

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ІМЕНІ М.П. ДРАГОМАНОВА**

**ЧИЖИЧЕНКО НАТАЛІЯ МИКОЛАЇВНА**

УДК 159.92:141.21-053.6

**ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ ОПТИМІЗМУ В  
РАНЬОМУ ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ**

19.00.07 – педагогічна та вікова психологія

**АВТОРЕФЕРАТ**

дисертації на здобуття наукового ступеня  
кандидата психологічних наук

**Київ – 2015**

Дисертацією є рукопис.

Роботу виконано на кафедрі соціальної психології та психотерапії Інституту соціології, психології та соціальних комунікацій в Національному педагогічному університеті імені М.П. Драгоманова, Міністерство освіти і науки України

**Науковий керівник:** доктор психологічних наук, професор  
**Зелінська Тетяна Миколаївна,**  
Національний педагогічний університет  
імені М.П. Драгоманова,  
Інститут соціології, психології та соціальних  
комунікацій,  
професор кафедри соціальної психології та  
психотерапії.

**Офіційні опоненти:** доктор психологічних наук, доцент  
**Ліщинська Олена Альбертівна,**  
Інститут підвищення кваліфікації  
державної служби зайнятості України,  
завідувач кафедри психології;

кандидат психологічних наук, доцент  
**Хомик Володимир Степанович,**  
Східноєвропейський національний університет  
імені Лесі Українки,  
доцент кафедри загальної та соціальної психології.

Захист відбудеться «28» квітня 2015 р. о 14.00 годині на засіданні спеціалізованої вченої ради Д 26.053.10 у Національному педагогічному університеті імені М.П. Драгоманова за адресою: 01601, м. Київ, вул. Пирогова, 9.

З дисертацією можна ознайомитися у бібліотеці Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова за адресою: 01601, м. Київ, вул. Пирогова, 9.

Автореферат розісланий «26» березня 2015 р.

**Вчений секретар**  
спеціалізованої вченої ради

**Л.В. Долинська**

## ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА РОБОТИ

**Актуальність дослідження.** Сучасний етап розвитку України характеризується становленням громадянського суспільства, прагненням до інтеграції у європейське співтовариство. Складні соціальні процеси загострюють суперечності в особистісній сфері людини, посилюються песимізм, апатія, безпорадність. Такі зрушення ставлять вимоги до особистісних характеристик особистості, які б дозволили їй зберегти позитивне самоствавлення, надію, впевненість у собі та забезпечити особистісне зростання і оптимізм, який надає можливість гармонійному розвитку усіх психічних процесів, підсилює віру в людей, віру у власні сили та можливості. Особливої гостроти ці якості набувають у ранньому юнацькому віці, коли необхідність особистісного і професійного самовизначення молодої людини потребує підтримки і розвитку емоційної стійкості до складних сучасних умов і оптимістичної соціальної установки. У ранньому юнацькому віці особистість виявляє себе як активний творчий суб'єкт життєдіяльності і знаходиться в пошуку власного життєвого шляху, тому експериментує з максималізмом і безпорадністю. Залежно від розвитку оптимізму чи песимізму молода людина набуває позитивних або негативних соціальних установок, які реалізуються і в дорослому житті. Тому саме ранній юнацький вік є найбільш сприятливим для розвитку оптимізму як стійкого психологічного явища в структурі особистості.

У зарубіжній психологічній літературі оптимізм вивчається як: диспозиція особистості (К. Двек, Е. Фромм), позитивне ставлення до світу (Е. Еріксон), внутрішній ресурс відновлення і надії на майбутнє особистості (К. Пінкола), конструктивний характер мислення, що активізує подолання життєвих криз (А. Бек, Г. Емері, Ф. Раш, А. Фримман), атрибутивний стиль, що сприяє поясненню чинників отриманих результатів (Г. Вейлант, С. Петерсон, М. Селігман), конструкт підвищення психічного здоров'я (А. Маслоу, К. Роджерс), самоустановка, що впливає на ціннісне ставлення до себе і світу (А. Аргайл, М. Джеймс, Д. Джонгвард, Дж. Рейнуотер), самоустановка гармонійного психічного розвитку особистості (Дж. Рейнуотер).

У російській психології оптимізм досліджувався в межах проблеми мотивації досягнення (О.С. Віндекер, Т.О. Гордєєва), долаючої поведінки (М.С. Замишляєва), індивідуально-психологічних особливостей адаптивності жінок до стану вагітності (Л.М. Рудіна). Крім того це психологічне утворення розглядалось побіжно при вивченні інших психологічних явищ. Зокрема, диспозицій особистості (К.К. Муздибаєв), пошукової активності суб'єкта (В.В. Аршавський, С.М. Бондаренко, В.С. Ротенберг), виявів самоствавлення особистості (Р.С. Пантілеєв, Н.І. Сарджвеладзе, В.В. Столін).

Українські вчені досліджують оптимізм як складову саморозвитку особистості (І.Д. Бех), вияв амбівалентних особистостей юнацького віку (Т.М. Зелінська), переживання позитивного мислення (В.Ф. Калошин),

ознаку психічного здоров'я людини (І.Я. Коцан, Г.В. Ложкін, М.І. Мушкевич), соціальну установку особистості (А.Е. Хурчак).

Аналіз та узагальнення наукових літературних джерел показав відсутність спеціальних досліджень, де б вивчалися особливості розвитку оптимізму в ранньому юнацькому віці, тоді як ці знання слугуватимуть реалізації завдань гармонійного становлення особистості в цьому віці. На сьогодні виникла потреба вивчення оптимізму не побіжно, у контексті інших проблем, а як самостійного психологічного явища: його сутності, структури, психологічних особливостей, зв'язку з іншими особистісними характеристиками, визначення шляхів, методів і засобів цілеспрямованого розвитку. Отже, соціальна значущість проблеми та її недостатнє вивчення в психологічних працях зумовили вибір теми дисертаційного дослідження «Психологічні особливості розвитку оптимізму в ранньому юнацькому віці».

**Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами.** Тема дисертації входить до плану наукових досліджень кафедри соціальної психології та психотерапії Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова, затверджена вченою радою університету (протокол № 5 від 24.12.2009 р.) та Міжвідомчою радою з координації наукових досліджень з педагогічних і психологічних наук України (протокол №5 від 15.06.2010 р.).

**Об'єктом дослідження** є оптимізм як соціальна установка особистості раннього юнацького віку.

**Предмет дослідження** – психологічні особливості розвитку оптимізму в ранньому юнацькому віці.

**Мета дослідження** – теоретично обґрунтувати зміст, структуру, виявити психологічні особливості виявів оптимізму та визначити шляхи і засоби розвитку цієї соціальної установки в учнів раннього юнацького віку.

В основу нашого дослідження було покладено **припущення** про те, що розвиток оптимізму в ранньому юнацькому віці як складного психічного утворення, що виявляється в переживанні фрустраційної толерантності, атрибутивного стилю і автономії у звичайних умовах розвитку особистості даного віку є недостатнім з огляду на суперечності вікового періоду, тісно взаємопов'язаний з такими особистісними утвореннями, як аутосимпатія, самоцінність, самоприйняття, надія на краще, впевненість у собі, сміливість у соціальних контактах, і може бути більш успішним за умови цілеспрямованого впливу на ці психологічні характеристики особистості активними соціально-психологічними методами навчання.

