**ВСТУП**

**Актуальність теми дослідження**. Проблеми когнітивної зрілості у період юності визначається зростаючою потребою сучасного суспільства у комплексному вивченні людини, у виявленні взаємозв'язків властивостей всіх рівнів його психічної організації.

В даний час інтенсивно розробляються нові і розвиваються існуючі інформаційні технології та методи навчання. Протягом юності (від 15 - 16 до 17 - 18 років) особистість виходить на рубіж відносної зрілості, у цей період завершуються бурхливий ріст і розвиток її організму, а також первинна соціалізація.

Утверджуючись у світогляді, самоусвідомлюючись і самовизначаючись, прагнучи індивідуальної неповторності, юнаки і дівчата виявляють значно вищий, ніж у підлітковому віці, рівень навчальної діяльності, комунікативності, починають узгоджувати у своєму баченні майбутнього близьку і віддалену перспективи, нерідко переживаючи при цьому кризу ідентичності.

Роль пізнання та пізнавальних ресурсів людини, а також пов'язаних із ними природних психофізичних обмежень і можливостей безперервно посилюється. Сучасне життя постійно змінюється, суспільства висуває підвищені вимоги до інтелектуальної активності людини, до її розумової працездатності, до вміння швидко орієнтуватися і діяти в складних і емоційно напружених ситуаціях, що може залежати від таких мотиваційно-особистісних і формально-динамічних характеристик, як мотивація досягнення і темперамент . У зв'язку з цим як самі пізнавальні можливості і здібності людини, так і їх вивчення набувають все більшого значення.

Поряд з цим, зміцнюється наукова позиція, яка стверджує центральну роль когнітивних процесів в розумінні психічного функціонування людини. Число досліджень пізнавальних процесів і обсяг накопичених даних в цій області постійно зростають. У центрі уваги психологів виявляються різні психічні пізнавальні процеси, за допомогою яких суб'єкт сприймає, організовує і переробляє інформацію, що надходить.

Вивчали когнітивні процеси: Аристотель, Платон, пізніше вже в XVII ст. – Р.Декарт, XVII та XVIII ст. – Д.Локк, И.Кант, Д.Юма, Т.Гоббс, Р.Бертон, Д.Беркли, та інші. Наприкінці XIX ст. – В.Вундт, XX ст. – Д.Б.Уотсон. Вже пізніше у 50 роки – Д.Міллер, Г.Саймон, А.Ньюелл, М.Мінський, Д.Маккарті.

У другій половині двадцятого століття особливої актуальності набув напрямок досліджень пізнавальних здібностей, пов'язане з вивченням когнітивно-стильових характеристик, що виражаються в прояві індивідуальних відмінностей між людьми по кращим способам сприйняття, організації та переробки різного роду інформації. Вивчалася, зокрема, зв'язок певних параметрів когнітивних стилів з особливостями спілкування і поведінки в групі (П.М.Іванов, 1985; М.Cooper, R.C.Lyne, 1977; D.R.Goodenough, 1976; L.Gruenfeld, RL.Thung, 1984; H.A.Witkin, D.R.Goodenough, 1977), тривожністю (M.A.Гулина, 1987; E.JI.Коробова, 2007; С.Groot, 1984), упевненістю (О.В.Головіна, 2004; Е.Л.Коробова, 2007; HA .Witkin et al. 1962), нерішучістю і схильністю до ризику (Т.В.Корнілова та співавт., 1986; В.В.Кочетков, І.Г.Скотникова, 1993), екстраверсія (H.A.Буравльова, 2004; Г.В.Турков , 2005; R.Loo, 1976; Р.Mayo, M.Bell, 1972), емоційною стійкістю (Е.Л.Коробова, 2007; І.П.Шкуратова, 1983; F.Evans, 1967; R.Loo, 1976; R.Taft, J.Coventry, 1958), здатністю до емпатії (Р.Wise, S.Gramer, 1989), точністю розпізнавання емоційних станів інших людей (В.В.Безмінів, 2007; В.В.Овсянникова, 2007), властивостями темпераменту (Ю.А.Попов, 2006; В.М.Русалов, С.Е.Паріліс, 1991), самооцінкою (Е.Л.Коробова, 2007; І.П.Шкуратова, 1983, 1986, 1994; В.Jonson, 1985), сугестивністю (С.Bergerone et al., 1981; М.Blagrove et al., 1994), особливостями моральних суджень (J.C.Gibbs et al., 1986; K.H.Guthrie, 1985), використовуваними психологічними захистами і копінг-стратегіями (A.A.Алексапольскій, 2008; Е.Л.Коробова, 2007; H.A.Witkin, 1965), диспозиційними рисами характеру (Т.Н.Серьогіна, 2001; І.П.Шкуратова, 1983; М.Cooper, RC.Lyne, 1977), особливостями формування тендерних стереотипів (І.В.Безмінів, 2007). Зв'язок когнітивних стилів з різними видами мотивації розглядалася, як правило, опосередковано (H.A.Witkin et al., 1977; H.A.Witkin, D.R.Goodenough, 1982). Поодинокі дослідження, що проводилися в цьому напрямку, стосувалися мотивів спілкування (І.П.Шкуратова, І.В.Кукіна, 1984; І.П.Шкуратова, 1994). Слід зазначити, що при зіставленні «когнітивної простоти-складності» з властивостями темпераменту були виявлені певні зв'язки (В.М.Русалов, С.Е.Паріліс, 1991). Спроба ж встановити зв'язок поленезалежності, рефлективності і гнучкості когнітивного контролю з властивостями темпераменту не увінчалася успіхом (Ю.А.Попов, 2006) .

**Об’єкт дослідження** – когнітивна зрілість особистості.

**Предмет дослідження** – психологічні особливості когнітивної зрілості у період юності.

**Мета дослідження**: теоретично обґрунтувати та експериментально дослідити психологічні особливості когнітивної зрілість у період юності.

**Завдання дослідження**:

1. Проаналізувати літературу з досліджуваної проблеми.
2. Надати психологічну характеристику віку юності.
3. Підібрати методики та провести експериментальне дослідження, спрямоване на дослідження когнітивних здібностей
4. На основі результатів констатувального експерименту розробити практичні рекомендації, щодо розвитку та підтримки функціонування когнітивних здібностей

**Теоретично методологічну основу дослідження** склали: фундаментальні принципи психології: детермінізму, розвитку, активності, єдності свідомості та діяльності (Б.Г.Ананьєв, Л.С.Виготський, Г.С.Костюк, О.М.Леонтьєв, С.Л.Рубінштейн); системності (Б.Ф.Ломов, С.Д.Максименко, Е.Л.Носенко, М.М.Слюсаревський); цілісного розвитку особистості (К.О.Абульханова-Славська, Є.О.Клімов, А.К.Маркова, В.Г.Панок, Т.М.Титаренко, Н.В.Чепелєва); методологічні принципи організації психологічного дослідження (Б.Г.Ананьєв, Л.Ф.Бурлачук, С.Д.Максименко, В.Ф.Моргун, І.Г.Тітов); теорії активності суб’єкта в процесі діяльності та спілкування (О.Є.Блинова, С.О.Гарькавець, Л.М.Карамушка, Г.С.Костюк, С.Л.Рубінштейн, В.О.Татенко, О.В.Тишковський та ін.); концепції про зумовленість особистісного розвитку діяльністю (М.Й.Боришевський, Л.М.Карамушка, О.І.Кононенко, О.М.Леонтьєв, С.Д.Максименко, Л.С.Пілецька та ін.); концепції соціалізації та розвитку особистості в процесі навчання (О.Є.Блинова, А.С.Борисюк, В.Й.Бочелюк, Л.М.Карамушка, З.С.Карпенко, З.Я.Ковальчук та ін.).

**Методи дослідження**: *теоретичні* (аналіз, синтез, узагальнення наукової літератури з проблеми дослідження); *емпіричні* (бесіда, констатувальний експеримент, тестування: Опитувальник стилів мислення "СМ"; Тест когнітивної рефлексії (CRT) Ф.Шейна; Рівень суб'єктивного контролю" Е.Ф.Бажин, Є.А.Голінкіна, Л.М.Еткінд.; *математичні* *та інтерпретаційні методи* (аналіз, систематизація отриманих даних для їх наочного відображення).

**Теоретичне значення дослідження** дає уявлення про розвиток когнітивних здібностей та факторів впливаючих на когнітивні функції. Конкретизовано зв’язок між коґнітивними й особистісними якостями. Саме психологічна актуалізація особистісних якостей (креативність, рефлексивність, почуттєвість, активність) уможливлює і гармонійний розвиток коґнітивно-стильових характеристик, що сприятливо позначається на процесі розвитку когнітивних функцій.

**Практичне значення дослідження.** Розроблені практичні рекомендації та сформульовані на їх основі висновки можуть бути використані у повсякденному житті людей та сприяти розвитку та підвищенню когнітивних функцій, особливо в юнацькому віці.

**РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ КОГНІТИВНОЇ ЗРІЛОСТІ У ПЕРІОД ЮНОСТІ**

**1.1. Аналіз літератури за проблемою дослідження когнітивної зрілості у період юності у вітчизняній та зарубіжній психології**

Когнітивні (психічні) можливості це вищі здібності мозку, які забезпечують людині можливість бути людиною. До них відносяться мислення, просторова орієнтація, розуміння, обчислення, навчання, мова, здатність міркувати.

Про зниження цих здібностей каже порушення уваги та пам'яті. Якщо йде погіршення стану то можуть з'явитися ознаки що говорять про слабкі когнітивні порушення, і навіть може розвинутися деменція (недоумство).

Зрілість особистості залежить як від соціальних умов так і від біологічних і індивідуальних.

Зрілість особистості являє собою виділення двох аспектів: зрілості як рівня розвитку і як етапу життя. Так і з'являється одна з важливих проблем: визначення об'єктивних критеріїв зрілості особистості. На сьогоднішній день неможливо описати якусь модель соціальної зрілості людини яка в повній мірі пояснює рамки або рівні.

Як образні критерії особистості в літературі виділяють різні характеристики властивостей такі як: здатність до рефлексії, здатність відповідально виконувати соціальну роль, ставити і досягати цілей відповідних віку.

У соціальній психології говориться про те що суспільство приписує певний рівень досягнень або соціальних очікувань для віку і якщо особистість відповідає то її можна назвати зрілою. Ще в якості критерію можна висунути поняття адаптації до соціального середовища, особистість вважається психологічно зрілої якщо вона добре адаптована до соціального середовища, якщо вона не конфліктує з соціальними нормами і приймає норми соціально - схваленої поведінки і приймає цінності шановані в певному соціумі.

Психосоціальна зрілість особистості може бути визначена як здатність усвідомлювати існуючі кордони соціальної реальності, прогнозувати наслідки власних дій і брати на себе відповідальність за власне життя, а також за життя оточуючих та близьких людей.

Поняття "психічна зрілість" і "соціальна зрілість" розділяються. Соціальна зрілість розглядається як стійкий стан особистості, що характеризується цілісністю, передбачуваністю, соціальною спрямованістю поведінки в усіх сферах життєдіяльності. Це особистість, яка активно володіє своїм оточенням, володіє стійким єдністю особистісних рис і ціннісних орієнтацій і здатна правильно сприймати людей і себе [12].

У соціально-психологічному контексті поняття «зрілість» найчастіше трактується як здатність людини до «самостояння» в житті, коли він не потребує тих «підпорах» і «помочах» з боку інших, які б підтримували його життєве рівновагу і протистояння труднощам життя. Зрілість - це такий рівень розвитку особистості, коли вона сама може приймати відповідальні рішення як в особистому, так і суспільного життя.

Досягнення етапу зрілості соціального і психічного розвитку не означає, що людина перестає мати потребу в інших людях. Протягом усього свого життя людина продовжує оцінювати свій досвід, прогнози, свою поведінку, зіставляючи з реальними або передбачуваними оцінками і досвідом інших людей. Однак значущі інші стають лише його порадниками, арбітрами, опонентами в справах, з приводу яких він сам приймає життєво важливі рішення на основі власних смислів життя (В. Франкл). Ухвалення таких рішень і їх здійснення - показник зрілості психічного розвитку, а критерії, на основі яких він їх здійснює, - показники соціального розвитку. Саме з етапу зрілості соціального і психічного розвитку людини і починається відлік в прояві такої якості, як свобода волі (волевиявлення людини в соціумі як рівноправного його члена). Г.С.Сухобська підкреслює, що з поняттям соціальної зрілості слід пов'язувати внутрішню установку особистості тільки на ті цінності, які мають позитивну спрямованість по відношенню до розвитку людства, його культури і цивілізації, тобто на гуманістичні цінності [7].

