «Клуб сімейного дозвілля» – 54 с.
34. Хавул Р. М.: Проблеми гуманітарних наук. Серія «Психологія». Випуск 45 - Особливості ціннісно-смиислової сфери в юнацькому віці – Дрогобич, 2019. – 148 с.
35. Чайка Г. В.: Актуальні проблеми психології. Т.9. Вип.6. 2015 – Ціннісно-смиєлова сфера у кризові періоди розвитку особистості - Інститут психології ім. Г.С. Костюка НАПН України – Київ, 2015. – 93 с.
36. Чухрій І. В., Билина Д. І.: Теорія і практика сучасної психології – Особливості ціннісно-смиєлової сфери військовослужбовців, які брали участь в антитерористичній операції – Вінниця, 2019. – 153 с.
37. Шайгородський Ю. Ж.: Соціальна психологія – Ціннісні орієнтації в психологічній структурі особистості – Київ, 2009. – 65 с.
38. Школіна Н. В., Шаповал І. І., Орлова І. В., Кедик І. О., Станіславчук М. А.: Адаптація та валідизація україномовної версії шкали стресостійкості Коннора – Девідсона – 10 (CD-RISC-10): апробація у хворих на анкілозивний спондиліт - Вінницький національний медичний університет ім. М.І. Пирогова – Український ревматологічний журнал. Вип. 2 – Вінниця, 2020. – 80 с.
39. Яновська Т. А., Когут І. В.: Особливості ціннісно-смиєлової сфери підлітків – Полтава, 2020. – 189 с.
40. James C. Crumbaugh, Leonard T. Maholick: Manual of instructions for the purpose in life test – Psychometric Affiliates, Munster – 1969. – 8 с.

## ДОДАТКИ

## ДОДАТОК А

### Текст методики Ш. Шварца «Портрет цінностей»

#### Методика Ш. Шварца PVQ «Портрет цінностей»

(адаптація Семків І.)

Методика спрямована для дослідження динаміки зміни цінностей груп (культур) у зв'язку зі змінами в суспільстві, життєвими проблемами.

#### *Інструкція:*

Нижче наведено описи деяких людей. Прочитайте уважно і подумайте, наскільки текст відповідає Вам. Якщо опис стосується Вас, то позначте у комірці відповідь.

	НАСКІЛЬКИ ПОДІБНОЮ ДО ТЕБЕ Є ЦЯ ЛЮДИНА					
	Дуже подібна	Така ж як я	Майже така, як я	Тришки така як я	Не така як я	Зовсім не така як я
1. Для нього важливо вигадувати щось нове і бути творчим. Він любить все робити оригінально						
2. Для нього важливо бути багатим. Він хоче мати багато грошей і дорогих речей						
3. Для нього важливо, щоб усіх людей у світі вважали рівними. Вважає, що кожен повинен мати рівні шанси у житті						
4. Для нього важливо показати свої здібності. Він хоче, щоб люди захоплювались тим, що він робить						
5. Для нього важливо жити у безпечному середовищі. Він уникає всього, що може загрожувати втраті безпеки						
6. Він вважає, що важливо робити багато цікавих речей у житті. Він завжди намагається спробувати щось нове						
7. Він вважає, що люди повинні робити те, що їм говорять. Переконаний, що люди повинні дотримуватися правил завжди, навіть тоді, коли ніхто не бачить						
8. Для нього важливо вислухати думки людей, які відрізняються від нього. Навіть якщо він з ними не погоджується, він все ж хоче їх зрозуміти						
9. Він вважає, що не варто просити більше, ніж вже маєш. Він переконаний, що люди повинні бути задоволені з того, що у них вже є						
10. Він шукає будь-яку нагоду, щоб розважитись. Для нього важливо робити те, що приносить йому задоволення						



11. Йому подобається самостійно вирішувати, що робити. Для нього важливо бути вільним у плануванні та у виборі своєї діяльності						
12. Для нього важливо дбати про близьких людей. Він намагається дбати про їхнє добро						
13. Для нього важливо бути успішним. Він любить вражати інших						
14. Для нього важлива безпека його країни. Він вважає, що держава повинна бути на сторожі внутрішньої та зовнішньої загрози						
15. Він любить ризикувати, завжди шукає пригод						
16. Для нього важливо поводити себе правильно. Він намагається уникати вчинків, які для інших здаються помилковими						
17. Йому подобається бути керівником і вказувати іншим, що вони повинні робити. Він хоче, щоб люди робили те, що він каже						
18. Для нього важливо бути вірним своїм друзям. Він хоче присвятити себе близьким людям						
19. Він щиро вірить у те, що люди повинні піклуватись про природу. Для нього важливо доглядати навколишнє середовище						
20. Для нього важливо бути релігійним. Він старасться дотримуватися своїх релігійних переконань						
21. Для нього важливою є чистота та порядок. Він зовсім не любить, коли серед речей безлад						
22. Він вважає, що важливо цікавитися багатьма речами. Він цікавий і старасться все зрозуміти						
23. Він переконаний, що всі народи у світі повинні жити в гармонії. Поширення ідеї миру між усіма людьми для нього є важливим						
24. Він вважає, що бути амбітним – це важливо. Він намагається показати, наскільки він здібний						
25. Він вважає, що все треба робити традиційними способами. Для нього важливо дотримуватися звичаїв, яких його навчили						
26. Для нього важливо насолоджуватись життям та отримувати. Він любить себе розважати						
27. Для нього важливо відповідати потребам інших людей. Він намагається підтримати тих, кого знає						
28. Він переконаний, що завжди повинен виявляти повагу до батьків та старших людей. Для нього важливо бути слухняним						
29. Він хоче, щоб зі всіма були справедливими, навіть із тим, кого він не знає. Для нього важливо захищати слабких у суспільстві						
30. Він любить сюрпризи. Для нього важливо, щоб його життя було цікавим						
31. Він боїться захворіти. Бути здоровим – дуже важливо для нього						

32. Бути попереду у житті дуже важливо для нього. Він все намагається робити краще ніж інші						
33. Для нього важливо прощати людей, які його образили. Він намагається побачити хороші сторони в людях і не ображатися						
34. Для нього важливо бути незалежним. Він любить покладатися на себе						
35. Для нього важливо, щоб його країна мала стабільний уряд. Він турбується про забезпечення соціального порядку						
36. Для нього важливо весь час бути ввічливим з іншими людьми. Він намагається ніколи не дратувати та не турбувати інших						
37. Він дуже хоче насолоджуватись життям. Гарне проведення часу є дуже важливим для нього						
38. Для нього важливо бути скромним. Він намагається не привертати до себе увагу						
39. Він завжди хоче бути тим, хто приймає рішення. Він любить бути лідером						
40. Для нього важливо пристосуватися до природи. Він вважає, що люди не повинні змінювати природу						

#### Облік балів здійснюється за схемою

Дуже подібна	Така як я	Майже така як я	Трішки така як я	Не така як я	Зовсім не така як я
6	5	4	3	2	1

#### Шкала обліку за формулами:

Цінності	Питання
Конформізм	$= (п7+п16+п28+п36) /4$
Традиція	$= (п9+п20+п25+п38) /4$
Доброзичливість	$= (п12+п18+п27+п33) /4$
Універсалізм	$= (п3+п8+п19+п23+п29+п40) /6$
Самостійність	$= (п1+п11+п22+п34) /4$
Стимуляція	$= (п6+п15+п30) /3$
Гедонізм	$= (п10+п26+п37) /3$
Досягнення	$= (п4+п13+п24+п32) /4$
Влада	$= (п2+п17+п39) /3$
Безпека	$= (п5+п14+п21+п31+п35) /5$

Текст методики «Мета в житті» (Переклад «The purpose in life test») - Джеймс Крамбо та Леонард Махолік

1241

NAME \_\_\_\_\_ DATE \_\_\_\_\_

AGE \_\_\_\_\_ SEX \_\_\_\_\_ CLASSIFICATION \_\_\_\_\_

### THE PURPOSE IN LIFE TEST

James C. Crumbaugh, Ph.D.  
Veterans Administration Hospital  
Gulfport, Mississippi

Leonard T. Maholick, M.D.  
The Bradley Center, Inc.  
Columbus, Georgia

**Part A**

For each of the following statements, circle the number that would be most nearly true for you. Note that the numbers always extend from one extreme feeling to its opposite kind of feeling. "Neutral" implies no judgment either way; try to use this rating as little as possible.

1. I am usually:

1	2	3	4	5	6	7
completely bored			(neutral)			exuberant, enthusiastic

2. Life to me seems:

7	6	5	4	3	2	1
always exciting			(neutral)			completely routine

3. In life I have:

1	2	3	4	5	6	7
no goals or aims at all			(neutral)			Very clear goals and aims

4. My personal existence is:

1	2	3	4	5	6	7
Utterly meaningless without purpose			(neutral)			very purposeful and meaningful

5. Every day is:

7	6	5	4	3	2	1
constantly new and different			(neutral)			exactly the same

Copyright 1969

**PSYCHOMETRIC AFFILIATES**  
Box 3167  
Munster, Indiana 46321

Test #168

6. If I could choose, I would:
- |                                   |   |   |           |   |   |   |
|-----------------------------------|---|---|-----------|---|---|---|
| 1                                 | 2 | 3 | 4         | 5 | 6 | 7   |
| prefer never to<br>have been born |   |   | (neutral) |   |   | Like nine more<br>lives just like<br>this one |
7. After retiring, I would:
- |   |   |   |           |   |   |  |
|---|---|---|-----------|---|---|--|
| 7   | 6 | 5 | 4         | 3 | 2 | 1                                      |
| do some of the exciting<br>things I have always wanted to |   |   | (neutral) |   |   | loaf completely<br>the rest of my life |
8. In achieving life goals I have:
- |                              |   |   |           |   |   |   |
|------------------------------|---|---|-----------|---|---|---|
| 1                            | 2 | 3 | 4         | 5 | 6 | 7                                       |
| made no progress<br>whatever |   |   | (neutral) |   |   | progressed to com-<br>plete fulfillment |
9. My life is:
- |                                    |   |   |           |   |   |   |
|------------------------------------|---|---|-----------|---|---|---|
| 1                                  | 2 | 3 | 4         | 5 | 6 | 7   |
| empty, filled only<br>with despair |   |   | (neutral) |   |   | running over with<br>exciting good things |
10. If I should die today, I would feel that my life has been:
- |                 |   |   |           |   |   |                         |
|-----------------|---|---|-----------|---|---|-------------------------|
| 7               | 6 | 5 | 4         | 3 | 2 | 1                       |
| very worthwhile |   |   | (neutral) |   |   | completely<br>worthless |
11. In thinking of my life, I:
- |                             |   |   |           |   |   |   |
|-----------------------------|---|---|-----------|---|---|---|
| 1                           | 2 | 3 | 4         | 5 | 6 | 7   |
| often wonder why<br>I exist |   |   | (neutral) |   |   | always see a<br>reason for my be-<br>ing here |
12. As I view the world in relation to my life, the world:
- |                        |   |   |           |   |   |                                   |
|------------------------|---|---|-----------|---|---|-----------------------------------|
| 1                      | 2 | 3 | 4         | 5 | 6 | 7                                 |
| completely confuses me |   |   | (neutral) |   |   | fits meaningfully<br>with my life |
13. I am a:
- |                              |   |   |           |   |   |                            |
|------------------------------|---|---|-----------|---|---|----------------------------|
| 1                            | 2 | 3 | 4         | 5 | 6 | 7                          |
| very irresponsible<br>person |   |   | (neutral) |   |   | very responsible<br>person |
14. Concerning man's freedom to make his own choices, I believe man is:
- |   |   |   |           |   |   |   |
|---|---|---|-----------|---|---|---|
| 7   | 6 | 5 | 4         | 3 | 2 | 1   |
| absolutely free to<br>make all life choices |   |   | (neutral) |   |   | completely bound by<br>limitations of heredity<br>and environment |

15. With regard to death, I am:  
 7 prepared and unafraid      6      5      4 (neutral)      3      2      1 unprepared and frightened
16. With regard to suicide, I have:  
 1 thought of it seriously as a way out      2      3      4 (neutral)      5      6      7 never given it a second thought
17. I regard my ability to find a meaning, purpose, or mission in life as:  
 7 very great      6      5      4 (neutral)      3      2      1 practically none
18. My life is:  
 7 in my hands and I am in control of it      6      5      4 (neutral)      3      2      1 out of my hands and controlled by external factors
19. Facing my daily tasks is:  
 7 a source of pleasure and satisfaction      6      5      4 (neutral)      3      2      1 a painful and boring experience
20. I have discovered:  
 1 no mission or purpose in life      2      3      4 (neutral)      5      6      7 clear-cut goals and a satisfying life purpose

### Переклад

Питання	Відповіді
1. Зазвичай я:	1 - повністю знуджений
	7 - сповнений ентузіазму, захоплений
2. Життя здається мені:	1 - завжди захопливим
	7 - повним рутини
3. В моєму житті:	1 - жодної мети чи цілей
	7 - дуже чітка мета та цілі
4. Моє існування:	1 - абсолютно безглузде, позбавлене мети
	7 - дуже цілеспрямоване і значуще
5. Кожен день:	1 - новий та відмінний від інших днів
	7 - такий самий як інші
6. Якби я міг обирати:	1 - обрав би ніколи не народжуватись
	7 - прожив би 9 життів так само як це життя
7. Після виходу на пенсію я:	1 - буду робити захоплюючі речі, які завжди хотів зробити

	7 - постараюсь не шукати собі зайвих занять
8. У досягненні життєвих цілей я:	1 - не досяг жодного прогресу 7 - досяг повного виконання цілей
9. Моє життя:	1 - порожнє, наповнене відчаєм 7 - переповнене захоплюючими, хорошими речами
10. Якби я мав померти сьогодні, то відчував би що моє життя було:	1 - сповнене сенсу 7 - беззмістовне, безглузде
11. Думаючи про своє життя, я:	1 - часто задаюся питанням: навіщо я існую? 7 - завжди розумію причину свого існування
12. Коли я дивлюся на світ у зв'язку з моїм життям, світ:	1 - повністю збиває мене з пантелику 7 - змістовно вписується в моє життя
13. Я є:	1 - дуже безвідповідальною людиною 7 - дуже відповідальною людиною
14. Зважаючи на свободу людини робити власний вибір, то я вважаю, що людина:	1 - повністю вільна робити будь-який вибір у житті 7 - повністю зв'язана обмеженнями спадковості та навколишнього середовища
15. Я ставлюся до смерті:	1 - з готовністю та без страху. 7 - без готовності та зі страхом
16. Я ставлюся до самогубства:	1 - роздумую про це серйозно, як про вихід з ситуації 7 - ніколи не допускав думки про нього
17. Я оцінюю свою здатність знайти сенс, мету чи місію в житті як:	1 - дуже високу 7 - практично відсутню
18. Моє життя:	1 - в моїх руках і я його контролюю 7 - не в моїх руках і контролюється зовнішніми обставинами
19. Виконувати свої щоденні задачі:	1 - джерело задоволення та насолоди 7 - болючий та нудний досвід
20. Я відкрив:	1 - відсутність місії чи мети в житті 7 - чіткі цілі та життєве призначення, що приносить задоволення

Текст методики «Самооцінки стресостійкості» (Connor-Davidson Resilience Scale, CD-RISC)

	Зовсім невірно (0)	Дуже рідко вірно (1)	Іноді вірно (2)	Часто вірно (3)	Майже завжди вірно (4)
1. Я можу адаптуватися до змін.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Я можу впоратися з будь-якими перепонами на своєму шляху.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Я намагаюся підходити з гумором до проблем, що виникають.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Необхідність протистояти стресу робить мене сильнішим.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Я швидко приходжу до норми після хвороб, травм чи інших негараздів.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Я вважаю, що можу досягти своєї мети, навіть якщо є перешкоди.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. У стресовій ситуації я не втрачаю здатності зосереджуватись і ясно мислити.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Я не з тих, кого зупиняють невдачі.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. Я вважаю себе сильною особистістю, коли йдеться про виклики і труднощі життя.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. Я можу справлятися з неприємними чи болісними відчуттями, такими як сум, страх та гнів.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**Підрахуйте бали у кожному стовпчику**

0 + \_\_\_ + \_\_\_ + \_\_\_ + \_\_\_

**Додайте суми по кожному стовпчику, щоб дізнатися загальний бал CD-RISC**

= \_\_\_\_\_









Методика «Мета в житті» (Переклад «The purpose in life test») - Джеймс Крамбо та  
Леонард Махолік, питання 1-10, респондент №1-№17