Для досягнення поставленої мети та згідно з висунутою гіпотезою нами визначено такі **завдання** дисертаційного дослідження:

- 1) здійснити аналіз наукової літератури з проблеми оптимізму особистості та визначити теоретичні підходи до вивчення особливостей розвитку оптимізму в ранньому юнацькому віці;
- 2) емпірично дослідити психологічні особливості оптимізму учнів раннього юнацького віку;

- 3) виявити взаємозв'язки оптимізму з особистісними утвореннями старшокласників;
- 4) обґрунтувати, розробити та апробувати програму розвитку оптимізму старшокласників, сформулювати практичні рекомендації учням, психологам, вчителям, батькам з розвитку оптимізму в ранньому юнацькому віці.

**Методи дослідження.** Для досягнення мети, вирішення поставлених завдань і перевірки гіпотези нами була розроблена програма дослідження, реалізація якої передбачала застосування комплексу загальнонаукових теоретичних та емпіричних методів і методик. *Теоретичні:* аналіз, порівняння, систематизація, узагальнення теоретичних і емпіричних даних. *Емпіричні:* спостереження, бесіда, метод вивчення продуктів діяльності учнів, психолого-педагогічний експеримент, активні соціально-психологічні методи навчання. *Методи математичної статистики:*  $\phi^*$  - критерій кутового перетворення Фішера, t-критерій Стьюдента, непараметричний метод порівняння результатів дослідження – коефіцієнт кореляції Пірсона ( $r_{xy}$ ).

**Експериментальна база дослідження:** учні раннього юнацького віку (15–17 років) гімназії імені М.П. Драгоманова м. Києва (93 респонденти), загальноосвітньої школи I-III ступенів № 18 м. Суми (93 респонденти), середніх загальноосвітніх шкіл № 1 і № 2 м. Білопілля Сумської області (91 респондент). Загальна кількість досліджуваних – 277 учнів, у тому числі учнів 10 класів – 139 осіб, 11 класів – 138 осіб, дівчат – 135 осіб, хлопців – 142 особи.

**Наукова новизна та теоретичне значення дослідження** полягають у тому, що:

- *вперше* були вивчені психологічні та вікові особливості розвитку оптимізму в ранньому юнацькому віці; визначено сутність поняття «оптимізм» як соціальної установки та його структурні компоненти (когнітивний, афективний, поведінковий), критерії (фрустраційна толерантність, атрибутивний стиль, автономія) та рівні (високий, вище середнього, середній, низький) оптимізму особистості раннього юнацького віку; установлені взаємозв'язки оптимізму з такими особистісними утвореннями, як аутосимпатія, надія, впевненість у собі; створена модель розвитку оптимізму в учнів раннього юнацького віку; обґрунтовано, розроблено та експериментально апробовано програму розвитку оптимізму в старшокласників шляхом посилення фрустраційної толерантності, атрибутивного стилю та автономії;
- *розширено й уточнено* понятійний апарат у сфері вивчення розвитку оптимізму; методи його дослідження і розвитку в учнів раннього юнацького віку;
- *набули подальшого розвитку* вивчення оптимізму як соціальної установки особистості та особливості його виявів у старшокласників.

**Практичне значення дослідження** полягає в тому, що пакет психодіагностичних методик вивчення оптимізму в ранньому юнацькому віці та авторська розвивальна програма з розвитку оптимізму старшокласників можуть бути використані вчителями, вихователями та практичними психологами для дослідження цього феномена та для забезпечення конструктивного подолання вікової кризи в процесі становлення оптимізму учнів раннього юнацького віку в навчальних закладах та закладах позашкільної освіти, а також викладачами вищих навчальних закладів для розробки лекційних курсів та семінарських занять з психології та доповнення навчальних дисциплін: «Вступ до спеціальності», «Вікова психологія», «Психодіагностика», «Психокорекція», «Основи самопізнання», «Практикум з групової психокорекції» у процесі підготовки майбутніх психологів.

**Вірогідність і надійність** одержаних результатів дослідження забезпечувалися методичним обґрунтуванням теоретичних положень; використанням валідних і надійних взаємодоповнюючих методів, що відповідають меті та завданням дисертаційної роботи; репрезентативністю вибірки досліджуваних; якісним і кількісним аналізом отриманих результатів; застосуванням методів математичної статистики та достовірною результативністю формувального експерименту.

**Апробація та впровадження результатів дослідження.** Основні теоретичні і практичні положення дисертаційного дослідження доповідалися і були схвалені на *шести Міжнародних*: Суми (2009), Ніжин (2011), Одеса (2011), Київ (2012), Харків (2013), Тольяті (2013); *всеукраїнській науково-практичній конференції з міжнародною участю* (Суми, 2013); *семи всеукраїнських конференціях*: Мелітополь (2011), Хмельницький (2011), Луганськ (2011), Мукачєво (2011), Дніпропетровськ (2011), Кіровоград (2013), Суми (2014); *міжвузівській науково-практичній конференції* (Харків, 2011); *регіональному науково-практичному семінарі з міжнародною участю* (Суми, 2013), *науково-практичному семінарі* (Суми, 2009); *звітно-наукових конференціях і засіданнях кафедри* теоретичної та консультативної психології (Київ 2009 – 2011), кафедри соціальної психології та психотерапії Інституту соціології, психології та соціальних комунікацій НПУ імені М.П. Драгоманова (Київ, 2012–2014).

Результати дисертаційного дослідження *впроваджено* в навчально-виховний процес у старших класах середньої загальноосвітньої школи № 13 м. Суми (довідка № 286 від 05.09.2014 р.), Білопільської загальноосвітньої школи № 2 (довідка № 200 від 09.09.2014 р.), Охтирської загальноосвітньої школи № 1 (довідка № 385 від 16.09.2014 р.), в організацію тренінгової роботи Сумського міського громадсько-молодіжного об'єднання «Міський кризовий центр» (довідка № 45 від 04.09.2014 р.), у роботу управління освіти і науки Сумської обласної державної адміністрації (довідка № 06-0919108 від 25.12.2013 р.), Районного центру зайнятості м. Суми (довідка № 253 від 8.05.2014) та Буринського центру зайнятості (довідка №1427 від 28.11.14).

**Публікації.** Основні положення дисертаційного дослідження висвітлено у 19 публікаціях, з яких 6 статей у вітчизняних фахових виданнях, 1 – у зарубіжному фаховому виданні, 12 – матеріали конференцій.

**Структура та обсяг дисертації.** Дисертація складається зі вступу, трьох розділів, висновків до розділів, висновків, списку використаних джерел (290 найменувань, з яких 24 іноземною мовою), 25 додатків. Основний зміст дисертації викладено на 182 сторінках, містить 8 таблиць, 6 рисунків на 8 сторінках. Повний обсяг роботи – 253 сторінок.

## **ОСНОВНИЙ ЗМІСТ РОБОТИ**

У **вступі** обґрунтовано актуальність теми дисертаційного дослідження, визначено мету, завдання, об'єкт, предмет, методи, розкрито наукову новизну, теоретичну та практичну значущість роботи, наведені відомості щодо апробації та впровадження результатів дослідження, подані дані про обсяг та структуру роботи.

У **першому розділі** – *«Теоретико-методологічні основи вивчення оптимізму особистості раннього юнацького віку»* - презентуються результати теоретичного аналізу зарубіжних і вітчизняних досліджень з розвитку оптимізму, вивчення проблеми розвитку оптимізму в ранньому юнацькому віці, обґрунтовано зміст та сутність поняття «оптимізм».

Як базисна категорія дефініція оптимізму в психології визначалася за допомогою таких психологічних утворень: диспозиція (Д. Гоулман, У. Джеймс, К.К. Муздибаєв, В.О. Ядов), диспозиційна атрибуція (Д. Майерс, Ф. Хайдер) та атрибутивний стиль пояснення поведінки (М. Селігман, Д. Вейлант, Т.О. Гордєєва, В.М. Русалов, Л.М. Рудіна).