Отже, зрілу особистість характеризують:

Прийняття на себе відповідальності за свої почуття, думки і вчинки. Усвідомлення свого вибору. Зрілий чоловік здатний не звалювати провину (або проблему) на кого-то, не шукати причин свого байдужості або агресії в когось іншого.

Розумна незалежність. Відчуття внутрішньої свободи ( «Я маю право сказати" ні "і не відчувати себе винуватим»).

Здатність відрізняти реальність від вигадки. Тверезо оцінювати свої можливості і ситуацію. Обіцяти те, що дійсно в змозі зробити. І жити саме в реальному житті, «тут і тепер», а не в області фантазій, як Бальзамінів в п'єсі Островського.

Обґрунтоване почуття цілісності власної особистості і наявність моральних норм. Прийняття себе цілком. Людина, яка приймає себе цілком, не приховує свої слабкі сторони. Він здатний витягувати уроки зі своїх невдач. Незважаючи на велику терпимість до себе і оточуючих, зріла людина має внутрішній «стрижень». Він веде себе морально за своїм внутрішнім бажанням, а не тому, що боїться покарання.

Гнучкість і здатність до адаптації. Це передбачає відмову від форм поведінки, які себе вже вичерпали. У кожної людини в певний період часу формується поведінковий стереотип, який допомагає йому жити в умовах, що склалися. Але обставини змінюються, і старі патерни поведінки будуть гальмувати його розвиток, заважати нормальному існуванню. Отже, треба знайти в собі сили вчасно від них відмовитися [8].

Толерантність. Зрілий чоловік враховує, що люди різні як внаслідок вікових особливостей і виховання, так і природних особливостей (темпераменту). Тому він терпимо (без негативних емоцій і агресивного протидії) відноситься до поглядів іншого, особливостям його поведінки. Толерантне ставлення до інших точок зору не означає відмову від своєї позиції без особливих на те причин. Але таке ставлення має на увазі розуміння відносності свого світогляду, так само як і світогляду інших людей, а також готовність до зміни своїх знань, своєї картини світу [2].

Е.Еріксон описав генеративність як характерну рису психосоціальної зрілості людини в дорослому віці - як зацікавленість в пристрої життя та із знанням нового покоління; вона виражається через турботу і навчання. Без поняття генеративності, введеного на сьомий з восьми стадій життя, не було б зрозуміле еволюційний розвиток, яке зробило людину навчальним і організуючим Поняття генеративності прийнято, щоб показати продуктивність і креативність людини з віком, хоча ними не вичерпується [10, с. 544]

Зі збільшенням розуміння обов'язків по відношенню до суспільства в цілому і до тих, хто молодше, слабкіше, менш досвідченіші або знаходиться деяким чином в підлеглому положенні, доросла людина починає розмірковувати і діяти генеративними способами [7].

Клаус Ригель розглядав критерієм когнітивної зрілості діалектичне мислення пов'язане з злиттям реального і ідеального. Це сприяло адекватному сприйняттю навколишньої дійсності і прийняття адекватних рішень. На його думку і полягає сильна сторона мислення зрілої особистості.

Гізела Лейбоуві-Виф у своїх роботах говорила що критерієм когнітивної зрілості є обов'язковість і відповідальність, ще обов'язковим на її думку є важливим в когнітивному розвитку, поліпшення логічного мислення як говорив Піаже і розвиток саморегуляції. Також Лейбоуві-Виф говорила що справжня когнітивна зрілість починається після того як дорослі люди стають автономними і набувають навички які сприяють вирішенню протиріч і невизначеностей життєвого досвіду, а це відбувається лише тоді а коли придбані навички самостійного прийняття рішень, але вона і не заперечувала того що логіка може досягти своєї кінцевої стадії в підлітковому віці.

На думку Шайи сенс когнітивного розвитку в період юності і дорослості полягає в гнучкому і різнобічному використанні інтелекту у різноманітні періоди життя індивіда а не в розширенні кола здібностей і зміні їх структури.

А вітчизняний вчений Б.Г.Ананьєв вважав що через труднощі виділення критеріїв зрілості і розвитку особистості призводять до того що поняття замінюється терміном "дорослість" хоча "дорослість" і "зрілість" навіть на рівні індивіда не є синонімічні і ще більш суперечливі якщо говорити про суб'єкта діяльності або про особу [3].

Ще один видатний вітчизняний вчений Е.І. Степанова вважає, що «зрілість» є синонімічним поняттю «дорослість» - це стадія розвитку особистості, що представляє собою розвиток людини як індивіда, особистості, суб'єкта діяльності та індивідуальності [23].

(Б.Г.Ананьєв, А.А.Деркач, А.М.Зімічев, Н.Н.Кузьміна, В.Н.Максімова, Г.С.Міхайлов і ін.). Нове прочитання поняття «зрілість» дається в акмеології. У ньому фіксується розуміння такого етапу розвитку людини, коли він досягає вершин своєї творчості..

І.С.Кон так описав соціальну зрілість особистості: «Соціальна зрілість особистості - поняття, яке фіксує одне з головних досягнень процесів навчання і виховання, що здійснюються сім'єю, школою, соціальним оточенням, соціумом в цілому. Соціальна зрілість розглядається як стійкий стан особистості, що характеризується цілісністю, передбачуваністю, соціальною спрямованістю поведінки в усіх сферах життєдіяльності. Зріла особистість - це особистість, яка активно володіє своїм оточенням, володіє стійким єдністю особистісних рис і ціннісних орієнтацій і здатна правильно сприймати людей і себе» [12, с. 177].

Хол та Ліндсей охарактеризували зрілу особистість як особистість має широкі межі Я, здатність до самоприйняттю, вміння створювати теплі соціальні відносини, реалістичне і адекватне сприйняття досвіду, бажання і здатність самопізнання, почуття гумору, наявність певної життєвої філософії [34].

Б. Лівехуд виділяв основними властивостями зрілої людини такі речі: мудрість; м'якість; самосвідомість; поблажливість [13].

А.О.Реан говорить про зрілість інтелектуальну, особистісну і емоційну. І виділяв базові компоненти навколо яких йде формування інших, цими компонентами є: відповідальність, саморозвиток, терпимість і позитивне мислення, позитивне ставлення до світу [19].

Підтверджується дослідженнями Ж.Піаже, Л.С.Виготського та інших, що основою всіх новоутворень є індивідуально-психологічна основа, розвиток емоційної і вольової сфери та структура інтелекту і т.п. над цією основою постійно з'являються все нові типи соціальної поведінки підростаючої особистості.

К.А.Абульханова-Славська, Г.М.Андрєєва, А.Г.Асмолов, В.І.Слободчіков і ін. «У соціально-психологічному контексті поняття «зрілість» найчастіше трактується як досягнення в розвитку особистості і індивідуальності, яке характеризується здатністю людини до «самостояння» в житті, коли він не потребує тих «підпорах» і «помочах» з боку інших, які б підтримували його життєве рівновагу і протистояння труднощам життя» [24].

В теорії інтелекту Ж.Піаже описані розумові процеси: сприйняття, пам'ять, формування понять, рішення задач, уяву і логіка.

Відповідно до теорії інтелекту Жана Піаже, інтелект людини проходить у своєму розвитку кілька основних стадій. Від народження до 2 років триває період сенсо-моторного інтелекту; від 2 до 11 років - період підготовки і організації конкретних операцій, в якому виділені подпериод дооперационального уявлень (від 2 до 7 років) і подпериод конкретних операцій (від 7 до 11 років); з 11 років приблизно до 15 триває період формальних операцій [25].

**Період сенсомоторного інтелекту (0-2 роки)**

Від народження до двох років поступово розвивається організація перцептивних і рухових взаємодій із зовнішнім світом. Це розвиток йде від обмеженості вродженими рефлексами до пов'язаної організації сенсо-моторних дій по відношенню до безпосереднього оточення. На цій стадії можливі тільки безпосередні маніпуляції з речами, але не дії з символами, уявленнями у внутрішньому плані.

**Період сенсомоторного інтелекту ділиться на шість стадій.**

**Перша стадія (0-1 міс.)**

У цьому віці можливості дитини практично обмежені вродженими рефлексами.

**Друга стадія (1-4 міс.)**

Під впливом досвіду рефлекси починають перетворюватися і координуватися між собою. З'являються перші прості навички (первинні циркулярні реакції). «Наприклад, коли дитина постійно смокче свій палець, уже не в результаті випадкового зіткнення з ним, а завдяки координації руки і рота, це можна назвати придбаної акомодацією».

**Третя стадія (4-8 міс.)**

Дії дитини набувають більш виражену спрямованість на предмети і події, які існують поза і незалежно від нього. За допомогою повторення закріплюються руху, спочатку випадкові, що призводять до змін зовнішнього середовища, цікавим дитині (вторинні циркулярні реакції). З'являється «рухове впізнавання» знайомих предметів, що виражається в тому, що «дитина, зіткнувшись з предметами або сценами, які зазвичай активізують його вторинні циркулярні реакції, обмежується тим, що дає лише контур звичайних рухів, але реально їх не виконує».

**Четверта стадія (8-12 міс.)**

Виникає здатність координації вторинних циркулярних реакцій, їх об'єднання в нові освіти, в яких одна дія (наприклад, усунення перешкоди) служить засобом, що дає можливість здійснити інше - цільове - дія, що означає і появу безсумнівно навмисних дій.

**П'ята стадія (12-18 міс.)**

Дитина вже не тільки користується відомими йому діями як засобами досягнення цілей, але і здатний шукати і знаходити нові, варіюючи вже відоме йому дію і констатуючи відміну результату; Піаже називає це «відкриттям нових засобів досягнення мети шляхом активного експериментування». Тобто тут виникають не тільки нові координації відомих дитині дій-засобів і дій-цілей, а й нові дії-засоби.

**Шоста стадія (після 18 міс.)**

На відміну від попередньої стадії, тут дитина вже здатний відкривати нові дії-засоби не шляхом експериментування, а шляхом внутрішніх, розумових координацій, - внутрішнім експериментуванням.

Період підготовки та організації конкретних операцій (2-11 років)

**Подперіод доопераціональних уявлень (2-7 років)**

Тут відбувається перехід від сенсо-моторних функцій до внутрішніх - символічним, тобто до дій з уявленнями, а не з зовнішніми об'єктами. Символічна функція - «здатність відрізняти позначення від позначається і внаслідок цього можливість використовувати перше для того, щоб згадати друге або вказати на нього»[25, с. 202]. У дитинстві дитина хоча і може сприймати сенсорний сигнал як знак події, яке послідує за ним, але не здатний відтворити у внутрішньому плані символ не сприйманого актуально події, який не є конкретною частиною цієї події.

Поняття, звані предпоняття, на цій стадії образні і конкретні, вони не відносяться ні до індивідуальних об'єктів, ані до класів речей, і зв'язуються один з одним за допомогою трансдуктивного міркування.

Егоцентризм дитини виражається в нездатності поглянути на свою точку зору з боку, як на одну з можливих. Дитина не здатний зробити процес свого мислення об'єктом свого мислення, думати про свої думки. Він не прагне доводити свої міркування або шукати в них протиріччя.

Для дітей в цьому віці характерна центрація (зосередження) на одній, найпомітнішою особливості предмета, і зневага в міркуванні іншими його ознаками.

Дитина зазвичай зосереджує увагу на станах речі і не звертає увагу на перетворення (або, якщо все ж зверне, йому дуже важко зрозуміти їх), які переводять її з одного стану в інший.

**Подперіод конкретних операцій (7-11 років)**

Ще на стадії доопераціонального уявлення дитина набуває здатності здійснювати деякі дії з уявленнями. Але тільки в період конкретних операцій ці дії починають об'єднуватися, координуватися між собою, утворюючи системи інтегрованих дій (на відміну від асоціативних зв'язок). Такі дії називаються операціями. Операції - «дії, інтеріорізування і організовані в структури цілого»; операцією називається «будь-який акт уявлення, що є складовою частиною організованої мережі співвіднесених один з одним актів» [25, с. 222]. Будь-який вчиняє (актуалізуються) операція є елементом цілісної системи можливих (потенційних) в даній ситуації операцій.

У дитини з'являються особливі пізнавальні структури, звані угрупованнями. Угруповання - форма рухомого рівноваги операцій, «система врівноваження обмінів і трансформацій, нескінченно компенсують один одного». Одна з найпростіших угруповань - угруповання класифікації, або ієрархічного включення класів. Завдяки цій та інших угруповань дитина набуває здатності здійснювати операції з класами і встановлювати логічні відносини між класами, об'єднуючи їх в ієрархії, тоді як раніше його можливості були обмежені трансдукцією і встановленням асоціативних зв'язків.