Нереспондент/ № питання	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	6	2	6	5	5	4 (нейтральний варіант)	1 - буду робити захоплюючі речі, які завжди хотів зробити	5	5	3
4 (нейтральний варіант) 2	4 (нейтральний варіант)		7 - дуже цілеспрямоване і значуще	4 (нейтральний варіант)	4 (нейтральний варіант)	1 - буду робити захоплюючі речі, які завжди хотів зробити	4 (нейтральний варіант)	4 (нейтральний варіант)		2
3	2	6	1 - жодної мети чи цілей	1 - абсолютно безглузде, позбавлене мети	7 - такий самий як інші	1 - обрав би ніколи не народжуватись	4 (нейтральний варіант)	1 - не досяг жодного прогресу		7 - беззмістове, 2 безглузде
4	3	3	5	6	5	4 (нейтральний варіант)	7 - постараюсь не шукати собі зайвих занять	5	5	3
5	6	4 (нейтральний варіант)	6	4 (нейтральний варіант)	5	4 (нейтральний варіант)	1 - буду робити захоплюючі речі, які завжди хотів зробити	4 (нейтральний варіант)	4 (нейтральний варіант)	4 (нейтральний варіант)
6	6	2	5	5	6	1 - новий та відмінний від інших днів	6	2	6	7 - переповнене захоплюючими, хорошими речами
7	5	4 (нейтральний варіант)	3	3	3	4 (нейтральний варіант)	4 (нейтральний варіант)	3	5	1 - сповнене сенсу
8	5	6	5	3	7 - такий самий як інші	1 - буду робити захоплюючі речі, які завжди хотів зробити	5	3	5	5
9	5	2	6	7 - дуже цілеспрямоване і значуще	3	1 - буду робити захоплюючі речі, які завжди хотів зробити	5	7 - переповнене захоплюючими, хорошими речами		2
10	3	3	5	1 - абсолютно безглузде, позбавлене мети	4 (нейтральний варіант)	7 - прожив би 9 життів так само як це життя	1 - буду робити захоплюючі речі, які завжди хотів зробити	5	5	4 (нейтральний варіант)
11	6	3	7 - дуже чітка мета та цілі	7 - дуже цілеспрямоване і значуще	3	1 - буду робити захоплюючі речі, які завжди хотів зробити	5	5	5	1 - сповнене сенсу
1 - повністю знуджений	7 - повним рутини		3	1 - абсолютно безглузде, позбавлене мети	6	1 - обрав би ніколи не народжуватись	4 (нейтральний варіант)	3	1 - порожнє, наповнене відчуженням	7 - беззмістове, безглузде
13	6	3	5	5	3	1 - буду робити захоплюючі речі, які завжди хотів зробити	5	5	5	1 - сповнене сенсу
4 (нейтральний варіант) 14		3	6	1 - новий та відмінний від інших днів	6	1 - буду робити захоплюючі речі, які завжди хотів зробити	6	7 - переповнене захоплюючими, хорошими речами		1 - сповнене сенсу
15	3	7 - повним рутини	5	7 - такий самий як інші	5	1 - буду робити захоплюючі речі, які завжди хотів зробити	5	3	7 - беззмістове, 2 безглузде	
7 - сповнений ентузіазму, захоплений 16		3	1 - жодної мети чи цілей	1 - новий та відмінний від інших днів	2	5	2	7 - переповнене захоплюючими, хорошими речами		3
17	2	7 - повним рутини	6	7 - такий самий як інші	5	4 (нейтральний варіант)	1 - буду робити захоплюючі речі, які завжди хотів зробити	4 (нейтральний варіант)	4 (нейтральний варіант)	6

Методика «Мета в житті» (Переклад «The purpose in life test») - Джеймс Крамбо та Леонард Махолік, питання 1-10, респондент №18-№40

18	4 (нейтральний варіант)	3	6	5	4 (нейтральний варіант)	6	2	4 (нейтральний варіант)	5	5
19	5	3	5	5	4 (нейтральний варіант)	3	2	5	5	2
20	4 (нейтральний варіант)	4 (нейтральний варіант)	5	5	4 (нейтральний варіант)	6	1 - буду робити захоплюючі речі, які завжди хотів	4 (нейтральний варіант)	5	1 - сповнене сенсу
21	5	7 - дуже чітка мета та цілі	3	7 - дуже цілеспрямоване і значуще	5	7 - прожив би 9 життів так само як це життя	3	7 - досяг повного виконання цілей	6	1 - сповнене сенсу
22	4 (нейтральний варіант)	3	7 - дуже чітка мета та цілі	4 (нейтральний варіант)	6	1 - буду робити захоплюючі речі, які завжди хотів	2	4 (нейтральний варіант)	6	2
23	1 - повністю змушений	5	4 (нейтральний варіант)	3	7 - такий самий як інші	2	1 - постараюсь не шукати собі зайвих занять	3	1 - порожнє, наповнене відчасм	7 - безмістове, безглузде
24	4 (нейтральний варіант)	5	3	4 (нейтральний варіант)	5	1 - буду робити захоплюючі речі, які завжди хотів	3	5	5	4 (нейтральний варіант)
25	6	5	6	5	1 - обрав би ніколи не народжуватись	5	2	5	5	6
26	6	3	5	6	1 - новий та відмінний від інших днів	6	2	4 (нейтральний варіант)	3	1 - сповнене сенсу
27	4 (нейтральний варіант)	4 (нейтральний варіант)	4 (нейтральний варіант)	4 (нейтральний варіант)	4 (нейтральний варіант)	4 (нейтральний варіант)	4 (нейтральний варіант)	4 (нейтральний варіант)	4 (нейтральний варіант)	4 (нейтральний варіант)
28	5	4 (нейтральний варіант)	3	5	3	1 - буду робити захоплюючі речі, які завжди хотів	3	4 (нейтральний варіант)	5	1 - сповнене сенсу
29	3	6	1 - жодної мети чи цілей	1 - абсолютно безглузде, позбавлене мети	7 - такий самий як інші	1 - обрав би ніколи не народжуватись	4 (нейтральний варіант)	5	1 - порожнє, наповнене відчасм	7 - безмістове, безглузде
30	3	6	4 (нейтральний варіант)	4 (нейтральний варіант)	5	4 (нейтральний варіант)	2	3	4 (нейтральний варіант)	4 (нейтральний варіант)
31	5	3	3	5	5	5	2	4 (нейтральний варіант)	5	2
32	5	3	6	3	5	1 - буду робити захоплюючі речі, які завжди хотів	6	5	5	5
33	2	6	3	1 - абсолютно безглузде, позбавлене мети	5	1 - обрав би ніколи не народжуватись	2	4 (нейтральний варіант)	2	5
34	6	1 - завжди захопливим	7 - дуже чітка мета та цілі	6	1 - новий та відмінний від інших днів	6	1 - буду робити захоплюючі речі, які завжди хотів	7 - досяг повного виконання цілей	7 - переповнене захоплюючими, хорошими речами	2
35	5	6	5	5	7 - такий самий як інші	4 (нейтральний варіант)	1 - буду робити захоплюючі речі, які завжди хотів	4 (нейтральний варіант)	4 (нейтральний варіант)	6
36	5	3	1 - жодної мети чи цілей	2	6	5	5	5	5	7 - безмістове, безглузде
37	3	6	5	5	6	6	3	2	5	2
38	5	3	6	5	5	7 - прожив би 9 життів так само як це життя	3	5	5	4 (нейтральний варіант)
39	3	5	6	5	5	1 - буду робити захоплюючі речі, які завжди хотів	6	5	5	3
40	5	3	5	5	3	5	3	3	6	3

Методика «Мета в житті» (Переклад «The purpose in life test») - Джеймс Крамбо та Леонард Махолік, питання 11-20, респондент №1-№20

№ респондента / № питання	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
1	4 (нейтральний варіант)	5	6	4 (нейтральний варіант) 1 - повністю вільна робити будь-який вибір у	7 - без готовності та зі страхом	7 - ніколи не допускав думки про нього	3	1 - в моїх руках і я його контролюю	2	6
2	4 (нейтральний варіант)	5	6	1 - повністю вільна робити будь-який вибір у	7 - ніколи не допускав думки про нього	1 - дуже високу	2	2	2	5
3	1 - часто задаюся питанням: навіщо я існую?	2	1 - дуже безвідповідальною людиною	1 - повністю вільна робити будь-який вибір у	4 (нейтральний варіант)	1 - роздумую про це серйозно, як про вихід з ситуації	7 - практично відсутню	7 - болючий та нудний досвід	1 - відсутність місій чи мети в житті	
4	1 - часто задаюся питанням: навіщо я існую?	2	1 - дуже відповідальною людиною	1 - повністю вільна робити будь-який вибір у	4 (нейтральний варіант)	7 - ніколи не допускав думки про нього	2	2	5	5
5	1 - часто задаюся питанням: навіщо я існую?	5	1 - дуже безвідповідальною людиною	1 - повністю вільна робити будь-який вибір у	1 - з готовністю та без страху.	3	1 - дуже високу	1 - в моїх руках і я його контролюю	1 - джерело задоволення та насолоди	4 (нейтральний варіант)
6	6	5	1 - дуже відповідальною людиною	2	3	7 - ніколи не допускав думки про нього	3	3	3	5
7	3	4 (нейтральний варіант)	5	3	3	3	3	4 (нейтральний варіант)	4 (нейтральний варіант)	3
8	5	3	6	5	5	6	5	4 (нейтральний варіант)	5	5
9	5	5	5	1 - повністю вільна робити будь-який вибір у	6	3	2	3	3	6
10	1 - завжди розумію причину свого існування	4 (нейтральний варіант)	3	7 - без готовності та зі страхом	3	7 - практично відсутню	4 (нейтральний варіант)	1 - відсутність місій чи мети в житті	3	6
11	1 - завжди розумію причину свого існування	1 - змістовно вписується в мого життя	1 - дуже відповідальною людиною	3	3	6	1 - дуже високу	1 - в моїх руках і я його контролюю	3	6
12	1 - часто задаюся питанням: навіщо я існую?	1 - повністю збиває мене з пантелику	4 (нейтральний варіант)	1 - повністю зв'язана обмеженнями складовості та навколишнього середовища	1 - з готовністю та без страху.	1 - роздумую про це серйозно, як про вихід з ситуації	5	7 - не в моїх руках і контролюється зовнішніми обставинами	7 - болючий та нудний досвід	2
13	5	5	1 - дуже відповідальною людиною	1 - повністю вільна робити будь-який вибір у	1 - з готовністю та без страху.	3	1 - дуже високу	2	3	5
14	1 - завжди розумію причину свого існування	6	6	2	4 (нейтральний варіант)	1 - дуже високу	1 - в моїх руках і я його контролюю	1 - джерело задоволення та насолоди	6	6
15	3	4 (нейтральний варіант)	1 - дуже безвідповідальною людиною	1 - повністю вільна робити будь-який вибір у	7 - без готовності та зі страхом	3	2	5	7 - болючий та нудний досвід	3
16	3	3	5	1 - повністю вільна робити будь-який вибір у	5	7 - ніколи не допускав думки про нього	6	1 - в моїх руках і я його контролюю	5	3
17	4 (нейтральний варіант)	1 - повністю збиває мене з пантелику	6	1 - повністю вільна робити будь-який вибір у	7 - без готовності та зі страхом	7 - ніколи не допускав думки про нього	3	3	4 (нейтральний варіант)	6
18	5	3	5	2	6	5	1 - дуже високу	4 (нейтральний варіант)	5	5
19	4 (нейтральний варіант)	4 (нейтральний варіант)	5	1 - повністю вільна робити будь-який вибір у	5	3	2	2	5	3
20	5	1 - повністю збиває мене з пантелику	3	2	7 - без готовності та зі страхом	7 - ніколи не допускав думки про нього	1 - дуже високу	4 (нейтральний варіант)	3	5

Методика «Мета в житті» (Переклад «The purpose in life test») - Джеймс Крамбо та Леонард Махолік, питання 11-20, респондент №21-№40

21	5	6	6	1 - повністю вільна робити будь-який вибір у житті	4 (нейтральний варіант)	7 - ніколи не допускав думки про нього	1 - дуже високу	5	7 - чіткі цілі та життєве призначення, що приносить задоволення	
22	5	7 - змістовно вписується в моє життя	6	4 (нейтральний варіант)	7 - без готовності та зі страхом	4 (нейтральний варіант)	5	1 - в моїх руках і я його контролюю	4 (нейтральний варіант)	7 - чіткі цілі та життєве призначення, що приносить задоволення
23	1 - часто задаюся питанням: навіщо я існую?	4 (нейтральний варіант)	5	7 - без готовності та зі страхом	6	5	7 - болочий та нудний досвід	1 - відсутність місії чи мети в житті		
24	1 - часто задаюся питанням: навіщо я існую?	2	5	2	5	3	3	5	6	3
25	1 - часто задаюся питанням: навіщо я існую?	1 - повністю збиває мене з пантелику	7 - дуже відповідальною людиною	5	1 - роздумую про це серйозно, як про вихід з ситуації	2	2	4 (нейтральний варіант)	5	
26	1 - завжди розумію причину свого існування	4 (нейтральний варіант)	4 (нейтральний варіант)	1 - повністю вільна робити будь-який вибір у	4 (нейтральний варіант)	4 (нейтральний варіант)	1 - дуже високу	1 - в моїх руках і я його контролюю	4 (нейтральний варіант)	4 (нейтральний варіант)
27	3	4 (нейтральний варіант)	5	3	4 (нейтральний варіант)	3	4 (нейтральний варіант)	4 (нейтральний варіант)	4 (нейтральний варіант)	
28	7 - завжди розумію причину свого існування	3	4 (нейтральний варіант)	5	1 - з готовністю та без страху.	7 - ніколи не допускав думки про нього	1 - в моїх руках і я його контролюю	1 - джерело задоволення та насолоди	3	
29	1 - часто задаюся питанням: навіщо я існую?	1 - повністю збиває мене з пантелику	5	1 - повністю вільна робити будь-який вибір у	1 - з готовністю та без страху.	5	1 - в моїх руках і я його контролюю	7 - болочий та нудний досвід	1 - відсутність місії чи мети в житті	
30	4 (нейтральний варіант)	2	4 (нейтральний варіант)	4 (нейтральний варіант)	5	6	4 (нейтральний варіант)	4 (нейтральний варіант)	4 (нейтральний варіант)	
31	4 (нейтральний варіант)	3	7 - дуже відповідальною людиною	3	6	5	2	3	4 (нейтральний варіант)	
32	4 (нейтральний варіант)	4 (нейтральний варіант)	5	3	2	3	3	2	4 (нейтральний варіант)	6
33	1 - часто задаюся питанням: навіщо я існую?	1 - повністю збиває мене з пантелику	6	1 - повністю вільна робити будь-який вибір у	1 - з готовністю та без страху.	1 - роздумую про це серйозно, як про вихід з ситуації	4 (нейтральний варіант)	7 - болочий та нудний досвід	1 - відсутність місії чи мети в житті	
34	1 - часто задаюся питанням: навіщо я існую?	6	2	1 - повністю вільна робити будь-який вибір у	1 - з готовністю та без страху.	3	1 - дуже високу	1 - в моїх руках і я його контролюю	1 - джерело задоволення та насолоди	7 - життєве призначення, що приносить задоволення
35	3	3	5	2	5	3	3	5	5	5
36	3	2	5	5	7 - без готовності та зі страхом	3	1 - дуже високу	1 - в моїх руках і я його контролюю	7 - болочий та нудний досвід	1 - відсутність місії чи мети в житті
37	7 - завжди розумію причину свого існування	6	5	3	5	5	2	6	7 - болочий та нудний досвід	6
38	5	3	5	6	5	7 - ніколи не допускав думки про нього	3	5	5	5
39	7 - завжди розумію причину свого існування	3	2	3	5	7 - ніколи не допускав думки про нього	1 - дуже високу	3	3	5
40	5	3	6	5	3	6	5	3	3	5



## ДОДАТОК Е

### Анкетування «Ціннісно-смилова сфера та стресостійкість: студентське бачення», питання 1-10, респондент №1-№12

Нереспондента № питання	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	Так	Так	Так	отримати якомога більше різного досвіду	Так	немає	Так	вдячність інших людей	Так	підтримка
2	Так	Ні	Так	Реалізація, спокій та щастя	Так	Розрив відносин	Так	Комунікація	Так	Підтримка
3	Так	Ні	Ні	нЕМАє	Ні	нЕМАє	Не працюю	н е м а є	Ні	Н Е М А Є
4	Так	Ні	Так	вершин майстерності в ремеслі, мати відомість в своїй сфері	Так	Від почуття негативних емоцій (злість, агресія) - отримую більше натхнення і сил у створенні картин	Так	Моя татування залишаться на все життя на людині, це мистецтво, яке матиме своє життя	Так	Піклування одне про одного
5	Так	Так	Так	Щоб воно не було - воно мало своє місце	Так	Смерть	Так	Спілкування	Так	Підтримка інших
6	Ні	Ні	Ні	можливо, допомагати людям з протезуванням, але це поки не точно,	Ні	не завжди вдається знайти компроміс, коли справа з сильнішими людьми. Тому краще змириться і не розрачувати власні сили на цю ситуацію	Ні	Спілкування в колективі	Так	Взаєморозуміння
7	Так	Так	Так	Стати майстром у своїй сфері	Так	Закінчення відносин через хворобу - добре, що зараз, а не в момент, коли б ця людина була мені потрібна	Так	Допомога іншим	Так	Сам акт любові
8	Так	Ні	Ні	Немає	Так	При великих проблемах з сім'єю с малечку, легше знаходили спільну мову з людьми. Так як при таких проблемах не має бажання буди з сім'єю	Так	Поліпшує рівень мого ставлення до людей	Так	Взаємна підтримка кохоних та взаємо повага
9	Так	Так	Так	бути собою і прожити своє життя так, як мені цього хочеться	Ні	немає	Так	спілкування з людьми	Так	підтримка
10	Так	Так	Так	Насолоджуватися	Так	Коли пізнала фаніних людей	Так	Краса	Так	Любов
11	Так	Так	Так	Відчуття чистої вдячності й абсолютного щастя за секунду до смерті.	Так	Тепер я дивлюсь на світ глибше. Тепер ця рана дає мені натхнення.	Так	Творчість у письмі. Писати тексти й відчувати естетичний екстаз	Так	Ніжність, момент, коли після недоступності партнера, він з'являється, інтим, біль, Щастя коханої людини
12	Ні	Ні	Ні	Немає	Ні	Немає	Не працюю	Не працюю	Так	