На думку представників диспозиційного підходу (Д. Гоулман, У. Джеймс, К.К. Муздибаєв) головним елементом розвитку оптимізму є або позитивні й негативні очікування особистості та впевненість, або сумніви в бажаному результаті. Представники диспозиційно-атрибутивного підходу визначали оптимізм як схильність людини пояснювати поведінку певними чинниками і розрізняють два аспекти – диспозицію і атрибуцію. Фундатор теорії атрибуції Ф. Хайдер стверджував, що людина схильна пояснювати поведінку інших людей внутрішніми («диспозиційна атрибуція») або зовнішніми чинниками (наприклад, ситуація, у якій вона знаходиться, «ситуативна атрибуція»). Науковці, які є прихильниками атрибутивного підходу, визначали оптимізм з допомогою поняття стилю атрибуції як певного способу поведінки та способу пояснення людиною подій життя, власних дій і поведінки інших. Стиль пояснення, за Т.О. Гордєєвою, – це спосіб, яким людина звикла пояснювати причини подій і ситуацій, що відбуваються. Дослідниця тлумачить оптимістичне мислення як комплексне утворення, на якому ґрунтується вміння цілеспрямовано діяти в зовнішньому світі, реалізовувати мрії, бути відкритим новому досвіду та протидіяти впливу складних життєвих обставин.

Найбільш розробленою є проблематика оптимізму в дослідженнях зарубіжної психології, які можна умовно поділити на три напрями. Перший

– соціально-когнітивний (М. Аргайл, А. Бек, Б. Вайнер, К. Двек, Д. Келлі, А. Фримман), представники якого вважають оптимізм когнітивно-оцінним утворенням, що розвивається під впливом мислення та соціального оточення. Це установка, за допомогою якої людина аналізує отриману інформацію і може пояснити чинники успіхів і невдач. Другий напрям – гуманістичний (П. Гудмен, Ф. Лерш, А. Маслоу, Ф. Перлз, К. Роджерс, В. Франкл, Р. Хефферман). Розуміння оптимізму вченими даного напрямку вивчається в контексті самозмінення, саморозвитку, позитивного ставлення до себе і пошуку конструктивних варіантів соціалізації. Третій – становить позитивна психологія (М. Джеймс, Д. Джонгвард, Дж. Кехо, М. Селігман, Н. Пезешкіан, Дж. Рейнуотер), де оптимізм розвивається згідно з позитивним ставленням особистості до власних здібностей та інших людей і внаслідок дії соціального оточення, а песимізм можна трансформувати на оптимізм завдяки формуванню уявлень про природу інтелекту, мотивації долати перешкоди, віри в те, що докладені зусилля допоможуть досягти мети та значних творчих успіхів.

У російській психології проблема оптимізму вивчається як особистісна диспозиція (К.К. Муздибаєв), яка впливає на характер очікувань людини від власних дій та подій майбутнього. Т.Л. Крюкова та М.С. Замишляєва вважають, що оптимізм – це особистісна диспозиція, що включає пояснювальний стиль. У кожній особистості є відповідна частка оптимізму і песимізму, які актуалізуються в певних пропорціях у відповідних ситуаціях. Як компонент суб'єктивного благополуччя оптимізм вивчався Є.А. Перовой і С.Н. Єніколоповим. Вчені визначили оптимізм як ключовий компонент у захисті особистості від дистресу та значущим фактором у прогнозуванні суб'єктивного благополуччя. Цими дослідниками встановлено, що оптимісти і песимісти відрізняються у виборі стратегій вирішення проблем. Особливого значення для нашої роботи набуває дослідження О.А. Сичева щодо сутності захисного песимізму, згідно з яким, це когнітивна стратегія, пов'язана з підтриманням низьких очікувань, незважаючи на попередній позитивний досвід.

В українській психології оптимізм вивчався побіжно як складова позитивного мислення (В.Ф. Калошин), детермінанта особистісної амбівалентності (Т.М. Зелінська), психологічного благополуччя (Н.В. Коврига, Е.Л. Носенко), а також в межах вивчення інших психічних явищ (О.А. Ліщинська, В.С. Хомик).

Узагальнення дослідження проблеми оптимізму та дотичних до неї робіт, що стосуються окремих його проявів, дозволило нам визначити в структурі цього феномену наступні компоненти та критерії їх діагностування: афективний (фрустраційна толерантність, показником якої є емоційна стійкість), когнітивний (позитивний чи негативний стиль) та поведінковий (автономія, яка визначається незалежністю та саморегуляцією поведінки).

Вивчення дослідниками зв'язків оптимізму з різноманітними психологічними утвореннями особистості дозволило нам зробити



припущення, що у ранньому юнацькому віці оптимізм найбільш тісно пов'язаний з аутосимпатією (С.Р. Панталеєв), надією (М. Селігман, К. Муздибаєв), та впевненістю у собі (В.Г. Ромек).

Вищезазначені положення і було покладено в основу емпіричного вивчення психологічних особливостей оптимізму старшокласників.

У **другому розділі** – «Експериментальне дослідження психологічних особливостей оптимізму в ранньому юнацькому віці» – сформульовано основні завдання дослідження, підбрано й апробовано психодіагностичний інструментарій для вивчення розвитку оптимізму в ранньому юнацькому віці, обґрунтовано критерії, рівні й показники зазначеного феномена.

З метою діагностики психологічних особливостей оптимізму в ранньому юнацькому віці були використані наступні методики: «Шкала оптимізму» (авт. Н.Є. Водопьянова), «Шкала самоствалення» (авт. С.Р. Панталеєв), «Методика вимірювання надії» (авт. К.К. Муздибаєв), «Тест впевненості у собі» (авт. В.Г. Ромек). Визначити зміст структурних компонентів оптимізму дозволили: в афективному - «Вербальний фрустраційний тест» (Л.М. Собчик), в когнітивному - «Тест на оптимізм» (авт. Л.М. Рудіна), в поведінковому - «Діагностика самоактуалізації особистості» (авт. А. Маслоу, адаптована Н.Ф. Каліною).

Емпіричне дослідження включало в себе три етапи, *перший* з яких спрямований на визначення особливостей вияву структурних компонентів оптимізму, а саме: афективного – фрустраційної толерантності, когнітивного – атрибутивного стилю, через позитивні або негативні очікування від майбутнього; поведінкового – автономії учнів раннього юнацького віку, вияви незалежності і саморегуляції її поведінки, спрямованої на позитивний результат і успішні соціальні контакти, *другий* – виявлення взаємозв'язків таких особистісних утворень, а саме аутосимпатією, надією, впевненістю в собі з оптимізмом, *третій* - обґрунтування критеріїв розвитку та рівні вияву оптимізму в учнів раннього юнацького віку.

Особливості прояву структурних компонентів оптимізму вивчались за чотирма рівнями: високий, вище від середнього, середній, низький. За своїми характеристиками узгодженим, найбільш оптимальним для кожного компонента є рівень вище середнього, тоді як всі інші є неузгодженими.

Результати емпіричного дослідження засвідчили переважання у всіх компонентах середнього рівня та зниження з віком показників узгодженого (вище від середнього) рівня, що обумовлюють, на нашу думку, загостренням кризових явищ до закінчення школи (див. табл.1).