Обмеженість цієї стадії полягає в тому, що операції можуть відбуватися тільки c конкретними об'єктами, але не з висловлюваннями. Починаючи з 7-8 років «можна спостерігати утворення систем логічних операцій над самими об'єктами, їх класами і відносинами, які не стосуються поки пропозицій як таких і утворюються тільки з приводу реального чи уявного маніпулювання з цими об'єктами». Операції логічно структурують здійснюються зовнішні дії, але аналогічним чином структурувати словесне міркування вони ще не можуть.

**Період формальних операцій (11-15 років)**

Основна здатність, що з'являється на стадії формальних операцій - здатність мати справу з можливим, з гіпотетичним, а зовнішню дійсність сприймати як окремий випадок того, що можливо могло б бути. Реальність і власні переконання дитини перестають необхідним чином визначати хід міркування. Дитина тепер дивиться на завдання не тільки з точки зору безпосередньо даного в ній, але перш за все задається питанням про всіх можливих відносинах, в яких можуть складатися, в які можуть бути включені елементи безпосередньо даного.

Пізнання стає гіпотетико-дедуктивним. Дитина тепер може мислити гіпотезами (є за своєю суттю описами різних можливостей), які можуть бути перевірені для того, щоб вибрати з них ту, що відповідає дійсному стану справ.

Дитина набуває здатності мислити пропозиціями і встановлювати формальні відносини (включення, кон'юнкція, диз'юнкція і т. п.) Між ними. На стадії конкретних операцій такі відносини могли встановлюватися лише в межах одного речення, тобто між окремими об'єктами або подіями, що і являє собою конкретні операції. Тепер логічні відносини встановлюються вже між пропозиціями, тобто між результатами конкретних операцій. Тому Піаже називає ці операції операціями другого ступеня, або формальними операціями, тоді як операції всередині пропозиції - конкретними операціями.

Дитина на цій стадії також здатний систематично виділити всі змінні, які є важливими для вирішення завдання, і систематично перебрати всі можливі комбінації цих змінних.

Класичний експеримент демонструє здатності, які з'являються у дитини на стадії формальних операцій. Дитині дають пляшечку з рідиною і показують, як додавання декількох крапель цієї рідини в стакан з іншого невідомої дитині рідиною змушує її змінити колір в жовтий колір. Після цього дитина отримує чотири колби з різними, але безбарвними і невиразними по запаху рідинами, і його просять відтворити жовтий колір, користуючись цими чотирма колбами на свій розсуд. Цей результат досягається з'єднанням рідин з колб 1 і 3; прийти до цього рішення можна, послідовно перебравши спочатку одну за одною всі рідини з чотирьох колб, а потім всі можливі парні поєднання рідин. Експеримент показав, що такий систематичний перебір парних комбінацій доступний тільки для дитини, що знаходиться на стадії формальних операцій. Молодші діти обмежуються кількома поєднаннями рідин, що не вичерпними всіх можливих комбінацій [30].

К. Обухівський писав що потреба в сенсі життя, в тому, щоб усвідомлювати своє життя не як серію випадкових, розрізнених подій, а як цілісний процес, що має певний напрям, спадкоємність і сенс, - одна з найважливіших потреб особистості. В юності, коли людина вперше ставиться перед свідомим вибором життєвого шляху, ця потреба переживається особливо гостро [12].

Юність - етап розвитку і становлення людини, які проходить в періоді між дитинством і дорослістю. У віковій психології юність це стадія розвитку починається з статевого дозрівання і до настання дорослості. Визначення в якому перша межа фізіологічними а остання соціальна, що говорить про складність цього вікового періоду. Хронологічні рамки різняться, в вітчизняної психіатрії це вік 14-18 років, а в психології це 16-18 років. У словнику В. Даля говориться що "юнак" це "молодий", "малий" "хлопець від 15 до 20 років і більше", а підліток же - "дитя на підросту", близько 14-15 років [6].

Вік старшого школяра (IX-X класи, 15-17 років) прийнято відносити до юності. Конкретний зміст юності як етапу розвитку особистості визначається в першу чергу соціальними умовами. Саме від соціальних умов залежать становище молоді в суспільстві, обсяг знань, якими їй належить оволодіти, інші чинники. В даний час 15-17-річні юнаки та дівчата вчяться в школі, в СПТУ та технікумах (вони вже зробили свій перший професійний і життєвий вибір), а деякі з них і працюють, і навчаються. Всі вони знаходяться в ранній юності - надзвичайно складному і важливому в плані формування особистості віці, але всі вони мають і специфічні особливості в залежності від місця в суспільстві, від тієї діяльності, якої переважно займаються [8].

**1.2. Особливості вікового розвитку у період юності**

«У кожної молодості, - писав І.А.Бунін, - є деякий особливий час розквіту її, коли здається, що цей час є лише початок чогось нескінченного, що буде ще безліч часів, подій, зустрічей, і все чудових» [5, с. 361].

Людина в ці роки «все готується до чогось, хоча і не знає до чого - і дивно - про це мало піклується до чого, як ніби зовсім впевнений, що саме знайдеться» [7, с. 126].

Період юності це етап переходу від підліткового віку до самостійного життя і це відносно самостійний період має цінність і значимість. Важливість цього періоду зумовлена ускладненням соціального життя і вимог сучасного суспільства до рівня професійної освіти і зрілості дорослих представників. У вітчизняній психології юність розглядалася як психологічний вік вимагає переходу до самостійності, самовизначення придбання цивільної, ідейної та психічної зрілості, формування світогляду, моральної свідомості і самосвідомості.

Рання юність (від 15 до 17 років) відрізняється від пізньої юності (від 17 до 21 року) нерівномірністю розвитку міжіндивідуальних рівнів (фізіологічними відмінностей) і внутрііндівідуальних рівнів (розбіжність біологічної, когнітивної, соціальної та емоційної зрілості у індивіда). Невизначеність становища (в одних відносинах визнають дорослим, в інших - ні) і висунутих вимог по-своєму переломлюється в юнацькій психіці.

В юності діапазон соціальних ролей та інтересів розширюється, в цьому віці багато соціальних подій: настання кримінальної відповідальності, отримання паспорта, реалізація активного виборчого права, можливість одруження. Важливим є вибір професії і подальшого життєвого шляху.

Важливим чинником впливаючим на формування світогляду є, соціальне становлення, самовизначення і пошук себе.

Світогляд - це погляд на світ через призму життєвого досвіду особистісних рис і своєї життєвої філософії.

Марксистсько-ленінська філософія і етика оцінюють життя і діяльність індивіда з точки зору суспільних інтересів, стверджуючи, що соціальна цінність людини визначається тим, наскільки його діяльність сприяє благу суспільства. Чим більше людина дає людям, тим багатшою стає він сам як особистість. Але з цього загального принципу не можна логічно вивести норму індивідуальної поведінки. Переймаючись питанням про сенс життя, юнак думає одночасно і про направлення суспільного розвитку взагалі, і про конкретну мету власного життя. Він хоче не тільки усвідомити об'єктивне, суспільне значення можливих напрямків діяльності, але і знайти її особистісний сенс, зрозуміти, що може дати ця діяльність йому самому, наскільки відповідає вона його індивідуальності: яке саме моє місце в цьому світі, в який саме діяльності найбільшою ступеня розкриються мої індивідуальні здібності?

На ці питання немає і не може бути загальних відповідей, їх потрібно "вистраждати" самому, до них можна прийти тільки практичним шляхом. Форм діяльності багато, і заздалегідь не можна сказати, де людина знайде себе. Та й життя занадто багатогранна, щоб можна було вичерпати її якимось одним видом діяльності, як би він не був важливий. Що стоїть перед юнаком питання полягає не тільки і навіть не стільки в тому, ким бути в рамках існуючого поділу праці (вибір професії), скільки в тому, яким бути (моральне самовизначення) [8].

Діти і підлітки, описуючи майбутнє, говорять переважно про свої особисті перспективи, тоді як юнаки висувають на перший план загальні проблеми. З віком збільшується вміння розмежовувати можливе і бажане. Взагалі здатність відстрочити безпосереднє задоволення, трудитися заради майбутнього, не чекаючи негайної нагороди, - один з головних показників морально-психологічної зрілості людини.

«У молодості всі сили душі спрямовані на майбутнє, майбутнє приймає такі різноманітні, живі і чарівні форми під впливом надії, заснованої не так на досвідченості минулого, а на уявній можливості щастя, що одні поняті і розділені мрії про майбутнє счастиі складають вже істинне щастя цього віку »[17].

Проблема юнацтва в тому що, підліток замислюється про майбутнє намагаючись його перевершити, створюючи образи майбутнього, але зовсім не замислюється про засоби його досягнення. А суспільство в свою чергу, ставить абсолютно конкретні і важливі життєві завдання одна з яких - професійне самовизначення. У дев'ятому класі підліток стикається з дуже важливим вибором завершення освіти шкільної і перехід до професіональної або продовжити навчання в школі і поступити в вищий навчальний заклад.

У вікової періодизації Д.Б.Ельконіна підростниковість ділиться на молодше і старше підростниковість (рання юність). Криза юності, період між підлітковим і юнацьким віком (приблизно 15 років) мало вивчений і має різні трактування[9].

К.Н.Поліванова вказує що симптоматика даного вікового кризи занадто різнорідна для того щоб розглядати її як характеристику нормативного кризи. В інших вікових, кризах дитина відкриває для себе нову стійку форму наступного віку, в період юності підліток стикається із змінним світом, через це його розвиток е стає залежним від конкретних обставин і оточуючих соціально-культурних змін.

Невизначене майбутнє викликає зростання тривожності, переживання страху, сильного хвилювання [17].

Для цієї кризи характерні такі питання: «Хто я?», «Чого я хочу?», «Що я можу?». Якраз в цей час і формується проблема професійного самовизначення і пошуку покликання. Перед підлітками стає складний вибір, суспільство вимагає визначення: залишитися в школі або йти якщо йти то куди? Піти в іншу школу, в яку? Вибрати математичний клас або гуманітарний. У цьому віці через складнощі і гормонального фону багато підлітків тривожні, напружені, бояться будь-якого вибору, тому вважають за краще або залишити все як є (вчиться в школі) або перекласти вибір на батьків. Дуже важливо щоб молоді люди (навіть за допомогою дорослих) приймали рішення, які вплинуть на їх професійне та особистісне самовизначення, самостійно. Той хто, стійко витримав цей період і взяв на себе відповідальність той зазвичай стає сильніше і здатний керувати своєю долею.

Психологічним критерієм переходу від підліткового до раннього юнацького віку, на думку Л.І.Божович 2008, є різка зміна внутрішньої позиції, що характеризується зміною ставлення до майбутнього. Якщо підліток дивиться на майбутнє з позиції сьогодення, то юнак дивиться на сьогодення з позиції майбутнього. Майбутнє стає головним виміром життя. Спрямованість у майбутнє, побудова життєвих планів і перспектив - афективний центр життя юнаків і дівчат, який і визначає зміну соціальної ситуації розвитку [4].

Професійне і особистісне самовизначення це головні новоутворення юності.

Професійне самовизначення - це вибір професії, різні види діяльності сортуються і ті які найбільш цікаві формують область в котрій можна розвиватися і пізніше працювати. Ціннісні аспекти, як громадські, розуміння соціальної значущості тієї чи іншої професії, так і особистісне ставлення до професії. Ці поняття усвідомлюються трохи пізніше ніж інтереси і здібності. Інтерес до якогось предмету підштовхує старшокласника більше його вивчати і займатися ним, розвивати свої здібності пов'язані з цим предметом, змозі ж підкріплюють інтерес.

Рання юність - період соціальної активності. Виявляється інтерес до подій внутрішнього і міжнародного життя, і бажання бути активними учасниками цього життя. Психологічні особливості пов'язані з громадською активністю - це романтизм який підштовхує молодь братися за великі, істотні справи. Завершення формування соціальних установок когнітивних, емоційних і поведінкових. Заважає цьому в деяких випадках внутрішні протиріччя і мінливість багатьох соціальних установок.

Так само в цей вік бере на себе вирішальний етап формування світогляду, інтерес до загальних принципів світобудови, універсальним законам людського буття. Світоглядні установки юності зазвичай вельми суперечливі. Серйозні, глибокі судження дивним чином переплітаються з наївними, дитячими. Юнак може, не помічаючи цього, протягом одного і того розмови радикально змінювати свою позицію, однаково палко і категорично відстоювати прямо протилежні, несумісні один з одним погляди. Але це нормальна властивість юності. Світоглядний пошук включає в себе соціальну орієнтацію особистості, тобто усвідомлення себе елементом соціальної спільності, вибір свого майбутнього соціального стану і способів його досягнення [34].