### Анкетування «Ціннісно-смилова сфера та стресостійкість: студентське бачення», питання 1-10, респондент №13-№19

13	Так	Так	Так	Вважаю, що кожна людина приходить в цей світ з якоюсь метою, тому навіть у найпростішому житті є сенс	Так	Не взаємне кохання	Так	Гроші, які я витрачу на подорожі	Так	Взаємопідтримка
14	Ні	Ні	Так	немає	Так	немає	Не працюю	немає	Так	Підтримка
15	Так	Ні	Ні	Сенс мого життя залишити після себе слід. Я творча людина і в майбутньому я хочу розробити щось таке, на чому буде моя ім'я і що купуватимуть інші люди.	Так	Я часто сварилась з викладачами та вчителями і з кожним разом мені легше розуміти їх некоректну поведінку та правильно давати відсіч	Так	Я пишу книжки	Так	Я знаходжуся в стосунках з чудовим хлопцем і він надихає мене цілком і повністю. Я бачу в ньому уособлення нашого спільного світлого майбутнього. Також мене надихають його слова, наприклад, «Не будь такою суворого до себе», «Не намагайся бути ідеальною, мені і погане в тобі подобається».
16	Так	Так	Ні	Немає, намагався просто цікаво його провести	Так	Припинена дружба показала що люди змінюються і це чудово та нормально	Так	Творчі люди, які не бояться пробувати нове	Ні	Чесність та відкритість
17	Так	Так	Так	Отримання задоволення	Так	Отримання вищої освіти	Так	Гроші	Так	Взаєморозуміння
18	Так	Так	Так	Стати успішною та подорожувати	Ні	Немає	Не працюю	Немає	Так	Тактильність та підтримка
19	Так	Ні	Так	Розвиватися як людина, більш тонко відчувати себе і інших людей	Так	Коли в мене забрали права, я зрозумів що потрапив в таку ситуацію через особисті якості, і можу звернути увагу на свій дисбаланс	Так	Я сам сформував те, чим займаюся. Беручись за певні речі	Так	Особистий розвиток через сильні емоційні стосунки з жінкою



Анкетування «Ціннісно-смилова сфера та стресостійкість: студентське бачення»,  
питання 1-10, респондент №20-№26

20	Так	Так	Так	Сенс мого життя зробити його якомога кращим та комфортним, провести його з рідними людьми, займатись улюбленою справою та досягти успіху в ній.	Так	Не знаю чи це унікальний сенс, але вважаю, що мої негаразди у попередніх стосунках допомогли мені дійти того самого комфортного життя з людиною, яка мені справді потрібна.	Так	Я створюю подарункові журнали і дуже кайфую, коли створюю справді гарний продукт, який може радувати інших людей.	Так	Підтримка один одного та розуміння, що ти не один.
21	Так	Так	Так	Материнство, шлях до щастя	Так	Написання курсової в минулому семестрі за 3 дня- підняття самооцінки та самовпевненості	Так	Я працюю бортрівідником - сенс літати (як в прямому так і в переносному сенсі), особливість - вид з вікна	Так	Спокій, стабільність, надія, довіра
22	Так	Так	Так	Стати успішною, сильною людиною, не втративши людяність, та зробити так, щоб батьки жили безтурботно	Так	Перша травмуюча заоханість у хлопця	Не працюю	Немає	Так	Любов надихає творити, малювати
23	Ні	Ні	Ні	Зробити своїх рідних щасливими, та щоб вони ні чого не потребували.	Так	Немає	Ні	Немає	Так	Турбота одне про одного. Впевненість, що поруч завжди є людина, яка тебе підтримає та не дасть потонути у розпачі.
24	Так	Так	Ні	поки в пошуках	Так	вступ в університет, його закінчення, пошук роботи	Так	посмішки дітей	Так	мене надихає моя наречена
25	Так	Так	Так	Дивитися і бачити, здобувати нові вміння, використовувати спроможність людського мозку по максимуму	Так	-	Так	Новий досвід, розуміння про те, як влаштовані речі у світі, не	Ні	-
26	Так	Ні	Так	Успішне і безпечне життя моєї родини	Ні	Невдачі у справах спонукають до дії і пошуку нових шляхів вирішення життєвих питань.	Так	Незалежність	Так	Кохання

Анкетування «Ціннісно-смилова сфера та стресостійкість: студентське бачення»,  
питання 1-10, респондент №27-№33

27	Так	Ні	Ні	Ха просто виконую обов'язки у різних ролях	Так	Немає	Так	Усі хобі перетворились та перетворюються на роботу дуже весело, щось заплановано щось ні	Так	Це приємно
28	Так	Так	Так	життя	Ні	немає	Так	гроші	Так	доповнення мене
29	Так	Ні	Ні	Немає	Ні	Немає	Так	Відповідальність	Так	Спокій
30	Так	Ні	Так	Насолоджуватись життям	Так	З недавніх, у ноутбука зламалась кришка, і це було вже прям дуже важко терпіти, тому довелося нести його в ремонт. І оскільки я нарешті його віднесла, то це був ідеальний шанс поставити йому новий диск. Тобто попамка підштовхнула мене нарешті зробити те, що я довго відкладала.	Не працюю	Я сподіваюся, що в майбутньому зможу хоч комусь хоч трохи полегшити життя і побачити це (в погляді, усмішці, рухах тощо).	Так	Підтримка і прийняття
31	Так	Так	Так	Важко відразу дати відповідь, мабуть сенс, щоб самореалізуватись в кар'єрі і в особистому житті.	Ні	Немає	Так	Якщо говорити про роботу на яку зарплата як підробіток, то я заробляю на якісь свої мінімальні потреби. І відчуваю себе що, що	Так	Взагалюму людина надихає і відчуття, що ти теж кохана людина.
32	Так	Так	Так	Отримати задоволення	Так	Немає	Так	Вільність	Так	Любов
33	Так	Ні	Ні	Немає	Ні	Немає	Так	Я художник. Я вважаю мистецтво має змушувати відчувати, в особливості те, що іншим чином ти не відчув би.	Так	Стосунки і любов це різні речі. Любов це особливе почуття якого важко досягти знімось іншим чином. Бона часто веде, змушує діяти, творити. Так само як і біль. Хоча любов цього хоча б варта



Анкетування «Ціннісно-смилова сфера та стресостійкість: студентське бачення»,  
питання 1-10, респондент №33-№37

32	Так	Так	Так	Отримати задоволення	Так	Немає	Так	Вільність	Так	Любов
								Я художник. Я вважаю мистецтво має змушувати відчувати, в особливості те, що іншим чином ти не відчув би.		Стосунки і любов це різні речі. Любов це особливе почуття якого важко досягти якимось іншим чином. Вона часто веде, змушує діяти, творити. Так само як і біль. Хоча любов цього хоча б варта
33	Так	Ні	Ні	Немає для мене сенс життя - досягти балансу в житті (щоб духовне та фізичне поєднувалося та було збалансованим, відчувати впевненість в завтрашньому дні)	Ні	Немає	Так		Так	
				Бажання створити мультимедійний успішний проект, мати власне житло і контроль над своїм життям	Ні	Немає	Так	Можливість спілкуватися з різними людьми та проходити крізь розмаїті ситуації та разом знаходити вихід з ситуації	Так	Надихає ідея спільних старань, що складаються в стосунки аби досягнути конкретного результату
34	Ні	Ні	Так	Бажання створити мультимедійний успішний проект, мати власне житло і контроль над своїм життям	Ні	Немає	Так	Не завжди гарне ставлення до людини гарантує її доброту до тебе.	Не працюю	Розділяти, давати, отримувати.
35	Так	Так	Так	наслідуюватися ним, мати змогу створювати його самому, щоб було максимально комфортно	Так				Так	
				максимально комфортно професійні цілі, речі, що приносять задоволення	Так			війна в країні дала мені поштовх піти навчатись на психолога	Не працюю	взаємність та довіра
36	Так	Так	Так	максимально комфортно професійні цілі, речі, що приносять задоволення	Так				немає	
37	Ні	Ні	Так	максимально комфортно професійні цілі, речі, що приносять задоволення	Ні	немає	Не працюю	митці	Так	довіра

Анкетування «Ціннісно-смилова сфера та стресостійкість: студентське бачення»,  
питання 1-10, респондент №38-№40

38	Так	Ні	Так	здобуття знання і передача його наступним поколінням	Так		Так	університет мені ніколи не подобався, але він важливий для розвитку перш за все в соціальному та професійному плані, нещодавно була співбесіда, яка була неймовірно нервовою, але без подібного ніякого розвитку не буде	Так	вона є для мене достатньо цікавою, щоб я хотів працювати взагалі	Так	почуття якоїсь опори і надійності
39	Так	Так	Так	Насолоджуватися тим життям яке залишилося, та покращувати життя своїх близьких	Так			Тренування для покращення здоров'я після перелому	Ні	Немає	Так	Знання що є завжди людина яка підтримує та вислухає
40	Так	Так	Так	Немає	Ні	Немає	Ні	Немає	Немає	Так	Порядність	

Анкетування «Ціннісно-смилова сфера та стресостійкість: студентське бачення»,  
питання 11-15, респондент №1-№14

№ респондента № питання	11	12	13	14	15
1 Так	свобода, безпека, навчання	навчання, подорожі, фінансова стабільність	Ні		Не сповідаю жодної релігії
2 Так	Чесність, справедливість, любов	Доброта, розуміння та повага	Так		Відношу себе до певної релігії, виконую певні ритуали (наприклад: ходжу в церкву на Пасху)
3 Ні	справедливість, терпіння, рішучість	я деградую	Ні		Відношу себе до певної релігії, не виконую жодних ритуалів
4 Так	Відомість, заробіток, мистецтво	Майстерність, навчання, заробіток	Так		Не сповідаю жодної релігії
5 Так	Відданість, гроші, близькі	Гроші	Так		Не сповідаю жодної релігії
6 Так	Відповідальність, безумовне добро до тварин, взаєморозуміння	Добро до людей (якщо вони навіть не заслуговують), стресостійкість, внутрішня сила волі	Так		Відношу себе до певної релігії, не виконую жодних ритуалів
7 Так	Не можу відповісти	Не можу відповісти	Так		Не сповідаю жодної релігії
8 Так	1. Своє я; 2. Близькі люди; 3. Самореалізація	2. Близькі люди	Ні		Не сповідаю жодної релігії
9 Так	здоров'я, улюблені справи, спілкування	робота, улюблені справи, саморозвиток	Ні		Не сповідаю жодної релігії
10 Так	Рівність, Людяність, Взаємодопомога	Взаємодопомоги, Людяності, Рівності	Ні		Не сповідаю жодної релігії
11 Так	Саморозвиток, творчість, успішність	Успішність, саморозвиток, творчість	Так		Відношу себе до певної релігії, не виконую жодних ритуалів
12 Так	Унікальність. Повага. Щастя.	Щастя. Гобі (хобі). Взаєморозуміння.	Так		Не сповідаю жодної релігії
13 Так	Свобода, незалежність, комунікабельність	Свобода, незалежність, комунікабельність	Так		Відношу себе до певної релігії, виконую певні ритуали (наприклад: ходжу в церкву на Пасху)
14 Так	Кохання, фінанси, стресостійкість	фінанси	Так		Не сповідаю жодної релігії

Анкетування «Ціннісно-смилова сфера та стресостійкість: студентське бачення»,  
питання 11-15, респондент №15-№22

15 Так	Свобода, матеріальний достаток та сім'я (яку я буду створювати сама, а не батьки та родичі)	На матеріальний достаток, адже в моєму віці поки що важко почати заробляти і повністю забезпечувати себе. Та на свободу, адже поки я не маю окремого місця проживання, не відчуваю себе вільною.	Ні		Не сповідаю жодної релігії
16 Так	Час з сім'єю, новий досвід, чуйність своя та інших	Час з сім'єю, новий досвід, чуйність своя та інших	Так		Не сповідаю жодної релігії
17 Так	Гроші, відносини, самореалізація	Гроші	Так		Не сповідаю жодної релігії
18 Ні	Самореалізація, сім'я, щастя	Самореалізація, сім'я, щастя	Ні		Не сповідаю жодної релігії
19 Так	Відвертість, Вірність собі, прийняття (життя, інших людей, «поганих» речей)	Відвертість, особисті якості професійного характеру, самобутність	Так		Не сповідаю жодної релігії
20 Так	Мої цінності - це проведення якомога більше часу з родиною, побудова здорових стосунків з коханою людиною та моя власна справа, до якої я довго йшла.	На ті, що зазначила вище.	Так		Відношу себе до певної релігії, виконую певні ритуали (наприклад: ходжу в церкву на Пасху)
21 Так	Сім'я, особистий розвиток, кар'єра	Освіта, кар'єра, сім'я	Так		Сповідаю певну релігію виконую всі ритуали
22 Так	Дійсно близькі друзі поруч, щастя батьків, самореалізація	Самореалізація, вдосконалення себе, побудова кар'єри	Так		Не сповідаю жодної релігії

Анкетування «Ціннісно-смилова сфера та стресостійкість: студентське бачення»,  
питання 11-15, респондент №23-№31

			більше часу я витрачаю на підтримання складних, на даний момент, стосунків. На другому місці (по витрачанню часу) - благополуччя сім'ї, а з друзями, які в мене були, я більше не спілкуюсь, але дуже хотілося би більше приділяти їм часу						Не сповідаю жодної релігії
23	Так	Сім'я, любов, друзі		Так					
24	Так	сім'я, любов, особистісний стержень	сім'я, любов, я	Ні					Відношу себе до певної релігії, не виконую жодних ритуалів
25	Ні	Реалізм, стресостійкість, здатність аналізувати	На ті самі	Ні					Не сповідаю жодної релігії
26	Ні	Вірність, відповідальність, кохання і безпека	На всі вищезазначені	Так					Відношу себе до певної релігії, виконую певні ритуали (наприклад: ходжу в церкву на Пасху)
27	Ні	Не брехати в певній мірі. Допомогати якщо можеш. Виконувати обіцянки	Обіцянт якщо це щось що треба зробити. Діпамага бо це теж фізична дія. Не брехати іноді складно.	Ні					Не сповідаю жодної релігії
28	Так	взаєморозуміння, бачити світ по-своєму, індивідуальність	взаєморозуміння	Ні					Відношу себе до певної релігії, виконую певні ритуали (наприклад: ходжу в церкву на Пасху)
29	Так	Чесність, працьовитість, порядність	Порядність	Ні					Не сповідаю жодної релігії
30	Так	Турбота про сім'ю, турбота про себе, комфорт	Турбота про сім'ю і виживання у цьому буремному часі	Ні					Не сповідаю жодної релігії
31	Так	Здоров'я, здорові стосунки з сім'єю, самореалізація	На здоров'я і на самореалізацію	Так					Відношу себе до певної релігії, не виконую жодних ритуалів

Анкетування «Ціннісно-смилова сфера та стресостійкість: студентське бачення»,  
питання 11-15, респондент №32-№40

32	Так	Матеріальні, задоволення, стосунки з близькими	Матеріальні, задоволення, стосунки з близькими	Ні					Не сповідаю жодної релігії
33	Так	Свобода творчості, задоволення	Не знаю	Ні					Не сповідаю жодної релігії
34	Так	1. Стосунки 2. Особистий розвиток та самоосвіта 3. Піклування про сім'ю	1. Стосунки 2. Особистий розвиток та самоосвіта 3. Піклування про сім'ю	Так					Не сповідаю жодної релігії
35	Так	Насичення життя тими чи іншими речами. Створення чогось в задоволення і користь. Благоустрій в найнужденніших сферах (пріюти, дитбудинки т.д.)	моє профільне зростання як художника-ілюстратора. Винайдення способу як найскоріше скопити грошей на житло. Тримати свій психічно-емоційний стан в задовільному рівні.	Так					Не сповідаю жодної релігії
36	Так	сім'я та друзі, саморозвиток, здоров'я	здоров'я, саморозвиток, справедливість	Так					Не сповідаю жодної релігії
37	Ні	щирість, повага (гrecність), підтримка	підтримка	Ні					Відношу себе до певної релігії, виконую певні ритуали (наприклад: ходжу в церкву на Пасху)
38	Так	життя, здоров'я, знання	професія, знання, життя	Так					Не сповідаю жодної релігії
39	Так	І рочитати яко многа більше книг, підтримувати близьких та побудувати свій будинок у горах біля річки							Не сповідаю жодної релігії
40	Так	Сім'я, стосунки, спілкування	2,1,3 Сім'я, стосунки, спілкування	Так					Відношу себе до певної релігії, не виконую жодних ритуалів

Таблиця загальних даних по респондентам

№	Стать	Вік	Діяльність	Отримати результати
1	Ж	21	Навчаюсь та працюю	Ні
2	Ж	21	Навчаюсь та працюю	Так
3	Бойовий гвинтокрил	22	Навчаюсь	Так
4	Ж	21	Навчаюсь та працюю	Так
5	Ж	22	Навчаюсь та працюю	Так
6	Ж	20	Навчаюсь та працюю	Так
7	Ж	24	Навчаюсь та працюю	Так
8	Ж	22	Навчаюсь та працюю	Так
9	Ж	19	Навчаюсь та працюю	Так
10	Ж	21	Навчаюсь та працюю	Так
11	Ж	18	Навчаюсь	Так
12	Ж	17	Навчаюсь	Так
13	Ж	20	Навчаюсь та працюю	Так
14	Ж	19	Навчаюсь	Так
15	Ж	18	Навчаюсь	Так
16	Ж	21	Навчаюсь та працюю	Так
17	Ж	22	Навчаюсь та працюю	Так
18	Ж	22	Навчаюсь та працюю	Так
19	Ч	22	Навчаюсь	Так
20	Ж	20	Навчаюсь та працюю	Ні
21	Ж	21	Навчаюсь та працюю	Так
22	Ж	17	Навчаюсь	Так

23	Ж	21	Навчаюсь та працюю	Так
24	Ч	21	Навчаюсь та працюю	Ні
25	Ж	21	Навчаюсь	Так
26	Ч	50	Навчаюсь та працюю	Так
27	Небінарні	20	Навчаюсь та працюю	Так
28	Ч	21	Навчаюсь та працюю	Так
29	Ч	22	Навчаюсь	Так
30	Ж	21	Навчаюсь	Так
31	Ж	21	Навчаюсь та працюю	Так
32	Ч	20	Навчаюсь	Так
33	Ч	19	Навчаюсь	Ні
34	Ж	19	Навчаюсь та працюю	Так
35	Ж	20	Навчаюсь	Так
36	Ж	19	Навчаюсь	Так
37	Ж	21	Навчаюсь	Так
38	Ч	21	Навчаюсь та працюю	Так
39	Ч	20	Навчаюсь та працюю	Так
40	Ж	22	Навчаюсь та працюю	Так