На другому етапі констатувального експерименту визначено взаємозв'язок оптимізму з такими особистісними утвореннями як аутосимпатія, надія, впевненість у собі. За результатами психодіагностики особистісне утворення в когнітивному компоненті – аутосимпатія проявляється на чотирьох рівнях: високий - 48 (17,32%) респондентів, які задоволені своєю особистістю незалежно від отриманих результатів, виявляють інтерес до себе і самозакоханість. Таке ставлення до себе може

спричиняти зверхнє ставлення до інших. Вище середнього – 54 (19,49%) досліджуваних, які приймають свої переваги і недоліки, цінують власні здібності, позитивно ставляться до своєї зовнішності. Учні з середнім рівнем аутосимпатії (39,35%) в деяких випадках не приймають власні недоліки, критично ставляться до своєї зовнішності і до властивостей характеру. Низький рівень аутосимпатії визначається у 66 (23,82%) досліджуваних, які незадоволені своїм характером, зовнішнім виглядом, знецінюють власні переваги.

Таблиця 1

**Особливості прояву структурних компонентів оптимізму в учнів  
раннього юнацького віку**

N = 277

Критерії	Рівні	15 – 16 років (n = 139)		16 – 17 років (n = 138)		φ
		абс.	%	абс.	%	
Фрустраційна толерантність	високий	27	19,42	15	10,86	-
	вище від середнього	36	25,89	11	8,00	2,68*
	середній	49	35,30	68	49,30	2,37*
	низький	27	19,42	44	31,88	2,39*
Атрибутивний стиль	високий	29	20,86	14	10,14	2,49*
	вище від середнього	31	22,30	17	12,31	2,17**
	середній	41	29,49	61	44,20	2,54*
	низький	38	27,33	46	33,33	-
Автономія	високий	30	21,58	15	10,86	2,44*
	вище від середнього	34	24,46	14	10,14	3,21*
	середній	35	25,17	61	44,20	3,35*
	низький	40	28,77	48	34,78	-

Рівні вияву надії встановлювалися за допомогою «Шкали надії» К.К. Муздибаєва. Вікова динаміка розвитку надії в досліджуваних 15–17 років має статистично значущі тенденції, а саме: на рівні вище середнього – до значного зменшення, що є тривожною тенденцією у віковій динаміці оптимізму (вище середнього – від 24,46% у 15–16-річних до 12,31% у 16–17-річних,  $\phi = 2,641$ ,  $p \leq 0,01$ ). Це вказує на втрату позитивних очікувань і зниження емоційної стійкості перед труднощами, чергування устремлень та байдужості до особистісного зростання. Очікування можливого змінюється на нездійсненне, складне.

Для дослідження впевненості у собі був використаний опитувальник В.Г. Ромека «Тест впевненості у собі». Результати психодіагностики показали, що це особистісне утворення проявляється на чотирьох рівнях: високий - 54 (31,04%) респонденти, які відверто і впевнено виявляють власну позицію, незалежні у прийнятті рішень, але самовпевнені і не враховують реальні умови соціального оточення. Вище середнього – 48 (36,10%) досліджуваних, які приймають виважені рішення з урахуванням позиції інших, сміливі у соціальних контактах, активні. Учні з середнім рівнем впевненості у собі (93 респонденти, відповідно 21,29%) у вирішенні завдань використовують переважно захисні механізми, докладають недостатньо зусиль на шляху до мети, не завжди активні. Низький рівень впевненості у собі визначається у 82 (11,55%) досліджуваних, які не можуть контролювати життєві події, уникають контактів, безпорадні, рішення приймають виважено, але повільно.

Узагальнення отриманих даних дозволило визначити на третьому етапі констатувального експерименту такі критерії оптимізму в учнів раннього юнацького віку, як фрустраційна толерантність (А.М. Большакова, О.О. Холодова); атрибутивний стиль (Т.О. Гордєєва, М.С. Замишляєва, М. Селігман, Л.М. Рудіна); автономія (С.К. Нартова-Бочавер, А.А. Ніжнік, М.В. Яцюк). За результатами емпіричного дослідження психологічних особливостей прояву оптимізму у старшокласників були визначені такі рівні: високий, вище від середнього, середній та низький:

- **високий** – учні раннього юнацького віку, яким притаманне переживання фрустраційної толерантності й емоційної стійкості під впливом фрустраторів (цінностей і суб'єктів) в різних життєвих сферах. Водночас такі учні приймають не тільки власні переваги, а й недоліки, переживають симпатію до себе і почуття задоволення від власної особистості, часто можуть переживати самозакоханість. Для учнів раннього юнацького віку з високим рівнем характерним є переживання атрибутивного стилю з позитивною спрямованістю думок та усвідомленням важливості побудови реалістичного життєвого плану, позитивних очікувань і майбутньої професійної самореалізації, мають значні академічні успіхи;

- **вище від середнього** – характерний для учнів, у яких засвідчується стійка фрустраційна толерантність у різних сферах життя. Ці процеси створюють умови для самоусвідомлення, яке сприяє самоприйняттю, самоцінності та розумінню себе. Аналіз власних думок, переживань, вчинків відбувається під дією внутрішніх чинників. Позитивний атрибутивний стиль мислення таких учнів спонукає їх до аналізу вчинків у співвідношенні до замислів. Такі молоді люди мають високі значні успіхи в навчанні і професійній діяльності. Вони ставлять складні, але реалістичні цілі й реалізують їх, не пасують перед труднощами, що обумовлює їх результативність у навчально-професійній діяльності.

- **середній** – в учнів раннього юнацького віку визначається переживання емоційної нестійкості під впливом фрустраторів (цінностей і суб'єктів). Їх

зосередженість на негативних фрустраторах може бути нейтралізована. Почуття симпатії до себе часто змінюється на антипатію, що викликає негативні емоційні стани. У ситуації необхідності отримати допомогу вони, як правило, рішуче звертаються до інших людей. Ставлення до власних здібностей має вибірковий характер (деякі здібності молода людина приймає, а деякі – ні). Засвідчується тенденція до захисту власного «Я» і уникнення небажаної поведінки.

- **низький** – учні з низьким рівнем переживають емоційну стійкість епізодично. Зосередженість на негативних фрустраторах може бути нейтралізована лише частково та з великим напруженням. Ці процеси призводять до самознецінення та невизнання власних досягнень. Незадоволення собою зумовлене негативним самоствавленням і виявляється в усамітненні, пригніченні, аутоагресії, байдужості до оточуючих, занепокоєні негативними очікуваннями, полохливості.

Визначені нами рівні можуть бути поділені на: узгоджений (вище від середнього) та неузгоджений (високий, середній, низький). Як свідчать дані 18,41% старшокласників мають узгоджений (вище від середнього) рівень оптимізму, проте неузгоджений - виражений у 81,57 % учнів раннього юнацького віку, тобто у 4 рази більше, ніж узгоджений.

Результати емпіричного дослідження рівнів та динаміки оптимізму в ранньому юнацькому віці представлено в табл. 2.

Таблиця 2

### Кількісні показники рівнів вияву оптимізму в ранньому юнацькому віці

N = 277

Рівень оптимізму	Вибірка 15–16 років (n = 139)		Вибірка 16–17 років (n = 138)		Загальна вибірка 15–17 років	
	абс.	%	абс.	%	абс.	%
Високий	35	25,17	21	15,21	56	20,21
Вище середнього	35	25,17	16	11,59	51	18,41
Середній	40	28,77	55	39,85	95	34,29
Низький	29	20,86	46	33,33	75	27,07
Усього	139	100,00	138	100,00	277	100,00

За результатами психодіагностики з загальної вибірки респондентів було виокремлено 56 (20,21%) учнів з високим рівнем оптимізму, 51 (18,41%) з рівнем вище від середнього, 95 (34,29%) учнів з середнім рівнем і 75 (27,07%) старшокласників з низьким рівнем оптимізму. Як видно, переважна кількість респондентів має середній і низький рівень розвитку досліджуваного феномена (61,36%). В ході якісної інтерпретації було визначено, що досліджуваним старшокласникам з середнім рівнем оптимізму притаманні такі показники, як: переживання симпатії до себе іноді змінюється на антипатію, прийняття власних переваг і неприйняття недоліків, схильність до лабільності настрою, нестабільність у вияву емоційної стійкості, позитивні очікування змінюються на негативні.