Сучасна юність - це не дитяча наївність, ні юнацький максималізм і загальне заперечення. Сучасне покоління мало відрізняється своїми поглядами і поведінкою від тих же юнаків жили багато століть назад, сучасним підліткам властивий розумний, практичний погляд на життя, тверезий погляд на ситуацію, велика незалежність в рішеннях і самостійність. Це сміливий неупереджений погляд на світ, рішення проблем морально - етичного характеру.

Ж.Піаже позначив моральну позицію молоді як релятивістську, що означає глибокий погляд на проблему і не завжди яка ставить правило "говорити завжди правду і нічого крім неї", більш підходить судження "правда не абсолютна, вона повинна бути такою, щоб приносити користь якомога більшій числу людей ".

Справедливість юнаків і дівчат більше не розуміється так як її сприймають діти: "справедливо - це коли всім однаково". Більшість сучасних учнів середньої школи належать до принципу справедливості в такий спосіб: "Від кожного - за здібностями, кожному - по його справах або реальному внеску в загальне благополуччя людей". Моральний принцип порядності також розуміється набагато глибше. Для старшокласників, з одного боку, він підживлюється романтизмом, на жаль, втрачається з віком, а з іншого боку, він заснований на досить реалістичних позиціях, якщо судити за конкретними діями: батьків, вчителів, товаришів і друзів.

Цей принцип особливо важливий у відносинах старшокласників зі своїми вчителями та батьками. Більшість молодих чоловіків і жінок цінують і щиро люблять їх, ставляться до них із співчуттям і турботою, що менш характерно для дітей молодшого шкільного віку і підлітків.

До кінця школи більшість хлопчиків і дівчаток є морально освіченими, зрілими і відносно стійкими моралями, які з їх здібностями, мотивацією та рисами характеру.

**1.3. Процес когнітивної зрілості особистості та його особливості**

Хол та Ліндсей охарактеризували зрілу особистість як особистість має широкі межі Я, здатність до самоприйняттю, вміння створювати теплі соціальні відносини, реалістичне і адекватне сприйняття досвіду, бажання і здатність самопізнання, почуття гумору, наявність певної життєвої філософії.

Зрілість особистості залежить як від соціальних умов так і від біологічних і індивідуальних.

Зрілість особистості являє собою виділення двох аспектів: зрілості як рівня розвитку і як етапу життя. Так і з'являється одна з важливих проблем: визначення об'єктивних критеріїв зрілості особистості. На сьогоднішній день неможливо описати якусь модель соціальної зрілості людини яка в повній мірі пояснює рамки або рівні.

Як образні критерії особистості в літературі виділяють різні характеристики властивостей такі як: здатність до рефлексії, здатність відповідально виконувати соціальну роль, ставити і досягати цілей відповідних віку.

У соціальній психології говориться про те що суспільство приписує певний рівень досягнень або соціальних очікувань для віку і якщо особистість відповідає то її можна назвати зрілою. Ще в якості критерію можна висунути поняття адаптації до соціального середовища, особистість вважається психологічно зрілої якщо вона добре адаптована до соціального середовища, якщо вона не конфліктує з соціальними нормами і приймає норми соціально - схваленої поведінки і приймає цінності шановані в певному соціумі.

Психосоціальна зрілість особистості може бути визначена як здатність усвідомлювати існуючі кордони соціальної реальності, прогнозувати наслідки власних дій і брати на себе відповідальність за власне життя, а також за життя оточуючих та близьких людей.

Поняття "психічна зрілість" і "соціальна зрілість" розділяються. Соціальна зрілість розглядається як стійкий стан особистості, що характеризується цілісністю, передбачуваністю, соціальною спрямованістю поведінки в усіх сферах життєдіяльності. Це особистість, яка активно володіє своїм оточенням, володіє стійким єдністю особистісних рис і ціннісних орієнтацій і здатна правильно сприймати людей і себе [1].

У соціально-психологічному контексті поняття «зрілість» найчастіше трактується як здатність людини до «самостояння» в житті, коли він не потребує тих «підпорах» і «помочах» з боку інших, які б підтримували його життєве рівновагу і протистояння труднощам життя. Зрілість - це такий рівень розвитку особистості, коли вона сама може приймати відповідальні рішення як в особистому, так і суспільного життя.

Досягнення етапу зрілості соціального і психічного розвитку не означає, що людина перестає мати потребу в інших людях. Протягом усього свого життя людина продовжує оцінювати свій досвід, прогнози, свою поведінку, зіставляючи з реальними або передбачуваними оцінками і досвідом інших людей. Однак значущі інші стають лише його порадниками, арбітрами, опонентами в справах, з приводу яких він сам приймає життєво важливі рішення на основі власних смислів життя (В. Франкл). Ухвалення таких рішень і їх здійснення - показник зрілості психічного розвитку, а критерії, на основі яких він їх здійснює, - показники соціального розвитку. Саме з етапу зрілості соціального і психічного розвитку людини і починається відлік в прояві такої якості, як свобода волі (волевиявлення людини в соціумі як рівноправного його члена). Г.С.Сухобська підкреслює, що з поняттям соціальної зрілості слід пов'язувати внутрішню установку особистості тільки на ті цінності, які мають позитивну спрямованість по відношенню до розвитку людства, його культури і цивілізації, тобто на гуманістичні цінності [7].

Індивідуально-психологічні особливості у віці юності формуються по більшою мірою під впливом біологічних і соціальних факторів, що мають критичний і перехідний характер. Такі процеси називають нормативними життєвими кризами.

Якщо розглядати цей вік з точки зору психофізіології то в цьому віці завершується статеве дозрівання, а в соціальному плані відбувається розширення застосовуваних і виконуваних соціальних ролей. Часто проблемою є те, що процес статевого дозрівання випереджає соціальне дозрівання. У осіб жіночої статі це відбувається раніше, ніж у чоловічої статі в тому ж віці.

Вікова специфіка цього життєвого етапу полягає в проміжний суспільного становища і статусу індивіда, що в свою чергу, визначає деякі психологічні особливості юності [16].

У період юності роздуми про себе і напрямку власного життя набувають морально-філософський відтінок і можуть стати причиною індивідуально-психологічних проблем старшокласників. Рефлексивна самокритика і знижений самоповагу, які проявляються в конфлікті реального і ідеального «Я», в одних випадках можуть стати стартовим майданчиком подолання або виправлення тих чи інших недоліків, в інших, навпаки, призводить до відмови від діяльності і пасивного споглядання. Останній варіант відносини молодих людей до зовнішнього світу часто проявляється в зниженні соціальної активності і комунікативним труднощів.

В даному віковому періоді досить часті так звані невмотивовані вчинки, які пов'язані із зовнішніми (соціальними) і внутрішніми конфліктами і на перший погляд не піддаються логічному аналізу.

Інтелектуальний розвиток, крім накопичення емпіричного досвіду, вмінь і змін властивостей інтелекту, полягає в формуванні індивідуального стилю розумової діяльності. Стиль розумової діяльності - це особливості мислення, варіанти придбання нових знань, способи накопичення, сортування, використання будь-якої інформації. Стиль мислення залежить від типу нервової системи (інертною або рухомий) і від неї залежить підхід до навчання. У разі слабо розвиненою в процесі навчання потреби в самостійності у старшокласників може сформуватися звичка механічного запам'ятовування, яка негативно впливає на розвиток смислової і образної пам'яті, що веде до недорозвинення емоційної сфери, яка також важлива для повноцінного становлення особистості [16].

Когнітивні функції в головному мозку використовуються нами при вивченні навколишнього світу. Когнітивний процес - це процес, в ході якого наша свідомість обробляє і сортує прибуває інформацію, йде відсівання і засвоєння актуальних даних, порівняно роботі комп'ютерів.

Когнітивні здібності це - сприйняття, увагу, пам'ять, мислення, уява. Задіяти когнітивні здібності людина починає відразу після народження, сприймає і вивчає світ способами актуальними для його віку.

Види когнітивного мислення:

Наочно - дієве - дитина віком молодше трьох років, розглядає, чіпає все довколишній простір що б пізнати його.

Наочно - образне - до 7 років дитина вчиться виконувати поставлені завдання, використовувати логіку і попередній досвід для вирішення будь-яких завдань.

Абстрактне - після семи років дитина може представляти абстрактні речі, які на даний момент часу він не бачить або чіпає.

Когнітивні розлади можуть бути наслідком травми, інфекційних захворювань безпосередньо головного мозку, інфекційні захворювання інших систем, при яких виділяються токсини і ушкоджують клітини нервової системи, онкологічні освіти, діабет, інсульт, психічні захворювання, старіння.

Когнітивний дисонанс - це стан при якому виникають суперечності знань, думок і переконань. Під час когнітивного дисонансу (спотворення) людина перебуває у стресовому стані, тривогу, незручність, відчуття провини і злості, психологічний дискомфорт.

Дисонанс - це невідповідність між знанням людини про предмет, явище, інших людей і дійсно тим, що вони собою представляють; розбіжність між знайденим досвідом і ситуацій, яка повторилася, тільки по-іншому; невідповідність особистої думки з точкою зору оточуючих, яке спливає випадковим чином; підтримування традицій і вірувань, якщо сам їх щиро не почитаєш і не віриш; логічне невідповідність фактів.

Когнітивні порушення проявляються в зниженні розумової активності і працездатності, як пам'ять і порушення інших когнітивних функцій у порівнянні з індивідуальною нормою. Когнітивними, пізнавальними функціями називаються складні функції головного мозку, які здійснюють процес раціонального пізнання світу і забезпечує взаємодію з ним: сприйняття інформації, обробка інформації, аналіз, запам'ятовування і зберігання.

**ВИСНОВКИ ДО РОЗДІЛУ 1**

Проаналізовано літературу пов'язану з досліджуванням юнацтва, когнітивних проблем у юнацькому віці, роботи пов'язані з віковою періодичністю, розвитком людини.

Визначено основні психологічні характеристики притаманні віку юності. Описано вікові особливості періоду юності.

Розглянуто фактори впливаючі на формування особистості, вплив соціального середовища та малих соціальних груп на формування зрілості.

Було розглянуто різноманітні підходи до вивчення когнітивної зрілості, різними вченими, як вітчизняних так і зарубіжних. В особливості теорію інтелекту Жана Піаже.

Розглянуто саму сутність терміну юнацтва, особливі новоутворення, кризи, проблеми та можливості цього періоду. Розглянуто тези різноманітних вчених які досліджували юнацтво.

Розглянуто проблему когнітивної зрілості як з психофізелологічного підходу так і з психологічного, та інтелектуального розвитку. Вивчено види когнітивних здібностей та прояви їх порушень та причини.

Проаналізовано роботи багатьох вчених які вивчали вікову психологію та вікову періодизацію, та вік юнацтва. Вивчено проблеми розвитку когнітивної сфери, соціальні та внутрішні проблеми юності. Проаналізовано кризи та етапи віку юності. Визначено етапи та фактори впливаючі на здатність людини до самопізнання та самоконтролю.

Проаналізовно тези видатних вчених які вивчали особливості розвитку в юнацькому віці та віці юності.

**РОЗДІЛ 2. ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ КОГНІТИВНОЇ ЗРІЛОСТІ В ПЕРІОД ЮНОСТІ**

**2.1. Дослідження когнітивної зрілості в період юності**

Для дослідження проблеми когнітивної зрілості у період юності та проведення констатувального експерименту, було обрано батарею тестових методик. Методики направлені на дослідження стилів мислення, когнітивнної рефлексії, рівень суб’ективного контролю. Респондентами виступили здобувачі вищої освіти 17-18 років.

1. Опитувальник стилів мислення "СМ" є російськомовною адаптовану версію відомого опитувальника InQ, розробленого Р.Бремсоном, А.Харрісоном (A.F.Harrison, R.M.Brainson The art of thinking. N. Y .. Berkley Books, 1984. P 189-193). Переклад і адаптація виконані А.А.Алексєєвим [20].
2. Тест когнітивної рефлексії (CRT) Шейна Фредерика [20].
3. Рівень суб'єктивного контролю" Е.Ф.Бажин, Є.А.Голінкіна,

Л.М.Еткінд. Методика є оригінальною вітчизняної адаптацією шкали локусу контролю Дж.Роттера (J.В.Rotter), створеної в США в 60-і рр.