### Результати респондента № 1

*Таблиця результатів методики Ш. Шварца PVQ «Портрет цінностей»*

Шкала	Обрахунок	Бали
Конформізм	$(2+3+2+5)/4$	3
Традиція	$(2+1+2+3)/4$	2
Доброзичливість	$(5+3+3+3)/4$	3,5
Універсалізм	$(6+3+4+4+4+3)/6$	4
Самостійність	$(5+6+5+5)/4$	5,25
Стимуляція	$(4+4+6)/3$	4,66
Гедонізм	$(3+3+4)/3$	3,33
Досягнення	$(6+4+5+5)/4$	5
Влада	$(5+2+4)/3$	3,66
Безпека	$(4+5+3+3+4)/5$	3,8

Таблиця результатів тесту - "Мета в житті" Джеймс Крамбо та Леонард Махолік (1969)

Шкала	Обрахунок	Бали
Осмисленість життя	6+6+6+5+3+4+7+5+5+5+4+5+6+4+1+7+5+7+6+6	103

Таблиця результатів методики самооцінки стресостійкості (Connor-Davidson Resilience Scale, CD-RISC)

Шкала	Обрахунок	Бали
Стресостійкість	4+3+2+3+4+3+2+2+3+2	28

Анкетування «Ціннісно-смилова сфера та стресостійкість: студентське бачення»

№	Відповідь
1	Так
2	Так
3	Так
4	«отримати якомога більше різного досвіду»
5	Так
6	«немає»
7	Так
8	«вдячність інших людей»
9	Так
10	«підтримка»
11	Так
12	«свобода, безпека, навчання»
13	«навчання, подорожі, фінансова стабільність»
14	Ні
15	Не сповікую жодної релігії

### Результати респондента № 2

Таблиця результатів методики Ш. Шварца PVQ «Портрет цінностей»

Шкала	Обрахунок	Бали
Конформізм	(2+6+6+6)/4	5
Традиція	(2+6+6+2)/4	4
Доброзичливість	(5+5+6+4)/4	5
Універсалізм	(5+6+6+6+5+2)/6	5
Самостійність	(3+5+6+5)/4	4,75
Стимуляція	(6+4+5)/3	5
Гедонізм	(3+5+5)/3	4,33
Досягнення	(5+5+5+5)/4	5
Влада	(6+6+5)/3	5,66
Безпека	(6+5+6+6+5)/5	5,6

Таблиця результатів тесту - "Мета в житті" Джеймс Крамбо та Леонард Махолік (1969)

Шкала	Обрахунок	Бали
Осмисленість життя	4+4+6+7+4+4+7+4+4+6+5+4+6+7+3+7+7+6+6+5	106

Таблиця результатів методики самооцінки стресостійкості (Connor-Davidson Resilience Scale, CD-RISC)

Шкала	Обрахунок	Бали
Стресостійкість	3+3+2+4+2+4+3+2+4+4	31

Анкетування «Ціннісно-смилова сфера та стресостійкість: студентське бачення»

№	Відповідь
1	Так
2	Ні
3	Так
4	«Реалізація, спокій та щастя»
5	Так
6	«Розрив відносин»
7	Так
8	«Комунікація»
9	Так
10	«Підтримка»
11	Так
12	«Чесність, справедливість, любов»
13	«Доброта, розуміння та повага»
14	Так
15	Відношу себе до певної релігії, виконую певні ритуали (наприклад: ходжу в церкву на Пасху)

### Результати респондента № 3

Таблиця результатів методики Ш. Шварца PVQ «Портрет цінностей»

Шкала	Обрахунок	Бали
Конформізм	(2+5+3+5)/4	3,75
Традиція	(2+1+2+5)/4	2,5
Доброзичливість	(4+5+3+2)/4	3,5
Універсалізм	(2+3+4+3+4+2)/6	3
Самостійність	(6+5+3+4)/4	4,5
Стимуляція	(2+2+2)/3	2
Гедонізм	(3+3+5)/3	3,66
Досягнення	(5+5+2+3)/4	3,75
Влада	(3+2+2)/3	2,33

Безпека	$(5+4+5+4+2)/5$	4
---------	-----------------	---

Таблиця результатів тесту - "Мета в житті" Джеймс Крамбо та Леонард Махолік (1969)

Шкала	Обрахунок	Бали
Осмисленість життя	2+2+1+1+1+1+4+1+2+1+1+2+1+5+2+1+1+3+1+1	34

Таблиця результатів методики самооцінки стресостійкості (Connor-Davidson Resilience Scale, CD-RISC)

Шкала	Обрахунок	Бали
Стресостійкість	1+0+1+0+1+0+1+0+0+0	4

Анкетування «Ціннісно-сміслова сфера та стресостійкість: студентське бачення»

№	Відповідь
1	Так
2	Ні
3	Ні
4	«нЕмАє»
5	Ні
6	«НеМаЄ»
7	Не працюю
8	«н е м а є»
9	Ні
10	«Н Е М А Є»
11	Ні
12	«справедливість, терпіння, рішучість»
13	«я деградую»
14	Ні
15	Відношу себе до певної релігії, не виконую жодних ритуалів

#### Результати респондента № 4

Таблиця результатів методики Ш. Шварца PVQ «Портрет цінностей»

Шкала	Обрахунок	Бали
Конформізм	$(3+4+2+5)/4$	3,5
Традиція	$(1+1+3+5)/4$	2,5
Доброзичливість	$(5+4+4+1)/4$	3,5
Універсалізм	$(4+2+4+6+3+4)/6$	3,83
Самостійність	$(6+6+4+4)/4$	5
Стимуляція	$(3+1+3)/3$	2,33
Гедонізм	$(2+3+3)/3$	2,66
Досягнення	$(6+6+6+6)/4$	6



Влада	$(6+4+3)/3$	4,33
Безпека	$(6+6+5+5+5)/5$	5,4

*Таблиця результатів тесту - "Мета в житті" Джеймс Крамбо та Леонард Махолік (1969)*

Шкала	Обрахунок	Бали
Осмиленість життя	3+5+5+6+3+4+1+5+5+5+1+2+7+7+4+7+6+6+3+5	90

*Таблиця результатів методики самооцінки стресостійкості (Connor-Davidson Resilience Scale, CD-RISC)*

Шкала	Обрахунок	Бали
Стресостійкість	3+2+1+1+0+3+3+3+3+2	21

*Анкетування «Ціннісно-смилова сфера та стресостійкість: студентське бачення»*

№	Відповідь
1	Так
2	Ні
3	Так
4	«Досягнути вершин майстерності в ремеслі, мати відомість в своїй сфері»
5	Так
6	«Від почуття негативних емоцій (злість, агресія) - отримую більше натхнення і сил у створенні картин»
7	Так
8	«Моє татуювання залишиться на все життя на людині, це мистецтво, яке матиме своє життя»
9	Так
10	«Піклування одне про одного»
11	Так
12	«Відомість, заробіток, мистецтво»
13	«Майстерність, навчання, заробіток»
14	Так
15	Не сповідаю жодної релігії

### Результати респондента № 5

*Таблиця результатів методики Ш. Шварца PVQ «Портрет цінностей»*

Шкала	Обрахунок	Бали
Конформізм	$(3+3+2+4)/4$	3
Традиція	$(5+2+2+2)/4$	2,75
Доброзичливість	$(6+4+2+4)/4$	4
Універсалізм	$(4+4+4+3+4+4)$	3,83

Самостійність	$(4+4+3+5)/4$	4
Стимуляція	$(5+4+2)/3$	3,66
Гедонізм	$(3+5+4)/3$	4
Досягнення	$(5+3+4+4)/4$	4
Влада	$(5+2+2)/3$	3
Безпека	$(3+4+3+2+4)/5$	3,2

Таблиця результатів тесту - "Мета в житті" Джеймс Крамбо та Леонард Махолік (1969)

Шкала	Обрахунок	Бали
Осмиленість життя	6+4+6+4+3+4+7+4+4+4+1+5+1+7+7+3+7+7+7+4	95

Таблиця результатів методики самооцінки стресостійкості (Connor-Davidson Resilience Scale, CD-RISC)

Шкала	Обрахунок	Бали
Стресостійкість	4+3+4+2+4+2+0+1+2+2	24

Анкетування «Ціннісно-смілова сфера та стресостійкість: студентське бачення»

№	Відповідь
1	Так
2	Так
3	Так
4	«Щоб воно не було - воно мало своє місце»
5	Так
6	«Смерть»
7	Так
8	«Спілкування»
9	Так
10	«Підтримка інших»
11	Так
12	«Відданість, гроші, близькі»
13	«Гроші»
14	Так
15	Не сповікую жодної релігії

### Результати респондента № 6

Таблиця результатів методики Ш. Шварца PVQ «Портрет цінностей»

Шкала	Обрахунок	Бали
Конформізм	$(1+2+4+3)/4$	2,5
Традиція	$(1+1+2+1)/4$	1,25

Доброзичливість	$(5+4+4+3+)/4$	4
Універсалізм	$(2+3+6+6+5+6)/6$	4,6
Самостійність	$(3+6+6+6)/4$	5,25
Стимуляція	$(6+5+6)/3$	5,6
Гедонізм	$(6+6+6)/3$	6
Досягнення	$(6+5+6+5)/4$	5,5
Влада	$(5+5+5)/3$	5
Безпека	$(6+6+3+6+6)/5$	5,4

Таблиця результатів тесту - "Мета в житті" Джеймс Крамбо та Леонард Махолік (1969)

Шкала	Обрахунок	Бали
Осмисленість життя	6+6+5+5+7+6+6+6+7+7+6+5+7+6+5+7+5+5+5+5	117

Таблиця результатів методики самооцінки стресостійкості (Connor-Davidson Resilience Scale, CD-RISC)

Шкала	Обрахунок	Бали
Стресостійкість	4+3+2+4+4+3+4+3+3+3	33

Анкетування «Ціннісно-сміслова сфера та стресостійкість: студентське бачення»

№	Відповідь
1	Ні
2	Ні
3	Ні
4	«можливо, допомагати людям з протезуванням. але це поки не точно»
5	Ні
6	«не завжди вдається знайти компроміс, коли справа з сильнішими людьми. Тому краще змиритись і не розтрачувати власні сили на ці ситуації»
7	Ні
8	«Спілкування в колективі»
9	Так
10	«Взаєморозуміння»
11	Так
12	«Відповідальність, безумовне добро до тварин, взаєморозуміння»
13	«Добро до людей (якщо вони навіть не заслуговують), стресостійкість, внутрішня сила волі»
14	Так
15	Відношу себе до певної релігії, не виконую жодних ритуалів

### Результати респондента № 7

Таблиця результатів методики Ш. Шварца PVQ «Портрет цінностей»

Шкала	Обрахунок	Бали
Конформізм	$(2+3+3+4)/4$	3
Традиція	$(2+2+3+3)/4$	2,5
Доброзичливість	$(5+4+3+5)/4$	4,25
Універсалізм	$(5+4+4+4+6+5)/6$	4,66
Самостійність	$(4+4+4+4)/4$	4
Стимуляція	$(3+2+2)/3$	2,33
Гедонізм	$(5+4+4)/3$	4,33
Досягнення	$(3+3+4+3)/4$	3,25
Влада	$(4+3+3)/3$	3,33
Безпека	$(5+6+2+4+6)/5$	4,6

Таблиця результатів тесту - "Мета в житті" Джеймс Крамбо та Леонард Махолік (1969)

Шкала	Обрахунок	Бали
Осмисленість життя	$5+5+4+3+5+5+4+3+5+5+3+4+5+5+5+3+5+4+5+4$	87

Таблиця результатів методики самооцінки стресостійкості (Connor-Davidson Resilience Scale, CD-RISC)

Шкала	Обрахунок	Бали
Стресостійкість	$3+2+3+3+3+2+3+1+2+4$	26

Анкетування «Ціннісно-смілова сфера та стресостійкість: студентське бачення»

№	Відповідь
1	Так
2	Так
3	Так
4	«Стати майстром у своїй сфері»
5	Так
6	«Закінчення відносин через хворобу - добре, що зараз, а не в момент, коли б ця людина була мені потрібна»
7	Так
8	«Допомога іншим»
9	Так
10	«Сам акт любові»
11	Так
12	«Не можу відповісти»
13	«Не можу відповісти»
14	Так
15	Не сповідаю жодної релігії

### Результати респондента № 8

Таблиця результатів методики Ш. Шварца PVQ «Портрет цінностей»

Шкала	Обрахунок	Бали
Конформізм	$(2+5+2+2)/4$	2,75
Традиція	$(1+1+1+3)/4$	1,5
Доброзичливість	$(6+4+3+3)/4$	4
Універсалізм	$(3+6+4+2+3+3)/6$	3,5
Самостійність	$(4+6+5+5)/4$	4
Стимуляція	$(4+3+2)/3$	3
Гедонізм	$(5+4+5)/3$	4,66
Досягнення	$(5+5+4+3)/4$	4,25
Влада	$(4+3+5)/3$	4
Безпека	$(6+4+5+2+4)/5$	4,2

Таблиця результатів тесту - "Мета в житті" Джеймс Крамбо та Леонард Махолік (1969)

Шкала	Обрахунок	Бали
Осмисленість життя	$5+2+5+3+1+5+7+3+5+3+5+3+6+3+3+6+3+2+4+5$	79

Таблиця результатів методики самооцінки стресостійкості (Connor-Davidson Resilience Scale, CD-RISC)

Шкала	Обрахунок	Бали
Стресостійкість	$4+3+3+1+4+3+1+3+2+3$	27

Анкетування «Ціннісно-сміслова сфера та стресостійкість: студентське бачення»

№	Відповідь
1	Так
2	Ні
3	Ні
4	Немає
5	Так
6	«При великих проблемах з сім'єю с малечку, легше знаходити спільну мову з людьми. Так як при таких проблемах не має бажання буди з сім'єю»
7	Так
8	«Поліпшує рівень мого ставлення до людей»
9	Так
10	«Взаємна підтримка коханих та взаємо повага»
11	Так
12	«1. Своє я; 2. Близькі люди; 3. Самореалізація»

13	«Близькі люди»
14	Ні
15	«Не сповідую жодної релігії»

### Результати респондента № 9

Таблиця результатів методики Ш. Шварца PVQ «Портрет цінностей»

Шкала	Обрахунок	Бали
Конформізм	$(2+1+2+3)/4$	2
Традиція	$(4+1+2+1)/4$	2
Доброзичливість	$(6+4+2+6)/4$	4,5
Універсалізм	$(2+5+3+4+6+4)/6$	4
Самостійність	$(6+6+3+6)/4$	5,4
Стимуляція	$(6+6+6)/3$	6
Гедонізм	$(4+5+6)/3$	5
Досягнення	$(4+4+4+3)/4$	3,75
Влада	$(3+5+6)/3$	4,6
Безпека	$(4+5+3+6+5)/5$	4,6

Таблиця результатів тесту - "Мета в житті" Джеймс Крамбо та Леонард Махолік (1969)

Шкала	Обрахунок	Бали
Осмисленість життя	5+6+6+7+5+5+7+5+7+6+5+5+5+7+2+3+6+5+5+6	108

Таблиця результатів методики самооцінки стресостійкості (Connor-Davidson Resilience Scale, CD-RISC)

Шкала	Обрахунок	Бали
Стресостійкість	1+1+3+2+2+4+0+3+4+1	21

Анкетування «Ціннісно-смілова сфера та стресостійкість: студентське бачення»

№	Відповідь
1	Так
2	Так
3	Так
4	«бути собою і прожити своє життя так, як мені цього хочеться»
5	Ні
6	немає
7	Так
8	«спілкування з людьми»
9	Так
10	«підтримка»

11	Так
12	«здоров'я, улюблені справи, спілкування»
13	«робота, улюблені справи, саморозвиток»
14	Ні
15	Не сповідаю жодної релігії

### Результати респондента № 10

Таблиця результатів методики Ш. Шварца PVQ «Портрет цінностей»

Шкала	Обрахунок	Бали
Конформізм	$(3+3+2+3)/4$	2,75
Традиція	$(3+1+3+2)/4$	2,25
Доброзичливість	$(5+5+3+5)/4$	4,5
Універсалізм	$(4+4+5+6+3+4)/4$	4,33
Самостійність	$(5+4+5+4)/4$	4,5
Стимуляція	$(5+6+5)/3$	5,33
Гедонізм	$(6+5+6)/3$	5,66
Досягнення	$(5+4+3+2)/4$	3,5
Влада	$(2+2+2)/3$	2
Безпека	$(3+4+3+3+2)/5$	3

Таблиця результатів тесту - "Мета в житті" Джеймс Крамбо та Леонард Махолік (1969)

Шкала	Обрахунок	Бали
Осмисленість життя	3+5+5+1+4+7+7+5+5+4+7+4+3+5+1+3+1+4+5+1	80

Таблиця результатів методики самооцінки стресостійкості (Connor-Davidson Resilience Scale, CD-RISC)

Шкала	Обрахунок	Бали
Стресостійкість	3+2+2+1+3+3+3+3+3+2	25

Анкетування «Ціннісно-смілова сфера та стресостійкість: студентське бачення»

№	Відповідь
1	Так
2	Так
3	Так
4	«Насолоджуватися»
5	Так
6	«Коли пізнала фаніх людей»
7	Так

8	«Краса»
9	Так
10	«Любов»
11	Так
12	«Рівність, Людяність, Взаємодопомога»
13	«Взаємодопомоги, Людяності, Рівності»
14	Ні
15	Не сповідаю жодної релігії

### Результати респондента № 11

Таблиця результатів методики Ш. Шварца PVQ «Портрет цінностей»

Шкала	Обрахунок	Бали
Конформізм	$(4+6+6+6)/4$	5,5
Традиція	$(2+4+3+3)/4$	3
Доброзичливість	$(6+6+6+3)/4$	5,25
Універсалізм	$(4+6+4+2+6+4)/6$	4,33
Самостійність	$(6+5+6+4)/4$	5,25
Стимуляція	$(5+3+5)/3$	4,33
Гедонізм	$(4+4+6)/3$	4,66
Досягнення	$(6+6+6+6)/4$	6
Влада	$(1+3+2)/3$	2
Безпека	$(3+4+3+2+4)/5$	3,2

Таблиця результатів тесту - "Мета в житті" Джеймс Крамбо та Леонард Махолік (1969)

Шкала	Обрахунок	Бали
Осмисленість життя	6+5+7+7+5+5+7+5+5+7+7+7+7+5+5+2+7+7+5+6	117

Таблиця результатів методики самооцінки стресостійкості (Connor-Davidson Resilience Scale, CD-RISC)

Шкала	Обрахунок	Бали
Стресостійкість	3+3+1+3+3+4+4+4+4+4	33

Анкетування «Ціннісно-смилова сфера та стресостійкість: студентське бачення»

№	Відповідь
1	Так
2	Так
3	Так
4	«Відчуття чистої вдячності й абсолютного щастя за секунду до смерті.»
5	Так
6	«Тепер я дивлюсь на світ глибше. Тепер ця рана дає мені натхнення.»