Досліджуваним з низьким рівнем оптимізму властиві емоційна нестійкість, необ'єктивне ставлення до себе, визнання тільки власної думки, поміркованість у прийнятті рішень, невпевненість у власних силах.

Отже, оптимальним рівнем оптимізму в учнів раннього юнацького віку є рівень вище від середнього, тому що старшокласники з таким рівнем мають емоційну стійкість до життєвих складнощів, протистоять депресії, врівноважені, з симпатією ставляться як до позитивних своїх властивостей, так і до негативних, очікують позитивних результатів, впевнено і сміливо вирішують завдання. Переважання у більшості досліджуваних неузгодженого рівня вияву оптимізму зумовило необхідність цілеспрямованого впливу на дану соціальну установку.

У **третьому розділі** – «Система засобів розвитку оптимізму в учнів раннього юнацького віку» – обґрунтовано психологічну модель розвитку оптимізму в учнів раннього юнацького віку; представлено змістові та процесуальні аспекти авторської програми з розвитку оптимізму, проаналізовано динаміку його розвитку в учнів раннього юнацького віку експериментальної та контрольної груп; розроблено методичні рекомендації вчителям, психологам, учням з використання способів і методів посилення оптимізму в ранньому юнацькому віці.

Теоретичним підґрунтям для побудови психологічної моделі розвитку оптимізму в ранньому юнацькому віці став соціально-когнітивний підхід (М. Аргайл, А. Бек, Б. Вайнер, К. Двек, Д. Келлі, А. Фримман та ін.) Сутність якого полягає в тому, що оптимізм як соціальна установка розвивається як під впливом мислення, так і соціального оточення. Це установка, за допомогою якої людина аналізує отриману інформацію і може пояснити чинники успіхів і невдач. Основними положеннями для реалізації наших завдань є наступні: оптимістичне мислення є дозрілим, релятивним, неоцінним, зворотнім, багатовимірним, варіативним і має вихід на відповідну поведінку. Проте песимістичне мислення характеризується одновимірністю, глобальністю, незворотністю і має також певні поведінкові прояви. Причини успіхів і невдач оцінюються за двома параметрами – локалізацією та стабільністю. Перший характеризує те, у чому людина вбачає причини своїх успіхів і невдач: у самій собі або в незалежних від неї обставинах. Люди схильні пояснювати свої успіхи і невдачі в корисному світлі задля збереження і підтримки високої самооцінки. Ставлення особистості до власних здібностей і сукупність сформованих уявлень про сутність інтелекту впливають на її поведінку. Зазначені положення були покладені в основу розвивальної програми розвитку оптимізму, яка дозволяє цілеспрямовано змінити власний атрибутивний стиль, розвивати стійкість до життєвих перешкод і набути навичок автономної поведінки та пов'язані з ними особистісні утворення. Авторська модель розвитку оптимізму базується на основних принципах проектування психологічних розвивальних програм (єдності діагностики і корекції, нормативності, системності методів психологічного впливу) і включає в себе декілька етапів. Перший етап –

діагностичний, спрямований на виокремлення старшокласників, які потребують розвитку оптимізму; другий – планування, розробка психологічної програми розвитку оптимізму в учнів раннього юнацького віку; третій – реалізація психологічних розвивальних впливів, що включав індивідуальні та групові форми роботи з учнями, батьками та вчителями (рис. 1).

Розроблена нами психологічна програма розвитку оптимізму в ранньому юнацькому віці втілювалася в навчально-виховний процес середньої загальноосвітньої школи впродовж навчального року.

*Мета програми* полягала в розробці та впровадженні методичних заходів, спрямованих на підвищення показників оптимізму старшокласників. *Завданнями* програми були: актуалізація усвідомлення значущості оптимізму особистості, що посилює особистісне зростання; посилення інтеграції оцінки власних здібностей, що сприяє очікуванню успіху в різних сферах життєдіяльності; активізація прийняття позитивних і негативних сторін власної особистості з домінуванням позитивного переживання; розвиток емоційної стійкості до фрустраторів, що впливає на формування позитивного самоствалення особистості раннього юнацького віку; сприяння розвитку позитивного атрибутивного стилю шляхом посилення позитивних очікувань від власних результатів та кращого в майбутньому; актуалізація здатності до незалежності й саморегуляції власних дій, що визначає впевненість та наполегливість у досягненні мети. На етапі планування здійснювалося складання плану реалізації розвивальних засобів розвитку оптимізму в усіх учасників розвивальної програми і складання психологічної розвивальної програми з старшокласниками (визначення конкретних термінів виконання відповідних видів роботи). Етап реалізації складається з засобів психологічної допомоги батькам (семінар для батьків «Розвиток позитивного самоствалення», «Як розвивати оптимізм?», індивідуальні консультації з питань особливостей розвитку оптимізму в ранньому юнацькому віці, психологічний практикум «Як батьки впливають на розвиток особистості раннього юнацького віку?»), розвивальної роботи з учнями (соціально-психологічний тренінг, заняття з самопізнання тощо), психологічної роботи з вчителями (інформування про особливості розвитку оптимізму в старшокласників, консультації з питань індивідуального підходу до посилення оптимізму в учнів, семінар «Як допомогти старшокласнику подолати складнощі?», круглий стіл з проблем ставлення учнів до негативних результатів, семінар для вчителів «Шляхи розвитку оптимізму», «Вплив атрибутивного стилю вчителя на учнів», «Вплив оптимізму на результати академічних досягнень старшокласників».

Соціально-психологічний тренінг розвитку оптимізму в старшокласників передбачав 22 заняття, які проводилися один раз на тиждень упродовж 90 хвилин. Експериментальну (ЕГ) та контрольну (КГ) групи становили дві групи учнів 11 класу (по 30 осіб) Сумської загальноосвітньої школи № 18. Під час психокорекційної роботи ЕГ була