1. **Опитувальник стилів мислення "СМ"** розрахований на діагностику 5 стилів мислення і містить 18 тверджень. Дослідження проводиться на одному випробуваному, вік якого повинен бути не менше 18 років. Йому пропонується текст опитувальника, в якому випробовуваний повинен робити відповідні позначки. Цей бланк обов'язково зберігається і прикладається до звіту.

Стилі мислення:

* синтетичний стиль
* ідеалістичний стиль
* прагматичний стиль
* аналітичний стиль
* реалістичний стиль

Цей опитувальник призначений для того, щоб допомогти випробуваному визначити бажаний їм спосіб мислення, а також манеру ставити запитання і приймати рішення. Серед пропонованих на вибір відповідей немає правильних або неправильних. Максимум корисної інформації можна отримати в тому випадку, якщо випробуваний буде, як можна точніше повідомляти про особливості його реального мислення, а не про те, як слід було б мислити.

Синтетичний стиль мислення прояляється в тому, щоб створювати щось нове, оригінальне, комбінувати несхожі, часто протилежні ідеї, погляди, здійснювати подумки експерименти. Девіз синтезатора - «Що якщо ...». Синтезатори прагнуть створити якомога ширшу, узагальнену концепцію, що дозволяє об'єднати різні підходи, «зняти» протиріччя, примирити протилежні позиції. Це теоретизувати стиль мислення, такі люди люблять формулювати теорії і свої висновки будують на основі теорій, люблять помічати суперечності в чужих міркуваннях і звертати на це увагу оточуючих людей, люблять загострити протиріччя і спробувати знайти принципово нове рішення, що інтегрує протилежні погляди, вони схильні бачити світ мінливим і люблять зміни, часто заради самих змін.

Ідеалістичний стиль мислення проявляється в схильності до інтуїтивним, глобальним оцінками без здійснення детального аналізу проблем. Особливість Ідеалістів - підвищений інтерес до цілей, потреб, людським цінностям, моральним проблемам; вони враховують у своїх рішеннях суб'єктивні і соціальні чинники, прагнуть згладжувати протиріччя, та акцентувати подібність у різних позиціях, легко, без внутрішнього опору сприймають різноманітні ідеї та пропозиції, успішно вирішують такі проблеми, де важливими факторами є емоції, почуття, оцінки та інші суб'єктивні моменти, часом утопічно прагнучи всіх і все примирити, об'єднати. «Куди ми йдемо і чому?» - класичне запитання Ідеалістів.

Прагматичний стиль мислення спирається на безпосередній особистий досвід, на використання тих матеріалів і інформації, які легко доступні, прагнучи якомога швидше отримати конкретний результат (нехай і обмежений), практичний виграш. Девіз прагматиків: «Що-небудь та спрацює», «Годиться все, що працює». Поведінка прагматики може здаватися поверхневим, безладним, але вони дотримуються установки: події в цьому світі відбуваються неузгоджено, і все залежить від випадкових обставин, тому в непередбачуваному світі треба просто пробувати: «Сьогодні зробимо так, а там подивимося ...» Прагматики добре відчувають кон'юнктуру, попит і пропозиція, успішно визначають тактику поведінки, використовуючи в свою користь обставини, що склалися, проявляючи гнучкість і адаптивність.

Аналітичний стиль мислення орієнтований на систематичне і всебічне розгляд питання або проблеми в тих аспектах, які задаються об'єктивними критеріями, схильний до логічного, методичної, ретельної (з акцентом на деталі) манері рішення проблем. Перш ніж прийняти рішення, аналітики розробляють детальний план і намагаються зібрати якомога більше інформації, об'єктивних фактів, використовуючи і глибокі теорії. Вони сприймають світ логічним, раціональним, впорядкованим і передбачуваним, тому схильні шукати формулу, метод або систему, здатну дати рішення тієї чи іншої проблеми і піддається раціональному обгрунтуванню.

Реалістичний стиль мислення орієнтований тільки на визнання фактів, і «реальним» є тільки те, що можна безпосередньо відчути, на власні очі побачити чи почути, доторкнутися і т. П. Реалістичне мислення характеризується конкретністю і установкою на виправлення, корекцію ситуацій для досягнення певного результату. Проблема для Реалістів виникає щоразу, коли вони бачать, що щось є неправильним, і хочуть це щось виправити.

Індивідуальний стиль мислення кожної людини впливає на способи вирішення проблем, які він вибирає, на способи поведінки, на особистісні особливості людини. Очевидно, що у більшості людей існують змішані варіанти стилів мислення, з переважанням в тій чи іншій мірі якогось одного. При цьому у кожної людини є один або два провідних стилю мислення. Стилі мислення, по суті, відповідають за постановку мети в процесі вирішення проблеми [29].

**Тест когнітивної рефлексії (CRT) Шейна Фредерика**

Тест на когнітивну рефлексію (CRT) є завданням, призначеним для вимірювання тенденції людини до перевизначення некоректного відповіді "кишки" і подальшого роздумування, щоб знайти правильну відповідь. Вперше вона була описана в 2005 році психологом Шейном Фредеріком. ЕПТ має помірну позитивну кореляцію з мірками інтелекту, такими як тест коефіцієнта інтелекту, і він високо корелює з різними показниками психічної евристики.

Тест спрямований на дослідження здатності людини у своїх рішеннях слідувати імпульсам швидких «інтуїтивних» підказок Шейн Фредерік пропонував трьом з половиною тисячам студентів з різних вищих навчальних закладів. Більш пізні дослідження показали, що ЕПТ є багатогранною конструкцією: багато хто починає відповідати правильною відповіддю, а інші не можуть вирішити тест, навіть якщо вони відбивають свою інтуїтивну першу відповідь. Також стверджувалося, що припинення першої відповіді не є єдиним фактором успішної роботи на ЕПТ: обчислювальна та відбивна здатність як результату [20].

**Рівень суб'єктивного контролю (УСК)** - методика, призначена для діагностики інтернальності - екстернальності, тобто ступеня готовності людини брати на себе відповідальність за те, що відбувається з ним і навколо нього. Розроблено на основі шкали Дж.Роттера в НДІ ім. Бехтерева і опублікована Е.Ф.Бажинов, Е.А.Голинкіним, Л.М.Еткінд в 1984 році.

Теоретичною основою методики виступає положення про те, що однією з найважливіших психологічних характеристик особистості є ступінь незалежності, самостійності та активності людини в досягненні цілей, розвиток почуття особистої відповідальності за відбуваються з ним події. Виходячи з цього, розрізняються особи, локалізуючі контроль за значущими для себе подіями зовні (екстернальний тип контролю), тобто вважає, що відбуваються з ними події є результатом зовнішніх сил - випадку, інших людей і т. д., і особи, які мають внутрішню локалізацію контролю (інтернальний тип контролю) - такі люди пояснюють значущі події як результат своєї власної діяльності.

На відміну від концепції Дж.Роттера, постулював універсальність локусу контролю індивіда стосовно будь-яким типам подій і ситуацій, з якими йому доводиться стикатися, автори методики УСК, грунтуючись на результатах численних експериментальних досліджень, показали недостатність і малоприйнятість трансситуативних поглядів на локус контролю. Вони запропонували вимір локусу контролю як багатовимірного профілю, компоненти якого прив'язані до типів соціальних ситуацій різного ступеня узагальненості. Тому в методиці виділяються кілька шкал - загальної інтернальності Іо, інтернальності в галузі досягнень Ід, інтернальності в області невдач Ін, інтернальності в сімейних відносинах Іс, інтернальності у сфері виробничих відносин Іп, інтернальності в області міжособистісних відносин Їм і інтернальності стосовно здоров'я і хвороби.

**Опитувальник УСК** складається з 44 пунктів.

З метою підвищення достовірності результатів опитувальник збалансований за наступними параметрами:

1. За інтернальності-екстернальності - половина з пунктів опитувальника сформульована таким чином, що позитивну відповідь на них дадуть люди з інтернальним УСК, а інша половина сформульована так, що позитивну відповідь на неї дадуть люди з екстернальним УСК;

2. По емоційного знаку - рівну кількість пунктів опитувальника описують емоційно позитивні і емоційно негативні ситуації;

3. У напрямку атрибуций - рівну кількість пунктів сформульовано в першому і третьому особі.

**2.2. Психологічний та статистичний аналіз результатів констатувального експерименту**

Для проведення констатувального експерименту було обрано методики та респондентів з числа першокурсників спеціальності Психологія Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля, від 17 до 18 років, експеримент було проведено у одній аудиторії без обмеження часу. При проведенні тестування не було виявлено проблем.

Опитувальник дослідження рівня суб'єктивного контролю (УСК)

Обробка результатів

1.Шкала загальної інтернальності (Іо)

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| «+» | 2 | 4 | 11 | 12 | 13 | 15 | 16 | 17 | 19 | 20 | 22 | 25 | 27 | 29 | 31 | 32 | 34 | 36 | 37 | 39 | 42 | 44 |
|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| 1 | 1 | 2 |  | 1 | 1 | 1 | 2 |  | 3 | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 | 3 |  | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 2 |
| 2 | 1 | 1 | 1 | 3 | 2 |  | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 3 | 2 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 |  | 2 | 1 |  |
| 3 | 1 | 2 | 2 | 1 | 3 | 2 | 1 | 1 | 2 |  | 1 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 |  | 3 |  | 3 |  |  |
| 4 |  | 2 | 3 | 2 | 1 |  | 1 |  | 3 | 2 | 3 |  | 1 | 1 |  | 1 |  | 3 |  | 1 | 1 | 1 |
| 5 | 2 | 1 | 3 | 2 | 3 | 2 |  | 1 | 3 | 1 | 3 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 6 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 1 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 |  | 2 | 1 |  |
| 7 | 1 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 |  | 2 | 1 |  | 2 | 2 | 2 | 2 |  | 1 |  | 2 | 2 | 1 | 3 |
| ∑ =1-31, 2-35, 3-33, 4-26, 5-35, 6-45, 7-35 |   |
| «–» | 1 | 3 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 14 | 18 | 21 | 23 | 26 | 28 | 30 | 33 | 35 | 38 | 40 | 41 | 43 |
|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| 1 |  | 1 | 1 |  |  |  |  | 2 |  |  |  | 1 |  | 1 |  | 1 |  | 2 |  |  |  |
| 2 | 3 | 3 | 1 | 1 | 1 |  |  | 1 |  |  |  | 1 |  |  |  |  | 1 |  |  |  | 1 |
| 3 | 1 | 2 |  | 1 |  | 1 |  | 2 |  |  | 2 |  |  | 2 |  | 2 | 3 | 3 |  | 2 | 2 |
| 4 | 3 | 1 |  | 3 |  | 2 |  | 3 |  |  | 2 |  | 1 | 1 |  | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 |
| 5 | 1 | 1 | 2 |  |  | 2 |  | 3 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 6 |  |  | 1 |  |  | 1 |  | 2 |  |  |  |  |  |  |  |  | 1 |  |  |  | 1 |
| 7 |  | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ∑ = 1-9, 2-12, 3-23, 4-26, 5-9, 6-6, 7-1. |   |

2. Шкала інтернальності в області досягнень (Ід)

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **«+»** | 12 | 15 | 27 | 32 | 36 | 37 |  | **«+»** | 12 | 15 | 27 | 32 | 36 | 37 |
| 1 | 1 | 1 | 2 | 3 | 2 | 2 | 5 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 |
| 2 | 3 |  | 2 | 1 | 3 |  | 6 | 3 | 2 | 2 | 1 | 3 |  |
| 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 3 |  | 7 | 3 | 2 | 2 |  |  | 2 |
| 4 |  2 |   | 1  | 1  | 3  |   |
| ∑ =1-11, 2-9, 3-10, 4-7, 5-9, 6-11,7-9. |   |
| «–» | 1 | 5 | 6 | 14 | 26 | 43 |  «–» | 1 | 5 | 6 | 14 | 26 | 43 |
| 1 |   | 1  |   |   |   |   | 5 | 1 | 2 |  |  |  |  |
| 2 | 3 | 1 | 1 |  |  | 1 | 6 |  | 1 |  |  |  | 1 |
| 3 | 1 |  | 1 |  |  | 2 | 7 |  |  |  |  |  |  |
| 4 | 3 |  | 3 |  | 1 | 2 |
| ∑ =1-1, 2-6, 3-4, 4-9, 5-3, 6-2,7-0. |   |