7	Так
8	«Творчість у письмі. Писати тексти й відчувати естетичний екстаз»
9	Так
10	«Ніжність, момент, коли після недоступності партнера, він з'являється, інтим, біль.»
11	Так
12	«Саморозвиток, творчість, успішність»
13	«Успішність, саморозвиток, творчість»
14	Так
15	Відношу себе до певної релігії, не виконую жодних ритуалів

### Результати респондента № 12

Таблиця результатів методики Ш. Шварца PVQ «Портрет цінностей»

Шкала	Обрахунок	Бали
Конформізм	$(2+4+2+2)/4$	2,5
Традиція	$(1+1+1+5)/4$	2
Доброзичливість	$(5+4+5+1)/4$	3,75
Універсалізм	$(6+4+6+3+4+3)/6$	4,33
Самостійність	$(6+6+3+5)/4$	5
Стимуляція	$(1+1+5)/3$	2,33
Гедонізм	$(6+3+3)/3$	4
Досягнення	$(6+6+4+6)/4$	5,5
Влада	$(6+3+3)/3$	4
Безпека	$(5+5+3+2+4)/5$	3,8

Таблиця результатів тесту - "Мета в житті" Джеймс Крамбо та Леонард Махолік (1969)

Шкала	Обрахунок	Бали
Осмиленість життя	1+1+3+1+2+1+4+3+1+1+1+1+4+1+7+1+3+1+1+2	40

Таблиця результатів методики самооцінки стресостійкості (Connor-Davidson Resilience Scale, CD-RISC)

Шкала	Обрахунок	Бали
Стресостійкість	2+1+4+1+0+1+2+1+1+1	14

Анкетування «Ціннісно-смілова сфера та стресостійкість: студентське бачення»

№	Відповідь
1	Ні
2	Ні
3	Ні
4	Немає

5	Ні
6	Немає
7	Не працюю
8	Немає
9	Так
10	«Щастя коханої людини»
11	Так
12	«Унікальність. Повага. Щастя.»
13	«Щастя. Гобі (хобі). Взаєморозуміння.»
14	Так
15	Не сповідаю жодної релігії

### Результати респондента № 13

Таблиця результатів методики Ш. Шварца PVQ «Портрет цінностей»

Шкала	Обрахунок	Бали
Конформізм	$(1+1+2+6)/4$	2,5
Традиція	$(1+3+1+4)/4$	2,25
Доброзичливість	$(3+3+1+2)/4$	2,25
Універсалізм	$(4+5+6+6+4+6)/6$	5,16
Самостійність	$(4+6+6+6)/4$	5,5
Стимуляція	$(6+5+5)/3$	5,33
Гедонізм	$(6+6+6)/3$	6
Досягнення	$(6+5+6+5)/4$	5,5
Влада	$(4+6+6)/3$	5,33
Безпека	$(6+5+5+5+5)/5$	5,2

Таблиця результатів тесту - "Мета в житті" Джеймс Крамбо та Леонард Махолік (1969)

Шкала	Обрахунок	Бали
Осмисленість життя	$6+5+5+5+5+5+7+5+5+7+5+5+7+7+7+3+7+6+5+5$	112

Таблиця результатів методики самооцінки стресостійкості (Connor-Davidson Resilience Scale, CD-RISC)

Шкала	Обрахунок	Бали
Стресостійкість	$4+4+4+4+3+4+4+3+4+3$	37

Анкетування «Ціннісно-смілова сфера та стресостійкість: студентське бачення»

№	Відповідь
1	Так
2	Так
3	Так

4	«Вважаю, що кожна людина приходить в цей світ з якоюсь метою, тому навіть у найпростішому житті є сенс»
5	Так
6	«Не взаємне кохання»
7	Так
8	«Гроші, які я витрачу на подорожі»
9	Так
10	«Взаємопідтримка»
11	Так
12	«Свобода, незалежність, комунікабельність»
13	«Свобода, незалежність, комунікабельність»
14	Так
15	Відношу себе до певної релігії, виконую певні ритуали (наприклад: ходжу в церкву на Пасху)

### Результати респондента № 14

Таблиця результатів методики Ш. Шварца PVQ «Портрет цінностей»

Шкала	Обрахунок	Бали
Конформізм	$(1+2+2+5)/4$	2,5
Традиція	$(2+1+2+4)/4$	2,25
Доброзичливість	$(5+4+2+1)/4$	3
Універсалізм	$(5+2+5+3+5+2)/6$	3,66
Самостійність	$(4+5+3+6)/4$	4,5
Стимуляція	$(3+2+5)/3$	3,33
Гедонізм	$(4+5+5)/3$	4,66
Досягнення	$(2+3+2+2)/4$	2,25
Влада	$(3+2+2)/3$	2,33
Безпека	$(6+3+3+5+5)/5$	4,4

Таблиця результатів тесту - "Мета в житті" Джеймс Крамбо та Леонард Махолік (1969)

Шкала	Обрахунок	Бали
Осмиленість життя	4+5+6+6+7+6+7+5+7+7+7+6+6+6+2+4+7+7+7+6	118

Таблиця результатів методики самооцінки стресостійкості (Connor-Davidson Resilience Scale, CD-RISC)

Шкала	Обрахунок	Бали
Стресостійкість	3+2+4+2+3+3+2+4+1+2	26

Анкетування «Ціннісно-смілова сфера та стресостійкість: студентське бачення»

№	Відповідь
---	-----------

1	Ні
2	Ні
3	Так
4	немає
5	Так
6	немає
7	Не працюю
8	немає
9	Так
10	Підтримка
11	Так
12	«Кохання, фінанси, стресостійкість»
13	«фінанси»
14	Так
15	Не сповідую жодної релігії

### Результати респондента № 15

Таблиця результатів методики Ш. Шварца PVQ «Портрет цінностей»

Шкала	Обрахунок	Бали
Конформізм	$(1+5+1+1)/4$	2
Традиція	$(1+1+1+1)/4$	1
Доброзичливість	$(6+6+4+1)/4$	4,25
Універсалізм	$(5+1+6+3+5+2)/6$	3,66
Самостійність	$(5+5+4+5)/4$	4,75
Стимуляція	$(2+5+5)/3$	4
Гедонізм	$(5+5+5)/3$	5
Досягнення	$(5+5+5+5)/4$	5
Влада	$(4+3+5)/3$	4
Безпека	$(3+5+5+2+5)/5$	4

Таблиця результатів тесту - "Мета в житті" Джеймс Крамбо та Леонард Махолік (1969)

Шкала	Обрахунок	Бали
Осмиленість життя	$3+1+5+5+1+5+7+3+2+1+3+4+1+1+1+3+6+3+1+3$	59

Таблиця результатів методики самооцінки стресостійкості (Connor-Davidson Resilience Scale, CD-RISC)

Шкала	Обрахунок	Бали
Стресостійкість	$4+2+1+4+3+2+4+3+0+3$	26

*Анкетування «Ціннісно-сміслова сфера та стресостійкість: студентське бачення»*

№	Відповідь
1	Так
2	Ні
3	Ні
4	“Сенс мого життя залишити після себе слід. Я творча людина і в майбутньому я хочу розробити щось таке, на чому буде моє ім'я і що купуватимуть інші люди.”
5	Так
6	“Я часто сварилась з викладачами та вчителями і з кожним разом мені легше розуміти їх некоректну поведінку та правильно давати відсіч”
7	Так
8	“Я пишу книжки”
9	Так
10	Я знаходжусь в стосунках з чудовим хлопцем і він надихає мене цілком і повністю. Я бачу в ньому уособлення нашого спільного світлого майбутнього. Також мене надихають його слова, наприклад, «Не будь такою суворою до себе», «Не намагайся бути ідеальною, мені і погане в тобі подобається».
11	Так
12	“Свобода, матеріальний достаток та сім'я (яку я буду створювати сама, а не батьки та родичі)”
13	“На матеріальний достаток, адже в моєму віці поки що важко почати заробляти і повністю забезпечувати себе. Та на свободу, адже поки я не маю окремого місця проживання, не відчуваю себе вільною.”
14	Ні
15	Не сповідаю жодної релігії

**Результати респондента № 16**

*Таблиця результатів методики Ш. Шварца PVQ «Портрет цінностей»*

Шкала	Обрахунок	Бали
Конформізм	$(3+3+2+3)/4$	2,75
Традиція	$(2+1+3+2)/4$	2
Доброзичливість	$(4+5+3+3)/4$	3,75
Універсалізм	$(5+4+6+5+4+5)/6$	4,83
Самостійність	$(6+6+4+5)/4$	5,25
Стимуляція	$(6+5+6)/3$	5,66
Гедонізм	$(4+6+6)/4$	5,33
Досягнення	$(3+3+3+2)/4$	2,75
Влада	$(5+3+3)/3$	3,66
Безпека	$(3+5+3+2+4)/5$	3,4

Таблиця результатів тесту - "Мета в житті" Джеймс Крамбо та Леонард Махолік (1969)

Шкала	Обрахунок	Бали
Осмисленість життя	7+5+1+2+7+5+6+2+7+5+3+7+5+7+3+7+2+7+3+5	96

Таблиця результатів методики самооцінки стресостійкості (Connor-Davidson Resilience Scale, CD-RISC)

Шкала	Обрахунок	Бали
Стресостійкість	4+2+3+3+2+1+4+1+2+1	23

Анкетування «Ціннісно-смилова сфера та стресостійкість: студентське бачення»

№	Відповідь
1	Так
2	Так
3	Ні
4	“Немає, намагаюсь просто цікаво його провести”
5	Так
6	“Припинена дружба показала що люди змінюються і це чудово та нормально”
7	Так
8	“Творчі люди, які не бояться пробувати нове”
9	Ні
10	“Чесність та відкритість”
11	Так
12	“Час з сім'єю, новий досвід, чуйність своя та інших”
13	“Час з сім'єю, новий досвід, чуйність своя та інших”
14	Так
15	“Не сповідую жодної релігії”

### Результати респондента № 17

Таблиця результатів методики Ш. Шварца PVQ «Портрет цінностей»

Шкала	Обрахунок	Бали
Конформізм	(3+6+5+6)/4	5
Традиція	(1+1+4+4)/4	2,5
Доброзичливість	(4+5+4+2)/4	3,75
Універсалізм	(6+6+5+6+5+5)/6	5,5
Самостійність	(3+5+5+5)/4	4,5
Стимуляція	(4+1+5)/3	3,33
Гедонізм	(4+5+6)/3	5
Досягнення	(4+3+4+2)/4	3,25

Влада	$(5+3+4)/3$	4
Безпека	$(6+4+6+4+4)/5$	4,8

*Таблиця результатів тесту - "Мета в житті" Джеймс Крамбо та Леонард Махолік (1969)*

Шкала	Обрахунок	Бали
Осмиленість життя	2+1+6+5+1+4+7+4+4+2+4+1+6+7+1+7+5+5+2+4	78

*Таблиця результатів методики самооцінки стресостійкості (Connor-Davidson Resilience Scale, CD-RISC)*

Шкала	Обрахунок	Бали
Стресостійкість	3+3+3+2+3+4+4+4+3+4	33

*Анкетування «Ціннісно-смилова сфера та стресостійкість: студентське бачення»*

№	Відповідь
1	Так
2	Так
3	Так
4	“Отримання задоволення”
5	Так
6	“Отримання вищої освіти”
7	Так
8	“Гроші”
9	Так
10	“Взаєморозуміння”
11	Так
12	“Гроші, відносини, самореалізація”
13	“Гроші”
14	Так
15	Не сповікую жодної релігії

### Результати респондента № 18

*Таблиця результатів методики Ш. Шварца PVQ «Портрет цінностей»*

Шкала	Обрахунок	Бали
Конформізм	$(2+2+1+3)/4$	2
Традиція	$(1+1+2+2)/4$	1,5
Доброзичливість	$(4+3+3+2)/4$	3
Універсалізм	$(4+3+4+5+4+3)/6$	3,83
Самостійність	$(4+6+4+5)/4$	4,75

Стимуляція	$(4+2+5)/3$	3,66
Гедонізм	$(4+4+4)/3$	4
Досягнення	$(5+5+5+2)/4$	4,25
Влада	$(4+3+4)/3$	3,66
Безпека	$(6+5+1+5+4)/5$	4,2

Таблиця результатів тесту - "Мета в житті" Джеймс Крамбо та Леонард Махлік (1969)

Шкала	Обрахунок	Бали
Осмисленість життя	4+5+6+5+4+6+6+4+5+3+5+3+5+6+2+5+7+5+4+5	95

Таблиця результатів методики самооцінки стресостійкості (Connor-Davidson Resilience Scale, CD-RISC)

Шкала	Обрахунок	Бали
Стресостійкість	3+2+4+1+1+3+2+2+2+3	23

Анкетування «Ціннісно-сміслова сфера та стресостійкість: студентське бачення»

№	Відповідь
1	Так
2	Так
3	Так
4	«Стати успішною та подорожувати»
5	Ні
6	Немає
7	Не працюю
8	Немає
9	Так
10	«Тактильність та підтримка»
11	Ні
12	«Самореалізація, сім'я, щастя»
13	«Самореалізація, сім'я, щастя»
14	Ні
15	«Не сповідаю жодної релігії»

### Результати респондента № 19

Таблиця результатів методики Ш. Шварца PVQ «Портрет цінностей»

Шкала	Обрахунок	Бали
Конформізм	$(1+2+3+4)/4$	2,5
Традиція	$(3+1+2+2)/4$	2
Доброзичливість	$(5+5+6+4)/4$	5



Універсалізм	$(3+5+2+4+2+2)/6$	3
Самостійність	$(6+5+4+5)/4$	5
Стимуляція	$(4+5+5)/3$	4,66
Гедонізм	$(5+5+5)/3$	5
Досягнення	$(5+4+6+4)/4$	4,75
Влада	$(2+5+5)/3$	4
Безпека	$(2+1+2+1+1)/5$	1,4

*Таблиця результатів тесту - "Мета в житті" Джеймс Крамбо та Леонард Махлік (1969)*

Шкала	Обрахунок	Бали
Осмисленість життя	5+5+5+4+5+7+6+5+5+6+4+4+5+7+3+3+7+6+3+3	98

*Таблиця результатів методики самооцінки стресостійкості (Connor-Davidson Resilience Scale, CD-RISC)*

Шкала	Обрахунок	Бали
Стресостійкість	4+3+3+4+3+3+2+1+3+3	29

*Анкетування «Ціннісно-сміслова сфера та стресостійкість: студентське бачення»*

№	Відповідь
1	Так
2	Ні
3	Так
4	“Розвиватись як людина, більш тонко відчувати себе і інших людей”
5	Так
6	“Коли в мене забрали права, я зрозумів що попав в таку ситуацію через особисті якості, і можу звернути увагу на свій дисбаланс”
7	Так
8	“Я сам сформував те, чим займаюсь. Беручись за певні речі”
9	Так
10	“Особистий розвиток через сильні емоційні стосунки х жінкою”
11	Так
12	“Відвертість, Вірність собі, прийняття (життя, інших людей, «поганих» речей)”
13	“Відвертість, особисті якості професійного характеру, самобутність”
14	Так
15	Не сповідаю жодної релігії

### **Результати респондента № 20**

*Таблиця результатів методики Ш. Шварца PVQ «Портрет цінностей»*

Шкала	Обрахунок	Бали
Конформізм	$(2+4+2+3)/4$	2,75
Традиція	$(2+2+5+3)/4$	3
Доброзичливість	$(6+3+2+3)/4$	3,5
Універсалізм	$(5+2+3+2+5+3)/6$	3,33
Самостійність	$(3+6+2+6)/4$	4,25
Стимуляція	$(3+2+4)/3$	3
Гедонізм	$(5+5+5)/3$	5
Досягнення	$(5+6+3+4)/4$	4,5
Влада	$(6+2+2)/3$	3,33
Безпека	$(6+5+1+3+4)/5$	3,8

Таблиця результатів тесту - "Мета в житті" Джеймс Крамбо та Леонард Махолік (1969)

Шкала	Обрахунок	Бали
Осмишеність життя	$4+4+5+5+2+4+7+4+5+7+5+1+3+6+1+7+7+4+5+5$	91

Таблиця результатів методики самооцінки стресостійкості (Connor-Davidson Resilience Scale, CD-RISC)