розподілена на дві підгрупи (по 15 досліджуваних). Формувальний

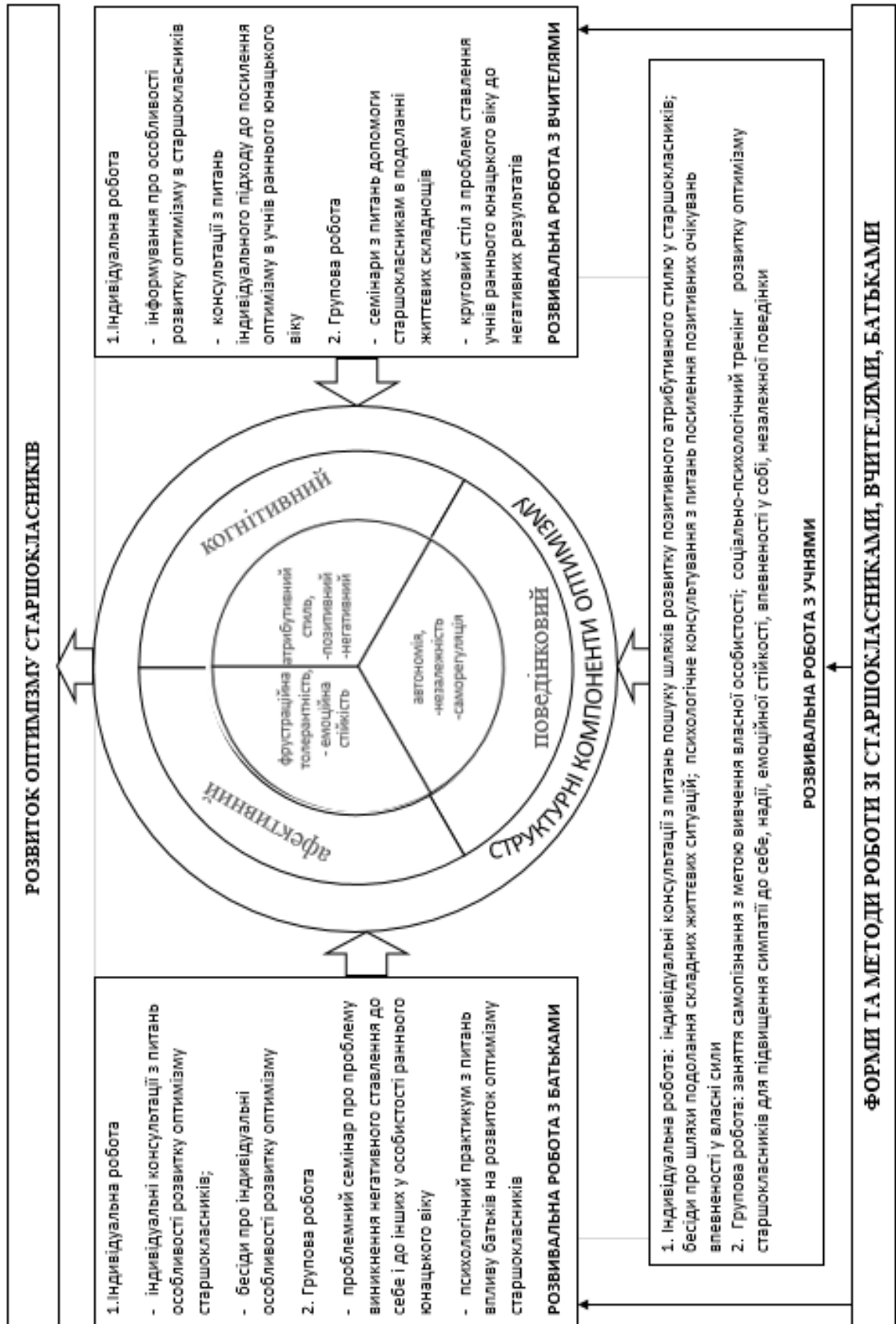


Рис. 1 – Психологічна модель розвитку оптимізму в учнів раннього юнацького віку

експеримент відповідно до визначеної нами мети та врахування викладених принципів, умов реалізовано упродовж трьох етапів: підготовчого (2 заняття), основного (18 занять) та підсумкового (2 заняття).

В експериментальній групі співвідношення рівнів оптимізму до та після формульованого експерименту виявилось таким: кількість досліджуваних з високим рівнем його вияву не збільшилася, з рівнем вище середнього – збільшилася на 26,67 % (де  $t = 2,40$ , якщо  $p \leq 0,01$ ), кількість учнів із середнім рівнем статистично збільшилася на 26,66% (де  $t = 2,54$ , якщо  $p \leq 0,05$ ), що підтверджує висунуте припущення. Позитивна тенденція засвідчується на рівні нижче середнього. Кількість респондентів на цьому рівні після експерименту зменшилася на 20,00 % (де  $t = 1,71$ , при  $p \leq 0,05$ ), на низькому рівні – на 33,33% (де  $t = 4,76$ , якщо  $p \leq 0,01$ ). Такі показники підтверджують доцільність психологічного впливу на розвиток оптимізму в ранньому юнацькому віці (див. табл. 3).

Таблиця 3

**Кількісні показники вияву оптимізму в експериментальній та контрольній групах учнів раннього юнацького віку до та після експерименту**

Рівні	До ЕГ (n=30)		Після ЕГ (n=30)		φ	До КГ (n=30)		Після КГ (n=30)		φ
	Абс.	%	Абс.	%		Абс.	%	Абс.	%	
високий	6	20,00	5	16,66		5	16,66	6	20,00	1,2
вище від середнього	5	16,66	13	43,33	2,40	9	30,00	8	26,66	1,13
середній	6	20,00	12	40,00	1,71	8	26,66	8	26,66	-
низький	13	43,33	0	-	4,76	8	26,66	8	26,66	-
	30	100	30	100		30	100	30	100	

Порівняння кількісного складу учнів в ЕГ та КГ за рівнями розвитку оптимізму до та після формульованого експерименту дало такі результати: в експериментальній групі узгоджений рівень оптимізму (вище від середнього – 43,33 % підвищився на 26,67%, що є статистично значущим ( $\phi = 2,40$ ,  $p \leq 0,01$ ), у контрольній групі показники рівня вище від середнього зменшилися на 3,34% ( $\phi = 1,13$ ,  $p \geq 0,05$ ), що є статистично незначущим.

Отримані результати дозволили зробити загальні висновки та сформулювати практичні рекомендації психологам в роботі з учнями, батьками та вчителями.

### ВИСНОВКИ

У дисертаційному дослідженні запропоновано вирішення проблеми розвитку оптимізму в ранньому юнацькому віці: висвітлено сутність оптимізму, його психологічні особливості, критерії діагностування, рівні, умови його підвищення, обґрунтовано та апробовано програму шляхів і



засобів психологічного впливу на його розвиток, визначено рекомендації стосовно посилення оптимізму в учнів раннього юнацького віку.

1. Одним із напрямів виховання цілеспрямованої, успішної, упевненої у своїх силах особистості є виявлення психологічних особливостей та умов підвищення оптимізму як соціальної установки, що спрямовує особистість на очікування позитивних результатів у різних сферах життєдіяльності, ініціативність і сміливість у підтримці соціальних контактів, гнучкість і наполегливість у досягненні мети.

Ранній юнацький вік – період підготовки до дорослого життя, який вимагає усвідомлення власних мотивів й потреб, прийняття всіх сторін своєї особистості, підтримки себе в усіх сферах життєдіяльності – є сенситивним для розвитку складових оптимізму. Розвиток зазначеної соціальної установки в ранній юності відбувається під впливом таких психологічних утворень, як фрустраційна толерантність, атрибутивний стиль та автономія.

2. Структура оптимізму, зумовлена психологічними особливостями раннього юнацького віку, містить афективний, когнітивний та поведінковий компоненти. Критеріями афективного компонента є фрустраційна толерантність, когнітивного – атрибутивний стиль, поведінкового – автономія особистості. Показником діагностування досліджуваного феномена в афективній сфері є емоційна стійкість; у когнітивній – позитивний і негативний атрибутивний стиль; у поведінковій – незалежність і саморегуляція поведінки. Психологічні особливості оптимізму в ранньому юнацькому віці пов'язані з віковими проявами структурних компонентів, які характеризуються переважанням неузгоджених рівнів розвитку (високого, середнього та низького) та зниження до закінчення школи в зв'язку з загостренням кризових явищ показників узгодженого (вище від середнього) рівня, а також з такими психічними утвореннями, як: аутосимпатія (критерій – самоцінність, показник – самоприйняття); надія (критерії – очікування приємного і кращого в майбутньому, показник – сила волі, здатність знаходити шляхи); впевненість у собі (спрямованість на досягнення успіху, на успішні соціальні контакти, показники – ініціативність і сміливість в соціальних контактах).