**3. Шкала інтернальності в області невдач (Ін)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| + | 2 | 4 | 20 | 31 | 42 | 44 |  | + | 2 | 4 | 20 | 31 | 42 | 44 |
| 1 | 1 | 2 | 2 | 3 | 1 | 2 | 5 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 |
| 2 | 1 | 1 | 2 | 3 | 1 |  | 6 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 |  |
| 3 | 1 | 2 |  | 3 |  |  | 7 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 3 |
| 4 |  | 2 | 2 |  |  | 1 |
| ∑ =1-11, 2-8, 3-6, 4-5, 5-8, 6-13,7-.10 |
| - | 7 | 27 | 33 | 38 | 40 | 41 |  | - | 7 | 27 | 33 | 38 | 40 | 41 |
| 1 |  |  | 1 | 2 |  |  | 5 |  |  |  |  |  |  |
| 2 | 1 |  |  |  |  |  | 6 |  |  |  |  |  |  |
| 3 |  |  | 2 | 3 |  | 2 | 7 |  |  |  |  |  |  |
| 4 |  |  | 2 | 1 | 2 | 1 |
| ∑ =1-3, 2-1, 3-7, 4-6, 5-0, 6-0,7-0. |  |

4. Шкала інтернальності в області сімейних відносин (Іс)

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| + | 2 | 16 | 20 | 32 | 37 |  | + | 2 | 16 | 20 | 32 | 37 |
| 1 | 1 | 2 | 2 |  | 2 | 5 | 2 |  | 1 | 2 | 1 |
| 2 | 1 | 2 | 2 | 1 |  | 6 | 3 | 3 | 3 | 1 |  |
| 3 | 1 | 1 |  | 2 | 3 | 7 | 1 | 2 | 1 |  | 2 |
| 4 |  | 1 | 2 | 1 |  |
| ∑ =1-7, 2-6, 3-7, 4-4, 5-6, 6-10,7-6. |
| - | 7 | 14 | 26 | 28 | 41 |  | - | 7 | 14 | 26 | 28 | 41 |
| 1 |  |  |  | 1 |  | 5 |  |  |  |  |  |
| 2 | 1 |  |  |  |  | 6 |  |  |  |  |  |
| 3 |  |  |  | 2 | 2 | 7 |  |  |  |  |  |
| 4 |  |  | 1 | 1 | 1 |
| ∑ =1-1, 2-1, 3-4, 4-3, 5-0, 6-0,7-0. |

5. Шкала інтернальності в області виробничих відносин (Іп)

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| + | 19 | 22 | 25 | 42 |  | + | 19 | 22 | 25 | 42 |
| 1 | 3 | 1 | 1 | 1 | 5 | 3 | 3 | 1 | 1 |
| 2 | 2 | 1 | 3 | 1 | 6 | 3 | 2 | 3 | 1 |
| 3 | 2 | 1 | 2 |  | 7 | 2 |  | 2 | 1 |
| 4 | 3 | 3 |  | 1 |
| ∑ =1-6, 2-7, 3-5, 4-7, 5-8, 6-9, 7-5. |
| - | 1 | 9 | 10 | 30 | - | 1 | 9 | 10 | 30 |
| 1 |  |  | 2 |  | 5 | 1 |  | 3 |  |
| 2 | 3 |  | 1 |  | 6 |  |  | 2 |  |
| 3 | 1 |  | 2 |  | 7 |  |  |  |  |
| 4 | 3 |  | 3 |  |
| ∑ =1-2, 2-4, 3-3, 4-6, 5-4, 6-2, 7-0. |

6. Шкала інтернальності в області міжособистісних відносин (Їм)

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| + | 4 | 27 |  | + | 4 | 27 |
| 1 | 2 | 2 | 5 | 1 | 1 |
| 2 | 1 | 2 | 6 |  | 2 |
| 3 | 2 | 2 | 7 | 2 | 2 |
| 4 | 2 | 1 |
| ∑ =1-4, 2-3, 3-4, 4-3, 5-2, 6-2,7-4. |
| - | 6 | 38 | - | 6 | 38 |
| 1 | 2 |  | 5 |  |  |
| 2 | 1 |  | 6 |  |  |
| 3 | 1 | 3 | 7 |  |  |
| 4 | 3 | 1 |
| ∑ =1-2, 2-1, 3-4, 4-4, 5-0, 6-0,7-0. |

7. Шкала інтернальності стосовно здоров'я і хвороби (Іх)

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| + | 13 | 34 |  | + | 13 | 34 |
| 1 | 1 | 1 | 5 | 3 | 2 |
| 2 | 2 | 2 | 6 | 2 | 2 |
| 3 | 3 |  | 7 | 2 | 1 |
| 4 | 1 |  |
| ∑ =1-2, 2-4, 3-3, 4-1, 5-5, 6-4,7-3. |
| - | 3 | 23 | - | 3 | 23 |
| 1 | 1 | 1 | 5 | 1 | 1 |
| 2 | 3 | 1 | 6 |  |  |
| 3 |  |  | 7 | 1 |  |
| 4 | 1 |  |
| ∑ =1-2, 2-4, 3-0, 4-1, 5-2, 6-0,7-1.  |

Підсумкова таблиця результатів у стенах

Таблиця переведення «сирих» балів у стандартні оцінки (Стен)

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Шкала інтернальності | Ио | Ид | Ин | Ис | Ип | Им | Из | Середній бал |
| 1  | 6 | 7 | 7 | 7 | 5 | 7 | 6 | 7.4 |
| 2 | 7 | 8 | 6 | 7 | 5 | 6 | 8 | 6.7 |
| 3 | 7 | 7 | 7 | 8 | 5 | 8 | 6 | 6.8 |
| 4 | 7 | 7 | 6 | 7 | 6 | 8 | 5 | 6.5 |
| 5 | 6 | 7 | 6 | 6 | 6 | 6 | 8 | 6.4 |
| 6 | 7 | 7 | 7 | 7 | 5 | 6 | 6 | 6.4 |
| 7 | 6 | 6 | 6 | 6 | 4 | 6 | 6 | 5.7 |

Результати:

Виражені в стенах результати зіставляються з нормою (5,5 стенів). Показник вище 5,5 стенів свідчить про інтернальний типі контролю в даній області, нижче 5,5 - про екстернальний.

Серед усієї виборки респондентів, респонденти Альона К. 18 років, Анастасія М. 18 років, Андронова В. 17 років, Лилия И. 17 років, Ельвира Л. 18 років - Мають коєфіціент УСК 6.7 - 6-4. Коефіцієнт цей вище середнього значення говорить нам про те що вони мають емоційну стабільність, завзятість, рішучість, товариськість, високий самоконтроль і стриманість.

Мають контроль над позитивними та негативними подіями у житті, але всю провину вони покладають на себе, середнє значення і прояв має організація своєї діяльності і відносини з колегами, розуміють що кар'єрний рост залежить лише від них. Може викликати до себе симпатію та звернути на себе увагу. Має адекватне розуміння що його здоров'я залежить від нього, така людина вважає, що події залежать перш за все від його особистісних якостей (компетентності, цілеспрямованості, рівня здібностей і т.п.) І є закономірними наслідками його власної діяльності.

З виборки виділяються два респонденти, це №1 Влада Л. 17 років з вищім балом з усієї виборки, що говорить нам про її емоційну стабільність, стриманість, відповідальність та рішучість. Високий рівень УСК ще каже про те що вона бере на себе відповідальність за всі аспекти свого життя та своє оточення, як соціальне так і сімейне, за своє життя та здоров'я.

Другий респондент №7 Бритчикова С. 18 років, виділяється навпаки нижчим рівнем серед усієї виборки, але не нижчим показником за норму, це каже що як і у всієї іншої виборки присутні якості, самоконтролю, але на межі безвідповідальності та небажання мати відповідальність за якісь етапи свого життя. Тобто рівень УСК у всієї групи вище середнього що каже про відповідальність та нормальний розвиток внутрішніх механізмів психіки для свого віку.

Тест когнітивної рефлексії (CRT)

Відповіді респондентів у Додатку 1.

 Тест являє собою три задачі які показують яке мислення більш переважує при виборі відповіді, інтуітивне чи аналітичне.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | 1-задача | 2-задача | 3-задача |
| 1 | - | - | - |
| 2 | + | + | + |
| 3 | - | - | - |
| 4 | - | - | - |
| 5 | - | + | + |
| 6 | - | - | - |
| 7 | - | - | - |

Судячи з відповідей респондентів можу виявити що в них переважують такі типи мислення, як:

|  |  |
| --- | --- |
| Респондент | Тип мислення |
| 1. Влада Л. 17 років | інтуїтивне |
| 2. Альона К. 18 років  | Аналітичний |
| 3. Анастасія М. 18 років | інтуїтивне |
| 4. Андронова В. 17 років | інтуїтивне |
| 5. Лилия И. 17 років | Аналітчний |
| 6. Ельвира Л. 18 років | інтуїтивне |
| 7. Бритчикова С. 18 років | інтуїтивне |

Опитувальник "Стилі мислення"

Респондент: Яна К. 17 років

Бланк відповідей у Додатку 1.

Ключ

Синтетичний стиль(С): 1а, 2б, 3д, 4г, 5в, 6б, 7а, 8б, 9д, 10г, 11в, 12б, 13а, 14б, 15д, 16г, 17в, 18б.

Ідеалістичний стиль(І): 1б, 2а, 3г, 4в, 5а, 6в, 7б, 8а, 9г, 10в, 11а, 12в, 13б, 14а, 15г, 16в, 17а, 18в.

Прагматичний стиль(П): 1в, 2г, 3а, 4д, 5б, 6 г, 7в, 8г, 9а, 10д, 11б, 12г, 13в, 14г, 15а, 16д, 17б, 18г.

Аналітичний стиль(А): 1г, 2в, 3в, 4а, 5д, 6д, 7г, 8в, 9в, 10а, 11д, 12д, 13г, 14в, 15в, 16а, 17д, 18д.

Реалістичний стиль(Р): 1д, 2д, 3б, 4б, 5г, 6а, 7д, 8д, 9б, 10б, 11г, 12а, 13д, 14д, 15б, 16б, 17г, 18а.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | сума |
| С | 1 | 3 | 3 | 2 | 3 | 5 | 1 | 2 | 4 | 3 | 3 | 5 | 2 | 1 | 4 | 2 | 4 | 2 | 50 |
| І | 2 | 5 | 1 | 4 | 2 | 4 | 3 | 4 | 5 | 2 | 2 | 4 | 1 | 4 | 5 | 1 | 1 | 3 | 53 |
| П | 5 | 1 | 2 | 5 | 4 | 2 | 2 | 5 | 1 | 1 | 1 | 3 | 5 | 3 | 1 | 3 | 5 | 4 | 52 |
| А | 4 | 4 | 5 | 1 | 5 | 1 | 4 | 1 | 3 | 4 | 4 | 1 | 3 | 2 | 2 | 5 | 3 | 1 | 53 |
| Р | 3 | 2 | 4 | 3 | 1 | 3 | 5 | 3 | 2 | 5 | 5 | 2 | 4 | 5 | 2 | 4 | 2 | 5 | 60 |

Випробуваний віддає помірну перевагу Реалістичному стилю. Інакше кажучи, за інших рівних умов, він буде схильний використовувати цей стиль більше або частіше за інших. Інші стилі знаходяться в однаковому діапазоні балів що каже про те що у респондента немає дуже яскраво виражених стилів, він використовує всі стилі з однаковою перевагою, але з установкою реалістичного.

Респондент це людина конкретного напрямку як в думках, так і в діях. Він налаштований на реалізацію своїх або чужих ідей і швидку практичну віддачу. Дуже критичний, часто нетерплячий, ставить факти, досвід і компетентність понад усе. Здатний спрощувати проблеми, не любить застрявати на міркуваннях. Для нього набагато важливіше дію і результат. Орієнтований на поточні завдання, не любить згадувати далеко наперед. Недовірливий до теорій, припущень і почуттів інших. Його більше цікавлять способи реалізації конкретної мети, пошук ресурсів і можливостей. Він часто прямолінійний, владний, часом грубий, рішучий і радикальний у взаємодії з іншими. Не любить довгих розмов і пояснень. Ефективний в ситуаціях з ясною метою, оперативно вирішує поточні проблеми. Кілька догматичний в судженнях, переоцінює значення досвіду і фактів, через що часто робить помилки.

**2.3. Практичні рекомендації щодо розвитку когнітивних здібностей у юнаків**

Принцип «все, що нас не вбиває, робить нас сильнішими» працює на повну, якщо йдеться про розумові здібності.

У наукових колах існує думка, що розумові здібності закладаються з народження. Тож їх практично неможливо покращити. А коли це й вдалося до певної міри, то варто лише тренуванню припинитися, мозок знову «розслабляється» і повертається до початкових позицій.