Шкала	Обрахунок	Бали
Стресостійкість	$3+2+4+3+4+4+1+3+3++3$	30

Анкетування «Ціннісно-смилова сфера та стресостійкість: студентське бачення»

№	Відповідь
1	Так
2	Так
3	Так
4	“Сенс мого життя зробити його якомога кращим та комфортним, провести його з рідними людьми, займатись улюбленою справою та досягти успіху в ній.”
5	Так
6	“Не знаю чи це унікальний сенс, але вважаю, що мої негаразди у попередніх стосунках допомогли мені дійти того самого комфортного життя з людиною, яка мені справді потрібна.”
7	Так
8	“Я створюю подарункові журнали і дуже кайфую, коли створюю справді гарний продукт, який може радувати інших людей.”
9	Так
10	“Підтримка один одного та розуміння, що ти не один.”
11	Так

12	“Мої цінності - це проведення якомога більше часу з родиною, побудова здорових стосунків з коханою людиною та моя власна справа, до якої я довго йшла.”
13	“На ті, що зазначила вище.”
14	Так
15	Відношу себе до певної релігії, виконую певні ритуали (наприклад: ходжу в церкву на Пасху)

### Результати респондента № 21

Таблиця результатів методики Ш. Шварца PVQ «Портрет цінностей»

Шкала	Обрахунок	Бали
Конформізм	$(3+5+6+6)/4$	5
Традиція	$(2+6+5+5)/4$	4,5
Доброзичливість	$(5+6+5+5)/4$	5,25
Універсалізм	$(6+5+5+2+5+5)/6$	4,66
Самостійність	$(5+6+3+5)/4$	4,75
Стимуляція	$(5+2+5)/3$	4
Гедонізм	$(5+5+6)/3$	5,33
Досягнення	$(4+3+2+3)/4$	3
Влада	$(4+4+3)/3$	3,66
Безпека	$(6+6+2+5+3)/5$	4,4

Таблиця результатів тесту - "Мета в житті" Джеймс Крамбо та Леонард Махлік (1969)

Шкала	Обрахунок	Бали
Осмисленість життя	5+5+7+7+3+7+5+7+6+7+5+6+6+7+4+7+7+3+2+7	113

Таблиця результатів методики самооцінки стресостійкості (Connor-Davidson Resilience Scale, CD-RISC)

Шкала	Обрахунок	Бали
Стресостійкість	4+3+3+2+2+3+3+3+3+3	29

Анкетування «Ціннісно-смілова сфера та стресостійкість: студентське бачення»

№	Відповідь
1	Так
2	Так
3	Так
4	“Материнство, шлях до щастя”
5	Так

6	“Написання курсової в минулому семестрі за 3 дня- підняття самооцінки та самовпевненості”
7	Так
8	“Я працюю бортпровідником - сенс літати (як в прямому так і в переносному сенсі), особливість - вид з вікна ☁️”
9	Так
10	“Спокій, стабільність, надія, довіра”
11	Так
12	“Сім'я, особистий розвиток, кар'єра”
13	“Освіта, кар'єра, сім'я”
14	Так
15	Сповідую певну релігію виконую всі ритуали

### Результати респондента № 22

Таблиця результатів методики Ш. Шварца PVQ «Портрет цінностей»

Шкала	Обрахунок	Бали
Конформізм	$(4+6+2+6)/4$	4,5
Традиція	$(1+1+2+4)/4$	2
Доброзичливість	$(6+5+5+2)/4$	4,5
Універсалізм	$(3+2+3+5+3+3)/6$	3,16
Самостійність	$(6+3+4+6)/4$	4,75
Стимуляція	$(5+3+6)/3$	4,66
Гедонізм	$(5+6+6)/3$	5,66
Досягнення	$(4+5+6+2)/4$	4,25
Влада	$(6+2+3)/3$	3,66
Безпека	$(6+6+1+2+6)/5$	4,2

Таблиця результатів тесту - "Мета в житті" Джеймс Крамбо та Леонард Махлік (1969)

Шкала	Обрахунок	Бали
Осмисленість життя	$4+5+7+4+2+2+7+6+4+6+5+7+6+4+1+4+3+7+4+7$	95

Таблиця результатів методики самооцінки стресостійкості (Connor-Davidson Resilience Scale, CD-RISC)

Шкала	Обрахунок	Бали
Стресостійкість	$4+4+1+4+4+3+4+2+3+2$	31

Анкетування «Ціннісно-смілова сфера та стресостійкість: студентське бачення»

№	Відповідь
---	-----------

1	Так
2	Так
3	Так
4	“Стати успішною, сильною людиною, не втративши людяність, та зробити так, щоб батьки жили безтурботно”
5	Так
6	“Перша травмуюча закоханість у хлопця”
7	Не працюю
8	Немає
9	Так
10	“Любов надихає творити, малювати”
11	Так
12	“Дійсно близькі друзі поруч, щастя батьків, самореалізація”
13	“Самореалізація, вдосконалення себе, побудова кар’єри”
14	Так
15	Не сповідаю жодної релігії

### Результати респондента № 23

Таблиця результатів методики Ш. Шварца PVQ «Портрет цінностей»

Шкала	Обрахунок	Бали
Конформізм	$(3+2+4+5)/4$	3,5
Традиція	$(3+1+2+4)/4$	2,5
Доброзичливість	$(6+5+4+6)/4$	5,25
Універсалізм	$(6+5+2+6+6+5)/6$	5
Самостійність	$(1+5+2+6)/4$	3,5
Стимуляція	$(4+2+3)/3$	3
Гедонізм	$(4+5+6)/3$	5
Досягнення	$(6+4+5+1)/4$	4
Влада	$(5+3+2)/3$	3,33
Безпека	$(6+5+4+2+5)/6$	4,4

Таблиця результатів тесту - "Мета в житті" Джеймс Крамбо та Леонард Махолік (1969)

Шкала	Обрахунок	Бали
Осмисленість життя	1+3+4+3+1+2+1+3+1+1+1+4+5+2+1+6+3+5+1+1	49

Таблиця результатів методики самооцінки стресостійкості (Connor-Davidson Resilience Scale, CD-RISC)

Шкала	Обрахунок	Бали
Стресостійкість	1+1+0+3+4+1+0+1+0+2	13

*Анкетування «Ціннісно-смілова сфера та стресостійкість: студентське бачення»*

№	Відповідь
1	Ні
2	Ні
3	Ні
4	«Зробити своїх рідних щасливими, та щоб вони ні чого не потребували.»
5	Так
6	Немає
7	Ні
8	Немає
9	Так
10	«Турбота одне про одного. Впевненість, що поруч завжди є людина, яка тебе підтримає та не дасть потонути у розпачі.»
11	Так
12	«Сім'я, любов, друзі»
13	«Більше часу я витрачаю на підтримання складних, на даний момент, стосунків. На другому місці (по витрачання часу) - благополуччя сім'ї, а з друзями, які в мене були, я більше не спілкуюсь, але дуже хотілося би більше приділяти їм часу»
14	Так
15	Не сповідаю жодної релігії

**Результати респондента № 24**

*Таблиця результатів методики Ш. Шварца PVQ «Портрет цінностей»*

Шкала	Обрахунок	Бали
Конформізм	$(2+3+4+4)/4$	3,25
Традиція	$(4+1+5+3)/4$	3,25
Доброзичливість	$(2+4+4+3)/4$	3,25
Універсалізм	$(5+5+4+4+3+4)/6$	4,16
Самостійність	$(4+3+5+3)/4$	3,75
Стимуляція	$(3+5+3)/3$	3,66
Гедонізм	$(4+3+4)/3$	3,66
Досягнення	$(4+4+3+4)/4$	3,75
Влада	$(3+3+3)/3$	3
Безпека	$(3+5+4+4+4)/5$	4

*Таблиця результатів тесту - "Мета в житті" Джеймс Крамбо та Леонард Махолік (1969)*

Шкала	Обрахунок	Бали
Осмисленість життя	$4+3+3+4+3+3+7+5+5+4+1+2+5+6+3+3+5+3+2+3+$	74

Таблиця результатів методики самооцінки стресостійкості (Connor-Davidson Resilience Scale, CD-RISC)

Шкала	Обрахунок	Бали
Стресостійкість	2+2+2+3+2+3+2+2+3+2	23

Анкетування «Ціннісно-сміслова сфера та стресостійкість: студентське бачення»

№	Відповідь
1	Так
2	Так
3	Ні
4	“поки в пошуках”
5	Так
6	“вступ в університет, його закінчення, пошук роботи”
7	Так
8	“посмішки дітей”
9	Так
10	“мене надихає моя наречена”
11	Так
12	“сім'я, любов, особистісний стержень”
13	“сім'я, любов, я”
14	Ні
15	Відношу себе до певної релігії, не виконую жодних ритуалів

### Результати респондента № 25

Таблиця результатів методики Ш. Шварца PVQ «Портрет цінностей»

Шкала	Обрахунок	Бали
Конформізм	(2+3+1+1)/4	1,75
Традиція	(2+1+1+1)/4	1,25
Доброзичливість	(6+2+3+3)/4	3,5
Універсалізм	(3+6+3+5+3+3)/6	3,83
Самостійність	(3+5+4+6)/4	4,5
Стимуляція	(5+1+5)/3	3,66
Гедонізм	(3+2+3)/3	2,66
Досягнення	(6+5+3+4)/4	4,5
Влада	(3+3+3)/3	3
Безпека	(3+3+4+4+6)/5	4

Таблиця результатів тесту - "Мета в житті" Джеймс Крамбо та Леонард Махлік (1969)

Шкала	Обрахунок	Бали
-------	-----------	------

Осмисленість життя	6+5+6+5+3+1+6+5+5+2+1+1+7+3+6+1+6+3+4+5	79
-----------------------	---	----

Таблиця результатів методики самооцінки стресостійкості (Connor-Davidson Resilience Scale, CD-RISC)

Шкала	Обрахунок	Бали
Стресостійкість	4+3+3+2+3+3+2+4+3+2	29

Анкетування «Ціннісно-смилова сфера та стресостійкість: студентське бачення»

№	Відповідь
1	Так
2	Так
3	Так
4	“Дивитися і бачити, здобувати нові вміння, використовувати спроможність людського мозку по максимуму”
5	Так
6	Немає
7	Так
8	“Новий досвід, розуміння про те, як влаштовані речі у світі, не”
9	Ні
10	Немає
11	Ні
12	“Реалізм, стресостійкість, здатність аналізувати”
13	“На ті самі”
14	Ні
15	Не сповідаю жодної релігії

### Результати респондента № 26

Таблиця результатів методики Ш. Шварца PVQ «Портрет цінностей»

Шкала	Обрахунок	Бали
Конформізм	(4+5+6+4)/4	4,75
Традиція	(5+3+5+3)/4	4
Доброзичливість	(6+4+4+2)/4	4
Універсалізм	(5+4+4+4+5+3)/6	4,16
Самостійність	(2+6+4+5)/4	4,25
Стимуляція	(4+2+5)/3	3,66
Гедонізм	(4+4+5)/3	4,33
Досягнення	(3+4+3+3)/4	3,25
Влада	(2+2+3)/3	2,33
Безпека	(4+4+5+4+4)/5	4,2



Таблиця результатів тесту - "Мета в житті" Джеймс Крамбо та Леонард Махолік (1969)

Шкала	Обрахунок	Бали
Осмисленість життя	6+5+5+6+7+6+6+3+4+7+7+4+4+7+4+4+7+7+4+4	107

Таблиця результатів методики самооцінки стресостійкості (Connor-Davidson Resilience Scale, CD-RISC)

Шкала	Обрахунок	Бали
Стресостійкість	2+2+2+2+1+2+2+3+2+2	20

Анкетування «Ціннісно-сміслова сфера та стресостійкість: студентське бачення»

№	Відповідь
1	Так
2	Ні
3	Так
4	«Успішне і безпечне життя моєї родини»
5	Ні
6	«Невдачі у справах спонукають до дії і пошуку нових шляхів вирішення життєвих питань.»
7	Так
8	«Незалежність»
9	Так
10	«Кохання»
11	Ні
12	«Вірність, відповідальність, кохання і безпека»
13	«На всі вищезазначені»
14	Так
15	Відношу себе до певної релігії, виконую певні ритуали (наприклад: ходжу в церкву на Пасху)

### Результати респондента № 27

Таблиця результатів методики Ш. Шварца PVQ «Портрет цінностей»

Шкала	Обрахунок	Бали
Конформізм	(5+5+4+5)/4	4,75
Традиція	(3+2+4+5)/4	3,5
Доброзичливість	(5+5+5+5)/4	5
Універсалізм	(5+5+5+5+4+3)/6	4,5
Самостійність	(4+3+3+5)/4	3,75
Стимуляція	(3+2+4)/3	3

Гедонізм	$(3+3+4)/3$	3,33
Досягнення	$(4+3+3+3)/4$	3,25
Влада	$(2+3+2)/3$	2,33
Безпека	$(3+4+3+3+3)/5$	3,2

Таблиця результатів тесту - "Мета в житті" Джеймс Крамбо та Леонард Махолік (1969)

Шкала	Обрахунок	Бали
Осмисленість життя	4+4+4+4+4+4+4+4+4+4+3+4+5+5+4+3+4+4+4+4	80

Таблиця результатів методики самооцінки стресостійкості (Connor-Davidson Resilience Scale, CD-RISC)

Шкала	Обрахунок	Бали
Стресостійкість	3+1+1+2+2+2+1+2+2+2	18

Анкетування «Ціннісно-смилова сфера та стресостійкість: студентське бачення»

№	Відповідь
1	Так
2	Ні
3	Ні
4	“Хз просто виконую обов'язки у різних ролях”
5	Так
6	Немає
7	Так
8	“Усі хобі перетворились та перетворюються на роботу дуже весело, щось заплановано щось ні”
9	Так
10	“Це приємно”
11	Ні
12	“Не брехати в певній мірі. Допомогати якщо можеш. Виконувати обіцянки”
13	“Обіцянкт якщо це щось що треба зробити. Длпомага бо це теж фізична дія. Не брехати іноді складно.”
14	Ні
15	Не сповідую жодної релігії

### Результати респондента № 28

Таблиця результатів методики Ш. Шварца PVQ «Портрет цінностей»

Шкала	Обрахунок	Бали
Конформізм	$(5+5+5+5)/4$	5

Традиція	$(2+4+2+5)/4$	3,25
Доброзичливість	$(6+6+5+5)/4$	5,5
Універсалізм	$(4+6+5+6+6+5)/6$	5,33
Самостійність	$(5+2+6+4)/4$	4,25
Стимуляція	$(3+4+6)/3$	4,33
Гедонізм	$(3+4+5)/3$	4
Досягнення	$(3+4+5+2)$	3,5
Влада	$(4+4+4)/3$	4
Безпека	$(3+5+2+2+5)/5$	3,4

Таблиця результатів тесту - "Мета в житті" Джеймс Крамбо та Леонард Махолік (1969)

Шкала	Обрахунок	Бали
Осмисленість життя	5+4+3+5+5+3+7+4+5+7+7+3+4+3+7+7+5+7+7+3	101

Таблиця результатів методики самооцінки стресостійкості (Connor-Davidson Resilience Scale, CD-RISC)

Шкала	Обрахунок	Бали
Стресостійкість	3+1+3+1+4+3+4+2+1+3	25

Анкетування «Ціннісно-смилова сфера та стресостійкість: студентське бачення»

№	Відповідь
1	Так
2	Так
3	Так
4	“життя”
5	Ні
6	Немає
7	Так
8	“Гроші”
9	Так
10	“Доповнення мене”
11	Так
12	“взаєморозуміння, бачити світ по-своєму, індивідуальність”
13	“взаєморозуміння”
14	Ні
15	Відношу себе до певної релігії, виконую певні ритуали (наприклад: ходжу в церкву на Пасху)

### Результати респондента № 29

Таблиця результатів методики Ш. Шварца PVQ «Портрет цінностей»

Шкала	Обрахунок	Бали
Конформізм	$(4+5+2+6)/4$	4,25
Традиція	$(6+1+1+4)/4$	3
Доброзичливість	$(2+2+1+6)/4$	2,75
Універсалізм	$(6+5+1+6+6+1)/6$	4,16
Самостійність	$(6+6+3+6)/4$	5,25
Стимуляція	$(3+4+1)/3$	2,66
Гедонізм	$(5+5+6)/3$	5,33
Досягнення	$(3+4+4+1)/4$	3
Влада	$(4+1+3)/3$	2,66
Безпека	$(3+3+2+1+3)/5$	2,4

*Таблиця результатів тесту - "Мета в житті" Джеймс Крамбо та Леонард Махолік (1969)*

Шкала	Обрахунок	Бали
Осмишеність життя	$3+2+1+1+1+1+4+5+1+1+1+1+5+7+7+5+2+7+1+1$	73

*Таблиця результатів методики самооцінки стресостійкості (Connor-Davidson Resilience Scale, CD-RISC)*

Шкала	Обрахунок	Бали
Стресостійкість	$2+3+3+0+2+2+1+2+1+4$	20

*Анкетування «Ціннісно-смилова сфера та стресостійкість: студентське бачення»*

№	Відповідь
1	Так
2	Ні
3	Ні
4	Немає
5	Ні
6	Немає
7	Так
8	“Відповідальність”
9	Так
10	“Спокій”
11	Так
12	“Чесність працьовитість порядність”
13	“Порядність”
14	Ні
15	Не сповідаю жодної релігії

### Результати респондента № 30

Таблиця результатів методики Ш. Шварца PVQ «Портрет цінностей»