3. Оптимізм у ранньому юнацькому віці виявляється на чотирьох рівнях: високому, вище від середнього, середньому, низькому. *Високий рівень* характеризується позитивними очікуваннями від себе і від інших, поряд з цим наявністю незначних суперечностей в афективній, когнітивній і поведінковій сферах, але саме це гальмує усвідомлення реальних можливостей особистості, що впливає на неадекватність оцінки реальної ситуації, переоцінку власних здібностей і можливостей. *Рівню вище від середнього* властиві емоційна стійкість (відбувається використання конструктивних захисних механізмів, стійкість до стресу), позитивний атрибутивний стиль (усвідомлення успіхів та поразок, аналіз помилок, здібностей і можливостей та їх пояснення, позитивне налаштування на майбутнє), незалежність у прийнятті рішень (виважене прийняття рішень з

урахуванням позиції інших, активні дії, спрямовані на самопізнання і самозміни). *Середній рівень* виявляється переважно в позитивному настрої, однак визначається його лабільність, неуспіх пояснюється складністю завдань і браком здібностей, характерними є чергування позитивних і негативних очікувань, переважання стратегій уникнення у вирішенні складних завдань. *Низькому рівню* притаманні слабка емоційна стійкість (соціальна дезадаптація, залежність настрою від будь-яких результатів діяльності), негативні очікування (пасивність в очікуваннях, неготовність до оцінки можливого, зневіру у власні сили і здійснення позитивного), неконтрольованість над життєвими подіями (безпорадність, інфантильність, неможливість прийняття рішень).

В учнів раннього юнацького віку домінує неузгоджений (високий, середній та низький) рівень оптимізму, психологічними особливостями якого є наявність суперечностей в афективній, когнітивній та поведінковій сферах даної соціальної установки.

4. Теоретичним підґрунтям цілеспрямованого розвитку оптимізму є став соціально-когнітивний підхід, який розглядає оптимізм як соціальну установку, що розвивається як під впливом мислення, так і соціального оточення шляхом актуалізації фрустраційної толерантності, атрибутивного стилю й автономії особистості старшокласника. Психологічна модель розвитку оптимізму включає три напрями: 1) розвивальна робота з старшокласниками; 2) розвивальна робота з батьками 3) розвивальна робота з вчителями.

Реалізація авторської моделі розвитку оптимізму зумовила позитивні якісні зміни в рівнях вияву показників його особистісних утворень і збільшення кількості учнів з узгодженими виявами позитивних і негативних оцінок в афективній, когнітивній і поведінковій сферах: підвищення фрустраційної толерантності (зростання емоційної стійкості особистості до фрустраторів-цінностей у різних сферах життя); посиленням позитивного атрибутивного стилю (очікування кращого і приємного в майбутньому); зростанням автономії (незалежності і саморегуляції поведінки).

Практичні рекомендації для практичних психологів, вчителів, викладачів психології спрямовані на вдосконалення ними своїх знань про розвиток оптимізму в ранньому юнацькому віці, доцільність створення служб психологічної підтримки молодих людей, врахування при побудові роботи з учнями раннього юнацького віку особливостей прояву оптимізму в афективній, когнітивній та поведінковій сферах шляхів зростання фрустраційної толерантності, позитивного атрибутивного стилю, автономії старшокласників.

Здійснене дисертаційне дослідження не вичерпує всіх аспектів зазначеної проблеми. Перспективи її вивчення пов'язані з концептуальним аналізом оптимізму в життєзначущих сферах, виявленням гендерних особливостей розвитку цієї соціальної установки залежно від віку, створенням психодіагностичних методик дослідження аналізованого

психічного феномена, що й становитиме предмет нашого подальшого наукового пошуку.

### **Основний зміст дисертації відображено у таких публікаціях автора:**

#### **Статті у вітчизняних фахових виданнях:**

1. Чижиченко Н. М. Експлікація змісту поняття оптимізму як психологічної категорії. Проблеми загальної та педагогічної психології: збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка АПН України / за ред. С. Д. Максименка. – К., 2009. – Т. XI, ч. 5. – С. 414–420.

2. Чижиченко Н. М. Науково-теоретичні підходи та концепції вивчення проблеми оптимізму в зарубіжній психології // Вісник ХНУ імені В. Н. Каразіна. – Харків, 2011. – Вип. 45 – № 937. – С. 297–301. – (Серія «Психологія»).

3. Чижиченко Н. М. Аналіз афективного компонента оптимізму ранньої юності // Науковий журнал. Психологічні перспективи. Спеціальний випуск. Становлення особистості як суб'єкта життєвого шляху. Т. 2. – 2011. – Луганск, 2013. – С. 93–101.

4. Чижиченко Н. М. Особливості розвитку оптимізму в ранньому юнацькому віці // Актуальні проблеми психології: Психологія особистості. Психологічна допомога особистості / за ред. С.Д. Максименка, М.В. Папучі. – Київ, 2010. – Т. 11. – Вип. 3, С.421–427.

5. Чижиченко Н. М. Вивчення психологічних особливостей прояву оптимізму в ранньому юнацькому віці / Н. М. Чижиченко // Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова: зб. наук. праць. – К. : НПУ імені М. П. Драгоманова. 2012. – № 37(61). – (Серія № 12. Психологічні науки) – С. 160–163.

6. Чижиченко Н. М. Психокорекційна система роботи з підвищення рівня оптимізму в ранньому юнацькому віці / Н. М. Чижиченко // Психологічні перспективи. Спеціальний випуск «Психологія соціальної роботи» – Київ – Інститут соціальної та політичної психології НАПН України. – 2011– С. 230–235.

#### **Стаття у зарубіжному фаховому виданні:**

1. Чижиченко Н. Н. Исследование возрастных психологических особенностей развития оптимизма у учащихся раннего юношеского возраста / Н. Н. Чижиченко // Вестник ТвГУ. Серия «Педагогика и психология». 2014. – № 3 – С. 66–73.

#### **Матеріали наукових конференцій та публікації в інших виданнях:**

1. Чижиченко Н. М. Психологічні характеристики розвитку оптимізму в ранній юності: матеріали Всеукр. наук.-практ. конф. «Трансформація суспільно-політичних процесів в Україні воєнного

періоду та післявоєнного періоду» : зб. наук. праць всеукр. наук.-практ. конф. (21–22 жовтня 2011) – Мукачєво, 2011. – С. 176–177.

2. Чижиченко Н. М. Аналіз досліджень особистісних характеристик оптимізму в ранній юності. Становлення цінностей у психологічному вимірі соціального буття особистості. Соціальна мужність як цінність: матеріали міжнар. наук.-практ. конф. (3–4 червня 2010), Львів – Кам'янець-Подільський / за ред. С. Д. Максименка – Кам'янець-Подільський : Аксіома, 2010. – С. 171–173.

3. Чижиченко Н. М. Вивчення психологічних особливостей розвитку оптимізму у вітчизняній педагогіці. Творча спадщина А.С. Макаренка в контексті інноваційного розвитку освіти ХХІ століття : матеріали Всеукр. наук.-практ. конф. з міжнар. участю (11–12 березня 2013 року, м. Суми). – Суми : Вид-во СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2013. – С. 188–189.

4. Чижиченко Н. М. Самоефективність як структурний компонент оптимізму ранньої юності / Н. М. Чижиченко // Збірник наукових статей матеріалів І Міжвузівської науково-практичної конференції «Психолого-педагогічні проблеми в освітньому процесі» (7–8 жовтня 2011 року, Харків). – Х., 2011. – С. 270–274.