Розвиток всіх видів розумових процесів, таких як сприйняття, пам'ять, формування понять, рішення завдань, уява та логіка, дуже важливо для повноцінного життя та функціонування людини. Для розвитку когнітивних здібностей можна використати такі рекомендації:

1. Вивчайте іноземну мову.

2. Виберіть іншу дорогу, щоб дістатися на роботу чи навчання.

3. Робіть звичні речі іншою рукою (для правшів - лівої, для лівшів - правої).

4. Розгадуйте кросворди.

5. Малюйте, навіть якщо не вмієте. Ускладните: візьміть олівці в обидві руки і продовжуйте щось зображати.

6. Виголошуєте в голос чи подумки різні слова навпаки.

7. Якщо потрібно порахувати нескладні рівняння, робіть це в голові, без допомоги калькулятора і паперу.

8. Для того щоб тренувати пам'ять, потрібно перед тим, як лягти спати, згадати по деталях, як пройшов весь день. Також можна відтворити автобіографію від самого дитинства. Або ж в зворотному порядку: від сьогоднішнього дня до моменту, як повзали по підлозі за іграшкою. Згадувати можна як просто в голові, так і розповідаючи комусь, чи записуючи в зошиті.

9. Дивіться різні фільми і читайте книги, звичайно ж.

10. Існує багато додатків в наших смартфонах, які прямо спрямовані на розвиток тих, чи інших когнітивних функцій.

Рекомендації :

Брати на себе відповідальність за все що відбувається навколо, це дуже сміливо, але не завжди розумно, треба замислюватись над тим хто спровокував цю ситуацію або подію та хто має нести відповідальність за це. Також той, хто карає себе навіть за те на що він не міг вплинути, завжди забуває похвалити себе за все хороше що він зробив.

Оскільки більшості людей властива більш-менш широка варіабельність поведінки в залежності від конкретних соціальних ситуацій, то і особливості суб'єктивного контролю також можуть змінюватися у людини в залежності від того, представляється йому ситуація складної або простий, приємною чи неприємною тощо.

Рівень суб'єктивного контролю підвищується в результаті проведення психологічної корекції. При цьому слід пам'ятати, що інтернали воліють недирективні методи психологічної корекції; а екстернали як особистості з підвищеною тривожністю, схильні до депресій, суб'єктивно більш задоволені поведінковими методами.

Вправи для когнітивного розвитку:

Вправи на рівновагу і координацію покращують кровопостачання всіх відділів мозку. Відповідно до головного органу потрапляє більше кисню, що стимулює клітинне дихання і уповільнює процес відмирання клітин.

Встаньте прямо, витягніть руки з розчепіреними пальцями. З'єднайте їх, щоб пальці збігалися. Через секунду роз'єднати і покладіть руки на плечі (права на праве, ліва на ліве). Знову з'єднайте пальці. Повторіть вправу 10-20 разів у швидкому темпі і з мінімумом промахів при з'єднанні пальців

З'єднайте пальці разом

Покладіть руки з розчепіреними пальцями на плечі

Сядьте і витягніть схрещені в районі щиколоток ноги так, щоб ступні торкалися підлоги. Повільно нахиліться вперед на видиху. Витягніть руки паралельно ногам. Поверніться у вихідне положення на вдиху. Повторюйте 4-6 разів.

Ляжте. Зігніть нижню ногу і піднесіть до зігнутого ліктя руки, яка зверху. Робіть вправу повільно, усвідомлюючи кожен міліметр руху.

Стійте прямо, але спокійно. По черзі нахиляйте голову в сторони і торкайтеся плечей мочками вух. Витягніть руку вперед і уявіть, що тримаєте вказівний палець в серцевині квітки з п'ятьма пелюстками. Повторюйте контури квітки верхньою частиною тулуба.

Згадайте, як виглядають знаки peace і ок. Витягніть будь-яку руку і по черзі показуйте складені з пальців знаки. Виконуйте їх хвилину. Після робіть те ж саме двома руками і в дуже швидкому темпі. На третьому етапі додайте звуку: вимовляєте приказку «На меду медовик, а мені не до медовика»

Коли досягнете синхронізації, виконуйте вправу так, щоб кожна рука показувала свій знак

Вправи на уяву

Уява відрізняє нас від тварин. Так кажуть біологи: котики цей факт заперечують. Розвивайте уяву, щоб мати можливість орієнтуватися в різних точках зору, переживати підсвідомий досвід і творчо мислити.

Уявляйте в голові, як граєте на піаніно. Як розташовані пальці? З якою швидкістю рухаються? Яку мелодію грають - почуйте звук, зловіть ритм, спробуйте переміщатися в такт. Додумайте історію - чому народилася ця композиція, з якими почуттями пов'язана. Проводьте вправу в тиші.

Роздрукуйте кілька екземплярів. На кожному домальовуйте картинку відповідно до рандомних темою, яка виникла в голові (тварини, частини тіла, аксесуари та ін.).

Назвіть асоціації з числами 12, 7, 4, 56, 11. Коли ці числа закінчаться, придумайте нові і повторіть вправу.

Подивіться на зображення. Уявіть музику, з якою вона асоціюється. Запишіть історію, яка по динаміці (бадьора, весела, сумна і ін.) Повторює композицію в голові.

Згадайте останній переглянутий фільм. Перенесіть сценарій в іншу епоху: як трансформується сюжет, чи зміняться характери героїв, чи співпаде кінцівка?

Вправа на розвиток смакового і нюхового сприйняття

Вправи задіюють нижню частину тім'яної частки, а також впливають на лімбічну систему, яка регулює емоції, пам'ять. Так що в процесі виконання ви отримаєте не тільки нові нейрони, але й гарний настрій.

Придумайте і приготуйте блюдо, в якому міститься максимальна кількість інгредієнтів і яке ви не пробували.

Замовте невідоме блюдо в кафе і вгадайте складові: спочатку по запаху, потім за смаком. Якщо вам до душі рідкі стану, замовте коктейль і повторіть процедуру.

Вийдіть на вулицю і понюхайте предмети, які бачили, але не нюхали: паркан, вивіску на кафе, чайник в офісі. Зіставте в голові запахи неживої природи з уже знайомими запахами будь-якого характеру. Після понюхайте рослини, тварин, птахів. Робіть це, якщо немає алергії і ви впевнені в безпеці взаємодії з об'єктом живої природи.

Дайте якнайбільше визначень запахів звичних речей: цибуля - гіркий, різкий, неприємний тощо.

Порівняйте запахи об'єктів з однієї видової групи: духи з духами, трави з травами, котів з котами. Чим вони відрізняються? Знайдіть велику кількість відмінностей.

Вправи на слух

За слухову інформацію відповідають ядра восьмого нерва, розташовані на кордоні довгастого мозку і моста. У них надходить інформація з правого і лівого вуха, після чого вона порівнюється і обробляється. Основна робота з розшифрування звуку відбувається в корі великих півкуль. Вправи допоможуть розвинути швидкість реакції, а також стануть профілактикою вікової глухоти.

Працюйте в парі. Нехай співрозмовник читає текст тихим монотонним голосом на відстані 3-4 метри від вас. Він повинен зупинятися кожні три хвилини: в цей час переказуйте суть прочитаного.

Співрозмовник на тій же відстані вимовляє слова навпаки. Ваше завдання почути і назвати правильно. Далі практикуйтеся з довгими фразами і абзацами.

Співрозмовник з виразом читає вірш і змінює інтонацію в потрібних місцях. Повторіть в точності. Вірш можна читати з листа - головне інтонації.

Вправа групове: відгородитися від друзів ширмою. Кожен з них повинен походити назад і вперед. Після закінчення дефіле, вгадайте кому належали які кроки [32].

Книги для розвитку когнітивних функцій мозку:

- Річард Нісбетт «Мозгоускорітелі. Як навчитися ефективно мислити, використовуючи прийоми з різних наук»

- Роджер Сайп «Розвиток мозку. Як читати швидше, запам'ятовувати краще і добиватися великих цілей»

- Антон Могучий «Найповніша книга-тренажер для розвитку мозку! Нові тренінги для розуму»

**ВИСНОВКИ ДО РОЗДІЛУ 2**

Проаналізовано наукову літературу з дослідження когнітивних функцій. Обрано тестові методики досліджуючі когнітивні здібності. Проведено батарею тестових методик які дослідили рівень суб’ективного контролю, стиль мислення, та тип мислення. Оброблено та виведено в таблиці і інтерпритовано для респондентів, та виведено рекомендації.

Поняття когнітивного стилю використовується для позначення, з одного боку, міжіндивідуальних особливостей в процесах обробки інформації та, з іншого боку, виділення типів людей в залежності від особливостей їх когнітивної організації. Дослідники інтерпретують когнітивний стиль як вираження інструментальної цілісності особистості, як набір певних способів вибору операційного складу процесів переробки і структурування інформації, що визначає не стільки рівень, скільки спосіб, манеру здійснення діяльності. Вони розглядають "когнітивний стиль" як стабільну систему установок, що характеризують індивідуальну стратегію вирішення пізнавальних задач (що і як я повинен робити, щоб дізнатись), а також механізм, що здійснює функцію регуляції діяльності на різних її рівнях, а також, що характеризується стійкістю в часі.

З цього виходить, що індивідуальний стиль діяльності може формуватися і формується на основі когнітивного стилю особистості, а не навпаки.

Конкретні дослідження, що проводяться рамках "стильового" підходу, спрямовані на пошук різних варіантів діяльності, і тільки потім на порівняння їх ефективності. Когнітивний стиль особистості - це одна з формальних характеристик особистості, які утворюють так звану формально-типологічну інфраструктуру в системі регулятивних процесів. Це випливає з розуміння когнітивного стилю особистості як системно-адаптаційної характеристики.

Загалом, вказують, що когнітивним стилям притаманні такі риси, як стабільність, стійкість, у тому числі й вікова постійність. Тому стилі характеризуються як певні схильності, ставлення, диспозиції, установки, домінуючі способи та манера діяти.

**ВИСНОВКИ**

1. Проаналізовано літературу, пов'язану з досліджуванням юнацтва, когнітивних проблем у юнацькому віці, роботи пов'язані з віковою періодичністю, розвитком людини. Когнітивна сфера особистості являє собою зв’язок психічних пізнавальних процесів, таких, як відчуття, сприйняття, пам’ять, увага, уява та мислення. Усі ці процеси в результаті своєї взаємодії роблять можливим отримання, переробку, зберігання та відтворення як сенсорної інформації, яку людина отримує із навколишнього світу, так і результатів здатності людини до творчого переосмислення тих даних, що накопичуються в процесі індивідуального розвитку. Пізнавальні процеси забезпечують пристосування людини до змін умов навколишнього середовища, надають усю необхідну інформацію для життєдіяльності людини, роблячи можливими її трудову та інтелектуальну діяльність.

2. Визначено основні психологічні характеристики притаманні віку юності. Описано вікові особливості періоду юності. Вік старшого школяра (IX-X класи, 15-17 років) прийнято відносити до юності. Конкретний зміст юності як етапу розвитку особистості визначається в першу чергу соціальними умовами. Саме від соціальних умов залежать становище молоді в суспільстві, обсяг знань, якими їй належить оволодіти, інші чинники. Всі юнаки знаходяться у надзвичайно складному і важливому в плані формування особистості віці, але всі вони мають і специфічні особливості в залежності від місця в суспільстві, від тієї діяльності, якої переважно займаються

Розглянуто фактори, впливаючі на формування особистості, вплив соціального середовища та малих соціальних груп на формування зрілості. Вивчення особистості як цілісної структури неможливе без достатньо глибокого знання її когнітивних здібностей. Усі вищі психічні функції мають за свою основу саме пізнавальні процеси, бо це перша ланка механізму адаптації людини до умов зовнішнього світу. Слід ураховувати, що когнітивна сфера не є сталою та незмінною. У кожної людини вона має свої індивідуальні особливості та, більше того, зазнає природнього розвитку в процесі онтогенезу. Саме тому психологи повинні виявляти як індивідуальні, так і вікові особливості кожної людини при оцінюванні інтелекту та здібностей. У змістовному плані когнітивні структури особистості є системами організації узагальнено-типізованих знань, що є одночасно механізмами збору, використання і зберігання інформації. Будова когнітивних структур характеризується різноманітністю елементів і ієрархічністю рівнів реалізації. Результати їх дії виявляються в особливостях різних сфер психічної діяльності: у перцепції, мисленні, мові, довільності поведінки, пам'яті, в кількості і чіткості знань, умінь. З функціональної точки зору, когнітивна структура є універсальною одиницею роботи свідомості, основою всіх форм взаємодії з дійсністю. Когнітивні структури і є та суть, що розвивається з віком і в процесі навчання. Розвиток когнітивних структур йде від синкретичних форм до впорядкованих, внутрішньо розчленованих. Складні структури формуються з простих, дифузних, але не через просте підсумовування, а шляхом інтеграції старих схем у нові, і утворення в результаті зовсім іншої якості.