Шкала	Обрахунок	Бали
Конформізм	$(4+5+3+5)/4$	4,25
Традиція	$(3+1+3+4)/4$	2,75
Доброзичливість	$(5+5+5+3)/4$	4,5
Універсалізм	$(6+5+5+6+5+4)/6$	5,16
Самостійність	$(6+5+5+5)/4$	5,25
Стимуляція	$(4+2+4)/3$	3,33
Гедонізм	$(5+6+6)/3$	5,66
Досягнення	$(4+4+4+3)/4$	3,75
Влада	$(5+5+5)/3$	5
Безпека	$(5+6+5+3+5)/5$	4,8

Таблиця результатів тесту - "Мета в житті" Джеймс Крамбо та Леонард Махолік (1969)

Шкала	Обрахунок	Бали
Осмисленість життя	$3+2+4+4+3+4+6+3+3+4+4+2+4+3+4+6+6+4+4+4$	77

Таблиця результатів методики самооцінки стресостійкості (Connor-Davidson Resilience Scale, CD-RISC)

Шкала	Обрахунок	Бали
Стресостійкість	$2+2+3+2+3+3+3+3+2+3$	26

Анкетування «Ціннісно-сміслова сфера та стресостійкість: студентське бачення»

№	Відповідь
1	Так
2	Ні
3	Так
4	“Насолоджуватись життям”
5	Так
6	“З недавніх, у ноутбука зламалась кришка, і це було вже прям дуже важко терпіти, тому довелось нести його в ремонт. І оскільки я нарешті його віднесла, то це був ідеальний шанс поставити йому новий диск. Тобто поламка підштовхнула мене нарешті зробити те, що я довго відкладала.”
7	Не працюю
8	“Я сподіваюся, що в майбутньому зможу хоч комусь хоч трохи полегшити життя і побачити це (в погляді, усмішці, рухах тощо).”
9	Так

10	“Підтримка і прийняття”
11	Так
12	“Турбота про сім'ю, турбота про себе, комфорт”
13	“урбота про сім'ю і виживання у цьому буремному часі”
14	Ні
15	Не сповідаю жодної релігії

### Результати респондента № 31

*Таблиця результатів методики Ш. Шварца PVQ «Портрет цінностей»*

Шкала	Обрахунок	Бали
Конформізм	(5+5+4+4)/4	4,5
Традиція	(2+2+4+3)/4	2,75
Доброзичливість	(6+5+4+4)/4	4,75
Універсалізм	(5+4+5+4+5+5)/6	4,66
Самостійність	(3+4+4+4)/4	3,75
Стимуляція	(3+2+5)/4	3,33
Гедонізм	(3+4+6)/3	4,33
Досягнення	(5+5+5+5)/4	5
Влада	(5+4+4)/3	4,33
Безпека	(4+6+5+6+5)/5	5,2

*Таблиця результатів тесту - "Мета в житті" Джеймс Крамбо та Леонард Махолік (1969)*

Шкала	Обрахунок	Бали
Осмисленість життя	5+5+3+5+3+5+6+4+5+6+4+3+7+5+2+5+6+5+5+4	93

*Таблиця результатів методики самооцінки стресостійкості (Connor-Davidson Resilience Scale, CD-RISC)*

Шкала	Обрахунок	Бали
Стресостійкість	2+3+2+3+1+2+1+1+2+2	19

*Анкетування «Ціннісно-смілова сфера та стресостійкість: студентське бачення»*

№	Відповідь
1	Так
2	Так
3	Так
4	“Важко відразу дати відповідь, мабуть сенс, щоб самореалізуватись в кар'єрі і в особистому житті.”
5	Ні

6	Немає
7	Так
8	“Якщо говорити про роботу на яка зараз є як підробіток, то я заробляю на якісь свої мінімальні потреби. І відчуваю себе, що, що”
9	Так
10	“Взагалюму людина надихає і відчуття, що ти теж кохання людина.”
11	Так
12	“Здоров'я, здорові стосунки з сім'єю, самореалізація”
13	“На здоров'я і на самореалізацію”
14	Так
15	“Відношу себе до певної релігії, не виконую жодних ритуалів”

### Результати респондента № 32

Таблиця результатів методики Ш. Шварца PVQ «Портрет цінностей»

Шкала	Обрахунок	Бали
Конформізм	$(2+4+2+4)/4$	3
Традиція	$(2+1+2+5)/4$	2,5
Доброзичливість	$(5+5+4+3)/4$	4,25
Універсалізм	$(5+4+6+3+4+6)/6$	4,66
Самостійність	$(4+6+6+6)/4$	5,5
Стимуляція	$(5+5+6)/3$	5,33
Гедонізм	$(6+6+6)/3$	6
Досягнення	$(5+5+5+3)/4$	4,5
Влада	$(5+5+5)/3$	5
Безпека	$(2+5+4+2+5)/5$	3,6

Таблиця результатів тесту - "Мета в житті" Джеймс Крамбо та Леонард Махолік (1969)

Шкала	Обрахунок	Бали
Осмиленість життя	$5+5+6+3+3+6+7+5+5+3+4+4+5+5+6+3+5+6+4+6$	96

Таблиця результатів методики самооцінки стресостійкості (Connor-Davidson Resilience Scale, CD-RISC)

Шкала	Обрахунок	Бали
Стресостійкість	$1+3+4+4+4+3+3+3+2+2$	29

Анкетування «Ціннісно-смілова сфера та стресостійкість: студентське бачення»

№	Відповідь
1	Так
2	Так

3	Так
4	“Отримати задоволення”
5	Так
6	Немає
7	Так
8	“Вільність”
9	Так
10	“Любов”
11	Так
12	“Матеріальні , задоволення, стосунки з близькими”
13	Матеріальні, задоволення, стосунки з близькими”“
14	Ні
15	Не сповідаю жодної релігії

### Результати респондента № 33

Таблиця результатів методики Ш. Шварца PVQ «Портрет цінностей»

Шкала	Обрахунок	Бали
Конформізм	$(2+3+2+3)/4$	2,5
Традиція	$(2+1+2+2)/4$	1,75
Доброзичливість	$(4+4+4+3)/4$	3,75
Універсалізм	$(6+3+6+4+5+6)/6$	5
Самостійність	$(6+6+4+4)/4$	5
Стимуляція	$(6+3+4)/3$	4,33
Гедонізм	$(5+5+5)/4$	5
Досягнення	$(5+5+5+4)/4$	4,75
Влада	$(4+2+2)/3$	2,66
Безпека	$(4+5+2+3+4)/5$	3,6

Таблиця результатів тесту - "Мета в житті" Джеймс Крамбо та Леонард Махолік (1969)

Шкала	Обрахунок	Бали
Осмисленість життя	2+2+3+1+3+1+6+4+2+3+1+1+6+7+7+1+5+4+1+1	61

Таблиця результатів методики самооцінки стресостійкості (Connor-Davidson Resilience Scale, CD-RISC)

Шкала	Обрахунок	Бали
Стресостійкість	2+2+4+1+1+2+1+2+1+1	17

Анкетування «Ціннісно-сміслова сфера та стресостійкість: студентське бачення»

№	Відповідь
---	-----------



1	Так
2	Ні
3	Ні
4	Немає
5	Ні
6	Немає
7	Так
8	“Я художник. Я вважаю мистецтво має змушувати відчувати, в особливості те, що іншим чином ти не відчув би.”
9	Так
10	“Стосунки і любов це різні речі. Любов це особливе почуття якого важко досягти якимось іншим чином. Вона часто веде, змушує діяти, творити. Так само як і біль. Хоча любов цього хоча б варта”
11	Так
12	“Свобода творчність задоволення”
13	“Н знаю”
14	Ні
15	Не сповідую жодної релігії

#### Результати респондента № 34

Таблиця результатів методики Ш. Шварца PVQ «Портрет цінностей»

Шкала	Обрахунок	Бали
Конформізм	$(2+3+2+4)/4$	2,75
Традиція	$(4+1+2+4)/4$	2,75
Доброзичливість	$(6+6+2+2)/4$	4
Універсалізм	$(4+6+6+4+4+3)/6$	4,5
Самостійність	$(6+6+6+6)/4$	6
Стимуляція	$(6+5+6)/3$	5,66
Гедонізм	$(2+6+6)/3$	4,66
Досягнення	$(6+6+6+6)/4$	6
Влада	$(3+3+6)/3$	4
Безпека	$(5+4+6+6+5)/5$	5,2

Таблиця результатів тесту - "Мета в житті" Джеймс Крамбо та Леонард Махолік (1969)

Шкала	Обрахунок	Бали
Осмиленість життя	$6+7+7+6+7+6+7+7+7+6+1+6+2+7+7+3+7+7+7+7$	120

Таблиця результатів методики самооцінки стресостійкості (Connor-Davidson Resilience Scale, CD-RISC)

Шкала	Обрахунок	Бали
Стресостійкість	$4+4+3+3+4+4+3+3+4+4$	36

*Анкетування «Ціннісно-сміслова сфера та стресостійкість: студентське бачення»*

№	Відповідь
1	Ні
2	Ні
3	Так
4	“Для мене сенс життя - досягти балансу в житті (щоб духовне та фізичне поєднувалося та було збалансованим; відчувати впевненість в завтрашньому дні)”
5	Ні
6	Немає
7	Так
8	“Можливість спілкуватися з різними людьми та проходити крізь розмаїтні ситуації та разом знаходити вихід з ситуації”
9	Так
10	“Надихає ідея спільних старань, що вкладаються в стосунки аби досягнути конкретного результату”
11	Так
12	“1. Стосунки 2. Особистий розвиток та самоосвіта 3. Піклування про сім'ю”
13	“1. Стосунки 2. Особистий розвиток та самоосвіта 3. Піклування про сім'ю”
14	Так
15	Не сповідую жодної релігії

**Результати респондента № 35**

*Таблиця результатів методики Ш. Шварца PVQ «Портрет цінностей»*

Шкала	Обрахунок	Бали
Конформізм	$(3+3+3+4)/4$	3,25
Традиція	$(2+1+3+4)/4$	2,5
Доброзичливість	$(5+3+3+3)/4$	3,5
Універсалізм	$(4+3+4+3+3+5)/6$	3,66
Самостійність	$(6+4+3+6)/4$	4,75
Стимуляція	$(4+4+3)/3$	3,66
Гедонізм	$(6+3+5)/3$	4,66
Досягнення	$(3+4+4+2)/4$	3,25
Влада	$(3+2+2)/3$	2,33
Безпека	$(5+5+3+3+5)/5$	4,2

*Таблиця результатів тесту - "Мета в житті" Джеймс Крамбо та Леонард Махолік (1969)*

Шкала	Обрахунок	Бали
-------	-----------	------

Осмиленість життя	5+2+5+5+1+4+7+4+4+2+3+3+5+6+3+4+5+3+3+5	79
----------------------	---	----

Таблиця результатів методики самооцінки стресостійкості (Connor-Davidson Resilience Scale, CD-RISC)

Шкала	Обрахунок	Бали
Стресостійкість	2+2+4+1+1+2+3+2+2+1	20

Анкетування «Ціннісно-смилова сфера та стресостійкість: студентське бачення»

№	Відповідь
1	Так
2	Так
3	Так
4	“Бажання створити мультимедійний успішний проект, мати власне житло і контроль над своїм життям”
5	Так
6	“Не завжди гарне ставлення до людини гарантує її доброту до тебе.”
7	Не працюю
8	“Немає”
9	Так
10	“Розділяти, давати, отримувати.”
11	Так
12	“Насичення життя тими чи іншими речами. Створення чогось в задоволення і користь. Благоустрій в найнужденніших сферах (приюти, дитбудинки т.д.)”
13	“Моє профільне зростання як художника-ілюстратора. Винайдення способу як найскоріше скопити грошей на житло. Тримати свій психічно-емоційний стан в задовільному рівні.”
14	Так
15	Не сповідаю жодної релігії

### Результати респондента № 36

Таблиця результатів методики Ш. Шварца PVQ «Портрет цінностей»

Шкала	Обрахунок	Бали
Конформізм	(2+4+4+5)/4	3,75
Традиція	(2+1+2+3)/4	2
Доброзичливість	(5+5+4+6)/4	5
Універсалізм	(4+4+4+4+5+3)/6	4
Самостійність	(6+5+5+5)/4	5,25
Стимуляція	(5+3+6)/3	4,66
Гедонізм	(4+6+6)/3	5,33
Досягнення	(6+5+6+5)/4	5,5

Влада	$(4+4+3)/3$	3,66
Безпека	$(5+5+2+3+5)/5$	4

*Таблиця результатів тесту - "Мета в житті" Джеймс Крамбо та Леонард Махолік (1969)*

Шкала	Обрахунок	Бали
Осмиленість життя	5+5+1+2+2+5+7+5+5+1+3+2+5+3+1+3+7+7+1+1	71

*Таблиця результатів методики самооцінки стресостійкості (Connor-Davidson Resilience Scale, CD-RISC)*

Шкала	Обрахунок	Бали
Стресостійкість	3+4+3+2+2+4+3+4+4+2	31

*Анкетування «Ціннісно-смілова сфера та стресостійкість: студентське бачення»*

№	Відповідь
1	Так
2	Так
3	Так
4	“насолоджуватися ним, мати змогу створювати його самому, щоб було максимально комфортно”
5	Так
6	“війна в країні дала мені поштовх піти навчатись на психолога”
7	Не працюю
8	Немає
9	Так
10	“взаємність та довіра”
11	Так
12	“сім'я та друзі, саморозвиток, здоров'я”
13	“здоров'я, саморозвиток, справедливість”
14	Так
15	Не сповідую жодної релігії

### Результати респондента № 37

*Таблиця результатів методики Ш. Шварца PVQ «Портрет цінностей»*

Шкала	Обрахунок	Бали
Конформізм	$(4+6+4+6)/4$	5
Традиція	$(4+3+2+3)/4$	3
Доброзичливість	$(5+5+5+6)/4$	5,25
Універсалізм	$(5+4+6+6+6+6)/6$	5,5
Самостійність	$(6+6+6+3)/4$	5,25

Стимуляція	$(6+2+4)/3$	4
Гедонізм	$(6+5+4)/3$	5
Досягнення	$(6+4+5+2)/4$	4,25
Влада	$(4+3+6)/3$	4,33
Безпека	$(5+5+4+5+4)/5$	4,6

Таблиця результатів тесту - "Мета в житті" Джеймс Крамбо та Леонард Махолік (1969)

Шкала	Обрахунок	Бали
Осмисленість життя	3+2+5+5+2+6+5+2+5+6+7+6+5+5+3+5+6+2+1+6	87

Таблиця результатів методики самооцінки стресостійкості (Connor-Davidson Resilience Scale, CD-RISC)

Шкала	Обрахунок	Бали
Стресостійкість	3+4+3+2+3+3+3+2+3+1	27

Анкетування «Ціннісно-сміслова сфера та стресостійкість: студентське бачення»

№	Відповідь
1	Ні
2	Ні
3	Так
4	«професійні цілі, речі, що приносять задоволення»
5	Ні
6	Немає
7	Не працюю
8	«митці»
9	Так
10	«довіра»
11	Ні
12	«щирість, повага (гречність), підтримка»
13	«підтримка»
14	Ні
15	Відношу себе до певної релігії, виконую певні ритуали (наприклад: ходжу в церкву на Пасху)

### Результати респондента № 38

Таблиця результатів методики Ш. Шварца PVQ «Портрет цінностей»

Шкала	Обрахунок	Бали
Конформізм	$(2+2+2+4)/4$	2,5
Традиція	$(2+1+1+3)/4$	1,75

Доброзичливість	$(3+3+3+3)/4$	3
Універсалізм	$(3+3+4+4+3+2)/6$	3,16
Самостійність	$(3+6+4+6)/4$	4,75
Стимуляція	$(3+3+5)/3$	3,66
Гедонізм	$(4+5+5)/3$	4,66
Досягнення	$(3+4+5+3)/4$	3,75
Влада	$(4+3+2)/3$	3
Безпека	$(5+5+6+4+3)/5$	4,6

Таблиця результатів тесту - "Мета в житті" Джеймс Крамбо та Леонард Махлік (1969)

Шкала	Обрахунок	Бали
Осмисленість життя	$5+5+6+5+3+7+5+5+3+4+5+3+5+2+3+7+5+3+3+5$	89

Таблиця результатів методики самооцінки стресостійкості (Connor-Davidson Resilience Scale, CD-RISC)

Шкала	Обрахунок	Бали
Стресостійкість	$2+2+3+4+4+3+3+3+2+3$	29

Анкетування «Ціннісно-сміслова сфера та стресостійкість: студентське бачення»

№	Відповідь
1	Так
2	Ні
3	Так
4	«здобуття знання і передача його наступним поколінням»
5	Так
6	«університет мені ніколи не подобався, але він важливий для розвитку перш за все в соціальному та професійному плані, нещодавно була співбесіда, яка була неймовірно нервовою, але без подібного ніякого розвитку не буде»
7	Так
8	«вона є для мене достатньо цікавою, щоб я хотів працювати взагалі»
9	Так
10	«почуття якоїсь опори і надійності»
11	Так
12	«життя, здоров'я, знання»
13	«професія, знання, життя»
14	Так
15	Не сповідаю жодної релігії

### Результати респондента № 39

Таблиця результатів методики Ш. Шварца PVQ «Портрет цінностей»

Шкала	Обрахунок	Бали
Конформізм	(2+3+3+5)/4	3,25
Традиція	(2+1+2+5)/4	2,5
Доброзичливість	(6+5+5+4)/4	5
Універсалізм	(2+6+3+5+2+3)/6	3,5
Самостійність	(3+5+4+2)/4	3,5
Стимуляція	(3+1+2)/3	2
Гедонізм	(5+6+6)/3	5,6
Досягнення	(2+2+1+1)/4	1,5
Влада	(3+1+1)/3	1,6
Безпека	(5+2+2+6+1)/5	3,2

Таблиця результатів тесту - "Мета в житті" Джеймс Крамбо та Леонард Махолік (1969)

Шкала	Обрахунок	Бали
Осмисленість життя	3+3+6+5+3+6+1+5+5+5+7+3+2+5+3+7+7+5+5+5	91