5. Чижиченко Н. М. Особистісні характеристики оптимізму ранньої юності / Н. М. Чижиченко : матеріали Всеукраїнської наук.-практ. конф. «Створення психологічних умов для збереження здоров'я молоді в процесі навчання» (м. Дніпропетровськ, 20–25 жовтня, 2011). – Дніпропетровськ : Видавництво «Інновація», 2011. – С. 62–64.

6. Чижиченко Н. М. Зміст поняття «впевненість» як поведінкового компонента оптимізму / Н. М. Чижиченко // Психологічна культура у становленні особистості як суб'єкта життєдіяльності : матеріали ІІ регіонального семінару з міжнародною участю (19 квітня 2013 року, м. Суми). – Суми: СумДПУ ім. А. С. Макаренка. 2013. – С. 98–101.

7. Чижиченко Н. М. Особливості прояву оптимізму в навчально-дослідницькій діяльності старшокласників / Н. М. Чижиченко // Навчально-дослідницька діяльність дітей: особливості організації, психолого-дидактичний супровід, досвід роботи, перспективи : матеріали Всеукр. наук.-практ. конф. (Кіровоград, 16–17 квітня 2013 р.) / М-во освіти і науки України, Кіровоградський обл. ін-т післядипл. педагог. освіти ім. В. О. Сухомлинського. – Кіровоград : ТОВ «ПОЛІМЕД-Сервіс», 2013. – С.158–159.

8. Чижиченко Н. М. Особливості прояву оптимізму в навчальній та професійній діяльності / Н. М. Чижиченко // Психолого-педагогічні проблеми становлення сучасного фахівця : зб. наук. ст., матеріали наук.-практ. конф. (15–16 травня 2013) Харк. нац. екон. ун-т – Х. : ХНЕУ; ХОГОКЗ, 2013. – С. 456–460.

9. Чижиченко Н. М. Психологічні особливості прояву аутосимпатії в ранньому юнацькому віці / Н. М. Чижиченко // Актуальні питання сучасної психології : матеріали І Всеукр. наук.-практ. конф. студентів, аспірантів і

молодих вчених. – Суми : Вид-во СумДПУ імені А. С. Мкаренка, 2014. – С. 368–373.

10. Чижиченко Н. М. Характеристика психологічної програми з підвищення рівня оптимізму в ранньому юнацькому віці // Вісник Одеського національного університету. – 2011. – Т. 16, вип. 11. – Ч. 1. (Серія: Психологія). – С. 351–357.

11. Чижиченко Н. М. Проблема психокорекції оптимізму в ранньому юнацькому віці. Актуальні питання теорії і практики психолого-педагогічної підготовки фахівців за соціономічним профілем / Н. М. Чижиченко : матеріали Всеукр. наук.-практ. конф. (м. Хмельницький, 22–23 квітня 2010 р.), – Хмельницький : ХНУ, 2011. – С. 90–92.

12. Чижиченко Н. Н. Психокоррекционное влияние на уровни оптимизма в процессе социализации индивида / Наука – промышленности и сервису : сб. ст. VIII международной научно-практической конференции. Ч. I / Поволжский гос. ун-т сервиса. – Тольятти : Изд-во ПВГУС, 2013. – С. 387–391.

### АНОТАЦІЇ

**Чижиченко Н.М. Психологічні особливості розвитку оптимізму в ранньому юнацькому віці. – Рукопис.**

Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук за спеціальністю 19.00.07 – педагогічна та вікова психологія. – Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова, Київ, 2014.

Дисертація присвячена дослідженню психологічних особливостей розвитку оптимізму в ранньому юнацькому віці. Здійснено теоретичний аналіз наукових підходів до вивчення зазначеної проблеми в зарубіжній і вітчизняній психології, визначено зміст та структуру (афективний, когнітивний та поведінковий компоненти) оптимізму, обґрунтовано критерії (фрустраційна толерантність, атрибутивний стиль, автономія), показники (аутосимпатія, надія, впевненість у собі) та рівні (високий, вище від середнього, середній, низький) розвитку його в ранньому юнацтві.

Розроблено психологічну модель і програму цілеспрямованого розвитку оптимізму з метою досягнення узгодженого рівня оптимізму в учнів раннього юнацького віку, доведено ефективність та необхідність її впровадження в навчально-виховний процес з метою розвитку його в старшокласників та їх особистісного зростання. Запропоновано практичні рекомендації учням, батькам, вчителям з питань розвитку оптимізму в ранньому юнацькому віці.

**Ключові слова:** оптимізм, фрустраційна толерантність, атрибутивний стиль, автономія, емоційна стійкість, саморегуляція, незалежність, аутосимпатія, самоприйняття, самоцінність, надія, впевненість у собі, ранній юнацький вік.

**Чижиченко Н.Н. Психологические особенности развития оптимизма в раннем юношеском возрасте. – Рукопись.**

Диссертация на соискание ученой степени кандидата психологических наук по специальности 19.00.07 – педагогическая и возрастная психология. – Национальный педагогический университет имени М.П. Драгоманова. – Киев, 2014.

Диссертация посвящена исследованию психологических особенностей развития оптимизма в раннем юношеском возрасте. Осуществлен теоретический анализ научных подходов к изучению данной темы в зарубежной и отечественной психологии, определены содержание и структура (аффективный, когнитивный и поведенческий компоненты) оптимизма, обоснованы критерии (фрустрационная толерантность, атрибутивный стиль, автономия), показатели (аутосимпатия, надежда, уверенность в себе) и уровни (высокий, выше среднего, средний, низкий) развития его в раннем юношестве.

Выявлены психологические особенности развития оптимизма у учащихся раннего юношеского возраста, обоснована психологическая модель и программа развития оптимизма с целью достижения его согласованного уровня в раннем юношеском возрасте.

Разработаны методические рекомендации психологам, учителям, психологическая модель системы развивающе-коррекционных способов.

Доказана эффективность и необходимость внедрения программы развития оптимизма в учебно-воспитательный процесс с целью усиления его у старшеклассников и их личностного роста. Программа состоит из развивающе-коррекционных занятий, направленных на развитие у учащихся симпатии к себе, надежды на успех, уверенности в себе.

**Ключевые слова:** оптимизм, фрустрационная толерантность, автономия, эмоциональная стойкость, саморегуляция, независимость, аутосимпатия, самопринятие, самооценность, надежда, уверенность в себе, ранний юношеский возраст.

### **Chyzychenko N.M. Psychological peculiarities of optimism development in the early youth age. - Manuscript.**

Thesis on competing a scientific degree of a candidate of psychological sciences by speciality 19.00.07 – pedagogical and age-specific psychology. – National pedagogical university named after M. P. Dragomanov. – Kyiv, 2014.

Dissertation is devoted to research of psychological peculiarities development of optimism in the early youth age. Theoretical analysis of scientific approaches to the study of the subject in the foreign and Ukrainian psychology was effected, the content and structure of optimism is determined (cognitive, affective and behavioral components), criteria are proved (frustration tolerance, attributive direction, autonomy), indicators (autosympathy, hope, self-confidence) and levels (high, above average, average, low) of its development in the early youth age.

A program of strengthening of optimism with a view to achieve an agreed level of optimism in the early youth age, methodical recommendations for psychologists, teachers, psychological model of the system of didactic-correction methods are designed. Efficiency and necessity to implement a optimism development program in the educational process with a view to its strengthen of senior pupils and their personal growth is proved. The program consists of didactic-correction trainings aimed at developing senior pupils sympathy for himself, hope of success, self-confidence.

**Key words:** optimism, frustration tolerance, autonomy, emotional stability, self-regulation, independence, autosympathy, self-acceptance, inherent value, hope, self confidence, early youth age.