3. Обрано тестові методики, досліджуючі когнітивні здібності. Проведено батарею тестових методик, за допомогою яких досліджено рівень субъективного контролю, стиль мислення, та тип мислення. Когнітивну структуру особистості формують психічні пізнавальні процеси, тобто відчуття, сприйняття, пам’ять, уява, увага та мислення. Усі ці процеси в результаті своєї взаємодії роблять можливим отримання, переробку, зберігання та відтворення як сенсорної інформації, яку людина отримує із навколишнього світу, так і результатів здатності людини до творчого переосмислення тих даних, що накопичуються в процесі індивідуального розвитку. Пізнавальні процеси забезпечують пристосування людини до змін умов навколишнього середовища, надають усю необхідну інформацію для життєдіяльності людини, роблячи можливими її трудову та інтелектуальну діяльність. Когнітивні структури і є та суть, що розвивається з віком і в процесі навчання. Розвиток когнітивних структур йде від синкретичних форм до впорядкованих, внутрішньо розчленованих. Складні структури формуються з простих, дифузних, але не через просте підсумовування, а шляхом інтеграції старих схем у нові, і утворення в результаті зовсім іншої якості.

Поняття когнітивного стилю використовується для позначення, з одного боку, міжіндивідуальних особливостей в процесах обробки інформації та, з іншого боку, виділення типів людей в залежності від особливостей їх когнітивної організації. Дослідники інтерпретують когнітивний стиль як вираження інструментальної цілісності особистості, як набір певних способів вибору операційного складу процесів переробки і структурування інформації, що визначає не стільки рівень, скільки спосіб, манеру здійснення діяльності. Вони розглядають "когнітивний стиль" як стабільну систему установок, що характеризують індивідуальну стратегію вирішення пізнавальних задач (що і як я повинен робити, щоб дізнатись), а також механізм, що здійснює функцію регуляції діяльності на різних її рівнях, а також, що характеризується стійкістю в часі.

4. На основі результатів констатувальний експерименту розроблено практичні рекомендації. Останнім часом дедалі частіше об’єктами вивчення лікарів та дослідників стають когнітивні розлади. Як відомо, ці порушення мають різний ступінь вираженості. Поступово вони призводять до професійної та соціально-побутової дезадаптації, погіршуючи якість життя пацієнтів. Таким чином порушення когнітивних функцій стали проблемою не тільки медичною, а й соціальною, оскільки є однією з причин стійкої втрати працездатності.

Таким чином, мета дослідження досягнута. Усі завдання виконано.

**СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ**

1. Абульханова-Славська К.А. Соціальне мислення особистості: проблеми і стратегії мислення / К.А. Абульханова-Славська. Психол. журнал. 1994.
2. Адаптация первокурсников: проблемы и тенденции [Текст] / Л. Н. Боронина, Ю. Р. Вишневский, Я. В. Дидковская, С. И. Минеева // Университетское управление. – 2001. – № 4 (19). – С. 65‒69. ‒ [Электронный ресурс]. – Режим доступа : http://www.ecsocman.edu.ru/univman /msg/145313.html
3. Алексєєв А.А., Громова Л.А. Зрозумійте мене правильно чи книга про ті, як найти свой стиль мислення, ефективного використовуват інтелектуальні ресурси и найти Взаєморозуміння з людьми. СПб., Економічна школа, 1993.
4. Амбрумова А. Г. Социльно-психологическая адаптация личности и профилактика суицида [Текст] / А. Г. Амбрумова, А. А. Тихоненко, Л. А. Бергельсон // Вопросы психологии. ‒ 1981. ‒ № 4. ‒ С. 91–102.
5. Ананьев Б.Г. До психології студентського віку / Сучасні психолого посібник для студ. установ середовищ. проф. освіти. -, 2002.
6. Андросович К. А. Соціально-психологічні проблеми юнаків в процесі професійного навчання / К. А. Андросович // Матеріали XI наук.-практ. конф. з міжнародною участю «Соціально-психологічні проблеми гендерної стратифікації суспільства», 18–19 квіт. 2014 р. – Луганськ : Вид-во СНУ ім. В. Даля, 2014. – С. 106–109.
7. Баришполь С. В. Посібник практичного психолога: психодіагностика, тестування, розробки уроків психологічного розвитку [Текст] / С. В. Баришполь. – 2-е вид. – Х. : Вид. група «Основа», 2009. – 272 с.
8. Бех І. Д. Категорія становлення в контексті розвитку «образу Я» особистості [Текст] / І. Д. Бех // Педагогіка і психологія. – 1992. – № 3. – С. 9‒21.
9. Біла О. Г. Психокорекційні можливості методу активного соціально-психологічного навчання на матеріалі підготовки психологів-практиків [Текст] : дис. ... канд. психол. наук / О. Г. Біла. – Черкаси, 2002. – 241 с.
10. Божовіч Л. І. Особистість і її формування в дитячому віці. СПб. [И др.]: Пітер, 2008.
11. Бондаренко О. Ф. Психологічні особливості сучасної студенської молоді [Текст] / О. Ф. Бондаренко // Практична психологія та соціальна робота. – 2003. – № 4. – С. 8‒11.
12. Бунін І А. Записи // Соч. У 9 т - М .: Художня література, 1967.- Т 9. –С. 361.
13. Ващенко І. В., Ковалюк К. О. Стадії соціалізації в процесі становлення особистості / І. В. Ващенко, К. О. Ковалюк //Соціалізація особистості і суспільні трансформації : механізми взаємо-впливу та вияви: міжнар. наук.-практ. конф. (Чернівці, 14-16 травня 2009 р.) // Науковий вісник Чернівецького ун-ту: збірн. наук. пр. Вип. 447–448. – Педагогіка та психологія. Чернівці : ЧНУ, – 2009. – 212 с. – С. 82-84.
14. Власова О. І. Психологія соціальних здібностей: структура, динаміка, чинники розвитку [Текст] : монографія / О. І. Власова // Київ. нац. ун-т ім. Т. Шевченка. – К.: Київський університет, 2005. – 307 с.
15. Достоевский Ф. М. Житіє великого грішника // Собр. соч .: В 30 т.- Л .: Наука, 1976.- Т 9.- С. 12612.Обуховский К. Психология влечений человека. Пер. с польск. – М.: Прогресс, 1972.
16. Дубровіна І.В. Психологічна готовність до особистісного самовизначення - основне новоутворення юності - Москва 2001.
17. Ельконін Д.Б. Вибрані психологічні праці: [дитяча і педагогічна психологія] / Д.Б. Ельконін. - Москва: Педагогіка, 1989.
18. Зимівець Н. В., Лещук Н. О., Авельцева В. О. Методика освіти «рівний-рівному» [Текст] : навч.-метод. посібн. / Н. В. Зимівець, Н. О. Лещук, В. О. Авельцева та ін. – К. : Навчальна книга, 2002. – 127 с.
19. Ільін Є.П. Психологія дорослості / Є.П. Ільїн. - Пітер, 2012. - 544 с.
20. Ільїн Е.П. Видавничий дім "Пітер", 2012. – С.41-43.
21. Казміренко В. П. Програма дослідження психо-соціальних чинників адаптації молодої людини до навчання у ВНЗ та майбутньої професії [Текст] / В. П. Казміренко // Практична психологія та соціальна робота. – 2004. – № 6. – С. 76–78.
22. Карамушка Л. М. Тренінг «Формування психологічної готовності студентів до здійснення майбутньої професійної кар’єри» : структура, зміст, основні інтерактивні техніки [Текст] / Л. М. Карамушка, Т. М. Канівець; за ред. С. Д. Максименка, Л. М. Карамушки // Актуальні проблеми психології : Організаційна психологія. Економічна психологія. Соціальна психологія: зб. наук. пр. Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. – К. : А.С.К., 2012. – Т. 1. – Вип. 35. – С. 49–55.
23. Кинелев С. В. Адаптация личности как социальное явление [Текст] / С. В. Кинелев // Психологический журнал. – 1991. – № 4. – С. 41–49.
24. Коган Б. М. Стресс и адаптация [Текст] / Б. М. Коган. – М., 1980. – 60 с.
25. Кон І.С. Соціальна психологія. - М .: Воронеж. 1999. - С. 177.
26. Корольчук М. С. Психологічне забезпечення психічного і фізичного здоров’я [Текст] : навч. посібн. / М. С. Корльчук, С. В. Кинелев, В. М. Крайнюк, А. Ф. Косенко; заг. ред. М. С. Корольчука. – К. : «ІНКОС», 2002. – 272 с.; С. 117–119.
27. Крупник Е. П., Тагирова Р. А. Преодоление проблемно-конфликтных ситуаций в различных социально-этнических условиях [Текст] / Е. П. Крупник, Р. А. Тагирова // Психологический журнал. – 1999. – № 6. – С. 36–43.
28. Лебедев В. И. Личность в экстремальных условиях [Текст] / В. И. Лебедев. – М., 1989. – 303 с.
29. Лівехуд Б. Кризи життя - шанси життя. – Калуга, 1994.
30. Лівехуд Б. Фази розвитку дитини: [Пер. з нім.] / Б. Лівехуд. - Калуга: Духів. пізнання, 1998.
31. Маклаков А. Г. Личностный адаптационный потенциал: его мобилизация и прогнозирование в экстремальных условиях [Текст] / А. Г. Маклаков // Психологический журнал. – 2002. – Т. 22. – № 1. – С. 16–24.
32. Меерсон Ф. З. Адаптация, стресс и профилактика [Текст] / Ф. З. Меерсон. – М. : Наука, 1981. – 278 с.
33. Пантелеева Т. В. Психологічні особливості і розвиток емоційної сфери та інтелектуальних здібностей в підлітковому віці // Психологічні науки: теорія і практика: матеріали IV Міжнар. науч. конф. (М.Москва, листопад 2015 р). - М .: Буки-Веди, 2015. - С. 11-14.
34. Петровская Л. А. Компетентность в общении: социально-психологический тренинг [Текст] / Л. А. Петровская. – М. : Изд-во МГУ, 1989. ‒ 216 с.
35. Поліванова К.Н. Псіхологія вікових криз: навчальний посібник. –Москва: Академия, 2000.
36. Подляшаник В. В. Адаптаційний потенціал та професійне здоров’я особистості [Текст] / В. В. Подляшаник // Практична психологія та соціальна робота. – 2006. – № 12. – С. 71–74.
37. Реан А.А. Особистісна зрілість і соціальна практика / Теоретичні та прикладні питання психології. – СПб., 1995.
38. Реан А.А. Практична психодіагностика особистості: Учеб. пособ. – СПб; Вид-во СПб ун-ту, 2001.
39. Слободін Т. А., Горєва А. В. Когнітивний резерв: причини зниження і захисні механізми // Міжнародний неврологічний журнал, 2012.
40. Степанова Е.І. Психологія дорослих: експериментальна акмеології. – К.: «Алетейя», 2000.
41. Толстой Л.Н. Отроцтво // Вибрані проізведенія. – М., 1985. – С. 222.
42. Флейвелл Джон Х. Генетична психологія Жана Піаже. – М., 1967. – С. 202-222.
43. Холл К.С., Ліндсей Г. Теорії особистості: Пер з англ. - М. : Изд-во «КСП +», 1997.
44. Цзен Н. В., Пахомов Ю. В. Психотренинг: игры и упражнения [Текст] / Н. Цзен, Ю. Пахомов; под глав. ред. Л. М. Кроля. – 2-е изд., доп. – М. : Независимая фирма «Класс», 1999. – 272 с.
45. Шацкий С. Т. Работа для будущего / С. Т. Шацкий. – М. : Просвещение, 1989. – 223 с.
46. C.S.Hall, G.Lindsey. Theories of Personality New York: John Wiley and Sons, 1970.М .: "КСП +", 1997 Термінологічна правка В.Данченко – К .: PSYLIB, 2005
47. Schwarzer R. Self-efficacy in the adаption and maintenance of health behaviors: theoretical approaches and a new model [Text] // Self-efficacy : Thought Control of Action. – Washington, 1992. – P. 217–245.
48. https://en.wikipedia.org/wiki/Cognitive\_reflection\_test
49. https://ru.wikipedia.org/wiki/Когнитивное\_развитие#cite\_note-1
50. https://studopedia.su/
51. https://teachline.ru/blog/25-kognitivnykh-uprazhneniy-dlya-plastichnosti-mozga/

Додаток 1