Таблиця результатів методики самооцінки стресостійкості (Connor-Davidson Resilience Scale, CD-RISC)

Шкала	Обрахунок	Бали
Стресостійкість	3+3+4+1+3+4+2+3+3+3	29

Анкетування «Ціннісно-сміслова сфера та стресостійкість: студентське бачення»

№	Відповідь
1	Так
2	Так
3	Так
4	«Насолоджуватися тим життям яке залишилося, та покращувати життя своїх близьких»
5	Так
6	«Тренування для покращення здоров'я після перелому»
7	Ні
8	Немає
9	Так
10	«Знання що є завжди людина яка підтримує та вислухає»
11	Так
12	«Прочитати яко многа більше книг, підтримувати близьких та побудувати свій будинок у горах біля річки»

13	«2,1,3»
14	Так
15	Не сповідаю жодної релігії

### Результати респондента № 40

Таблиця результатів методики Ш. Шварца PVQ «Портрет цінностей»

Шкала	Обрахунок	Бали
Конформізм	$(3+2+4+5)/4$	3,5
Традиція	$(2+3+3+4)/4$	3
Доброзичливість	$(5+4+4+5)/4$	4,5
Універсалізм	$(6+4+5+3+5+4)/6$	4,5
Самостійність	$(4+5+4+5)/4$	4,5
Стимуляція	$(4+3+5)/3$	4
Гедонізм	$(4+4+5)/3$	4,33
Досягнення	$(4+4+4+4)/4$	4
Влада	$(4+3+3)/3$	3,33
Безпека	$(6+5+4+5+5)/5$	5

Таблиця результатів тесту - "Мета в житті" Джеймс Крамбо та Леонард Махолік (1969)

Шкала	Обрахунок	Бали
Осмисленість життя	5+5+5+5+5+5+5+3+6+5+5+3+6+3+5+6+3+5+5+5	95

Таблиця результатів методики самооцінки стресостійкості (Connor-Davidson Resilience Scale, CD-RISC)

Шкала	Обрахунок	Бали
Стресостійкість	3+2+2+3+3+2+3+2+2+2	24

Анкетування «Ціннісно-смілова сфера та стресостійкість: студентське бачення»

№	Відповідь
1	Так
2	Так
3	Так
4	Немає
5	Ні
6	Немає
7	Ні
8	Немає
9	Так
10	«Порядність»



11	Так
12	«Сім'я, стосунки, спілкування»
13	«Сім'я, стосунки, спілкування»
14	Так
15	Відношу себе до певної релігії, не виконую жодних ритуалів

## ДОДАТОК Ж

Обрахунки кореляційного зв'язку за Пірсоном і Спірменом за шкалами  
«Конформізм» та «Стресостійкість»

X (Конформізм)	Y (Стресостійкість)	Ранг X	Ранг Y
3,00	28	21	16
5,00	31	2	6
3,75	4	13	40
3,50	21	15	30
3,00	24	21	25
2,50	33	30	3
3,00	26	21	19
2,75	27	25	17
2,00	21	37	30
2,75	25	25	23
5,50	33	1	3
2,50	14	30	38
2,50	37	30	1
2,50	26	30	19
2,00	26	37	19
2,75	23	25	27
5,00	33	2	3
2,00	23	37	27
2,50	29	30	10
2,75	30	25	9
5,00	29	2	10
4,50	31	9	6
3,50	13	15	39
3,25	23	18	27
1,75	29	40	10
4,75	20	7	32
4,75	18	7	36
5,00	25	2	23
4,25	20	11	32
4,25	26	11	19
4,50	19	9	35
3,00	29	21	10
2,50	17	30	37
2,75	36	25	2
3,25	20	18	32
3,75	31	13	6
5,00	27	2	17
2,50	29	30	10
3,25	29	18	10
3,50	24	15	25

  

Показник	Значення	Формула
Коефіцієнт кореляції Пірсона	0,00317223	CORREL(A2:A41;B2:B41)
Коефіцієнт кореляції Спірмана	0,013663568	CORREL(A2:A41;B2:B41)

Обрахунки кореляційного зв'язку за Пірсоном і Спірменом за шкалами «Традиція» та «Стресостійкість»

X (Традиція)	Y (Стресостійкість)	Ранг X	Ранг Y	
2,00		28	27	16
4,00		31	2	6
2,50		4	16	40
2,50		21	16	30
2,75		24	12	25
1,25		33	38	3
2,50		26	16	19
1,50		27	36	17
2,00		21	27	30
2,25		25	24	23
3,00		33	7	3
2,00		14	27	38
2,25		37	24	1
2,25		26	24	19
1,00		26	40	19
2,00		23	27	27
2,50		33	16	3
1,50		23	36	27
2,00		29	27	10
3,00		30	7	9
4,50		29	1	10
2,00		31	27	6
2,50		13	16	39
3,25		23	5	27
1,25		29	38	10
4,00		20	2	32
3,50		18	4	36
3,25		25	5	23
3,00		20	7	32
2,75		26	12	19
2,75		19	12	35
2,50		29	16	10
1,75		17	34	37
2,75		36	12	2
2,50		20	16	32
2,00		31	27	6
3,00		27	7	17
1,75		29	34	10
2,50		29	16	10
3,00		24	7	25

  
  

Показник	Значення	Формула
Коефіцієнт кореляції Пірсона	-0,055633928	CORREL(A2:A41;B2:B41)
Коефіцієнт кореляції Спірмана	-0,1076502	CORREL(A2:A41;B2:B41)

Обрахунки кореляційного зв'язку за Пірсоном і Спірменом за шкалами «Доброчливість» та «Стресостійкість»

X (Доброчливість)	Y (Стресостійкість)	Ранг X	Ранг Y
3,50	28	29	16
5,00	31	6	6
3,50	4	29	40
3,50	21	29	30
4,00	24	20	25
4,00	33	20	3
4,25	26	17	19
4,00	27	20	17
4,50	21	12	30
4,50	25	12	23
5,25	33	2	3
3,75	14	25	38
2,25	37	40	1
3,00	26	36	19
4,25	26	17	19
3,75	23	25	27
3,75	33	25	3
3,00	23	36	27
5,00	29	6	10
3,50	30	29	9
5,25	29	2	10
4,50	31	12	6
5,25	13	2	39
3,25	23	35	27
3,50	29	29	10
4,00	20	20	32
5,00	18	6	36
5,50	25	1	23
2,75	20	39	32
4,50	26	12	19
4,75	19	11	35
4,25	29	17	10
3,75	17	25	37
4,00	36	20	2
3,50	20	29	32
5,00	31	6	6
5,25	27	2	17
3,00	29	36	10
5,00	29	6	10
4,50	24	12	25

  

Показник	Значення	Формула
Коефіцієнт кореляції Пірсона	0,041232858	CORREL(A2:A41;B2:B41)
Коефіцієнт кореляції Спірмана	0,112278245	CORREL(A2:A41;B2:B41)

Обрахунки кореляційного зв'язку за Пірсоном і Спірменом за шкалами «Універсалізм» та «Стресостійкість»

X (Універсализм)	Y (Стресостійкість)	Ранг X	Ранг Y
4,00	28	24	16
5,00	31	6	6
3,00	4	39	40
3,83	21	27	30
3,83	24	27	25
4,60	33	14	3
4,66	26	10	19
3,50	27	34	17
4,00	21	24	30
4,33	25	18	23
4,33	33	18	3
4,33	14	18	38
5,16	37	4	1
3,66	26	31	19
3,66	26	31	19
4,83	23	9	27
5,50	33	1	3
3,83	23	27	27
3,00	29	39	10
3,33	30	36	9
4,66	29	10	10
3,16	31	37	6
5,00	13	6	39
4,16	23	21	27
3,83	29	27	10
4,16	20	21	32
4,50	18	15	36
5,33	25	3	23
4,16	20	21	32
5,16	26	4	19
4,66	19	10	35
4,66	29	10	10
5,00	17	6	37
4,50	36	15	2
3,66	20	31	32
4,00	31	24	6
5,50	27	1	17
3,16	29	37	10
3,50	29	34	10
4,50	24	15	25

  

Показник	Значення	Формула
Коефіцієнт кореляції Пірсона	0,121673343	CORREL(A2:A41;B2:B41)
Коефіцієнт кореляції Спірмана	0,002500599	CORREL(A2:A41;B2:B41)

Обрахунки кореляційного зв'язку за Пірсоном і Спірменом за шкалами «Самостійність» та «Стресостійкість»

X (Самостійність)	Y (Стресостійкість)	Ранг X	Ранг Y
5,25	28	5	16
4,75	31	17	6
4,50	4	24	40
5,00	21	12	30
4,00	24	33	25
5,25	33	5	3
4,00	26	33	19
4,00	27	33	17
5,40	21	4	30
4,50	25	24	23
5,25	33	5	3
5,00	14	12	38
5,50	37	2	1
4,50	26	24	19
4,75	26	17	19
4,83	23	16	27
4,50	33	24	3
4,75	23	17	27
5,00	29	12	10
4,25	30	30	9
4,75	29	17	10
4,75	31	17	6
3,50	13	39	39
3,75	23	36	27
4,50	29	24	10
4,25	20	30	32
3,75	18	36	36
4,25	25	30	23
5,25	20	5	32
5,25	26	5	19
3,75	19	36	35
5,50	29	2	10
5,00	17	12	37
6,00	36	1	2
4,75	20	17	32
5,25	31	5	6
5,25	27	5	17
4,75	29	17	10
3,50	29	39	10
4,50	24	24	25

  

Показник	Значення	Формула
Коефіцієнт кореляції Пірсона	0,36759588	CORREL(A2:A41;B2:B41)
Коефіцієнт кореляції Спірмана	0,352628632	CORREL(A2:A41;B2:B41)

Обрахунки кореляційного зв'язку за Пірсоном і Спірменом за шкалами «Стимуляція» та «Стресостійкість»

X (Стимуляція)	Y (Стресостійкість)	Ранг X	Ранг Y
4,66	28	9	16
5,00	31	8	6
2,00	4	39	40
2,33	21	36	30
3,66	24	20	25
5,60	33	4	3
2,33	26	36	19
3,00	27	31	17
6,00	21	1	30
5,33	25	5	23
4,33	33	13	3
2,33	14	36	38
5,33	37	5	1
3,33	26	27	19
4,00	26	16	19
5,66	23	2	27
3,33	33	27	3
3,66	23	20	27
4,66	29	9	10
3,00	30	31	9
4,00	29	16	10
4,66	31	9	6
3,00	13	31	39
3,66	23	20	27
3,66	29	20	10
3,66	20	20	32
3,00	18	31	36
4,33	25	13	23
2,66	20	35	32
3,33	26	27	19
3,33	19	27	35
5,33	29	5	10
4,33	17	13	37
5,66	36	2	2
3,66	20	20	32
4,66	31	9	6
4,00	27	16	17
3,66	29	20	10
2,00	29	39	10
4,00	24	16	25

  

Показник	Значення	Формула
Коефіцієнт кореляції Пірсона	0,496134602	CORREL(A2:A41;B2:B41)
Коефіцієнт кореляції Спірмана	0,429746909	CORREL(A2:A41;B2:B41)

Обрахунки кореляційного зв'язку за Пірсоном і Спірменом за шкалами «Гедонізм» та «Стресостійкість»

X (Гедонізм)	Y (Стресостійкість)	Ранг X	Ранг Y
3,33		28	37
4,33		31	26
3,66		4	35
2,66		21	39
4,00		24	31
6,00		33	1
4,33		26	26
4,66		27	20
5,00		21	12
5,66		25	4
4,66		33	20
4,00		14	31
6,00		37	1
4,66		26	20
5,00		26	12
5,33		23	8
5,00		33	12
4,00		23	31
5,00		29	12
5,00		30	12
5,33		29	8
5,66		31	4
5,00		13	12
3,66		23	35
2,66		29	39
4,33		20	26
3,33		18	37
4,00		25	31
5,33		20	8
5,56		26	7
4,33		19	26
6,00		29	1
5,00		17	12
4,66		36	20
4,66		20	20
5,33		31	8
5,00		27	12
4,66		29	20
5,60		29	6
4,33		24	26

  
  

Показник	Значення	Формула
Коефіцієнт кореляції Пірсона	0,383369114	CORREL(A2:A41;B2:B41)
Коефіцієнт кореляції Спірмана	0,415587827	CORREL(A2:A41;B2:B41)

Обрахунки кореляційного зв'язку за Пірсоном і Спірменом за шкалами «Досягнення» та «Стресостійкість»



X (Досягнення)	Y (Стресостійкість)	Ранг X	Ранг Y
5,00	28	8	16
5,00	31	8	6
3,75	4	24	40
6,00	21	1	30
4,00	24	21	25
5,50	33	4	3
3,25	26	31	19
4,25	27	17	17
3,75	21	24	30
3,50	25	29	23
6,00	33	1	3
5,50	14	4	38
5,50	37	4	1
2,25	26	39	19
5,00	26	8	19
2,75	23	38	27
3,25	33	31	3
4,25	23	17	27
4,75	29	12	10
4,50	30	14	9
3,00	29	36	10
4,25	31	17	6
4,00	13	21	39
3,75	23	24	27
4,50	29	14	10
3,25	20	31	32
3,25	18	31	36
3,50	25	29	23
3,00	20	36	32
3,75	26	24	19
5,00	19	8	35
4,50	29	14	10
4,75	17	12	37
6,00	36	1	2
3,25	20	31	32
5,50	31	4	6
4,25	27	17	17
3,75	29	24	10
1,50	29	40	10
4,00	24	21	25

  
  

Показник	Значення	Формула
Коефіцієнт кореляції Пірсона	0,238456687	CORREL(A2:A41;B2:B41)
Коефіцієнт кореляції Спірмана	0,28424465	CORREL(A2:A41;B2:B41)

Обрахунки кореляційного зв'язку за Пірсоном і Спірменом за шкалами «Влада» та «Стресостійкість»

X (Влада)	Y (Стресостійкість)	Ранг X	Ранг Y
3,66		28	17
5,66		31	1
2,33		4	33
4,33		21	7
3,00		24	27
5,00		33	3
3,33		26	23
4,00		27	10
4,60		21	6
2,00		25	38
2,00		33	38
4,00		14	10
5,33		37	2
2,33		26	33
4,00		26	10
3,66		23	17
4,00		33	10
3,66		23	17
4,00		29	10
3,33		30	23
3,66		29	17
3,66		31	17
3,33		13	23
3,00		23	27
3,00		29	27
2,33		20	33
2,33		18	33
4,00		25	10
2,66		20	31
5,00		26	3
4,33		19	7
5,00		29	3
2,66		17	31
4,00		36	10
2,33		20	33
3,66		31	17
4,33		27	7
3,00		29	27
1,60		29	40
3,33		24	23

  

Показник	Значення	Формула
Коефіцієнт кореляції Пірсона	0,344135556	CORREL(A2:A41;B2:B41)
Коефіцієнт кореляції Спірмана	0,296228928	CORREL(A2:A41;B2:B41)

Обрахунки кореляційного зв'язку за Пірсоном і Спірменом за шкалами «Безпека» та «Стресостійкість»

X (Безпека)	Y (Стресостійкість)	Ранг X	Ранг Y
3,80	28	26	16
5,60	31	1	6
4,00	4	21	40
5,40	21	2	30
3,20	24	34	25
5,40	33	2	3
4,60	26	10	19
4,20	27	17	17
4,60	21	10	30
3,00	25	38	23
3,20	33	34	3
3,80	14	26	38
5,20	37	4	1
4,40	26	14	19
4,00	26	21	19
3,40	23	32	27
4,80	33	8	3
3,66	23	29	27
1,40	29	40	10
3,80	30	26	9
4,40	29	14	10
4,20	31	17	6
4,40	13	14	39
4,00	23	21	27
4,00	29	21	10
4,20	20	17	32
3,20	18	34	36
3,40	25	32	23
2,40	20	39	32
4,80	26	8	19
5,20	19	4	35
3,60	29	30	10
3,60	17	30	37
5,20	36	4	2
4,20	20	17	32
4,00	31	21	6
4,60	27	10	17
4,60	29	10	10
3,20	29	34	10
5,00	24	7	25

  

Показник	Значення	Формула
Коефіцієнт кореляції Пірсона	0,172422408	CORREL(A2:A41;B2:B41)
Коефіцієнт кореляції Спірмана	0,206829429	CORREL(A2:A41;B2:B41)

Обрахунки кореляційного зв'язку за Пірсоном і Спірменом за шкалами «Осмысленість життя» та «Стресостійкість»

X (Осмысленность жи Y (Стрессостойкость)	Ранг X	Ранг Y			
103	28	10	16		
106	31	9	6		
34	4	40	40		
90	21	22	30		
95	24	15	25		
117	33	3	3		
87	26	24	19		
79	27	28	17		
108	21	7	30		
80	25	26	23		
117	33	3	3		
40	14	39	38		
112	37	6	1		
118	26	2	19		
59	26	37	19		
96	23	13	27		
78	33	31	3		
95	23	15	27		
98	29	12	10		
91	30	20	9		
113	29	5	10		
95	31	15	6		
49	13	38	39		
74	23	33	27		
79	29	28	10		
107	20	8	32		
80	18	26	36		
101	25	11	23		
73	20	34	32		
77	26	32	19		
93	19	19	35		
96	29	13	10		
61	17	36	37		
120	36	1	2		
79	20	28	32		
71	31	35	6		
87	27	24	17		
89	29	23	10		
91	29	20	10		
95	24	15	25		

  
  

Показник	Значення	Формула
Коефіцієнт кореляції Пірсона	0,675447547	CORREL(A2:A41;B2:B41)
Коефіцієнт кореляції Спірмана	0,473138198	CORREL(A2:A41;B2:B41)
Статистична значущість	0,992073604	2,024